

# ALSTERTAL

## MAGAZIN

01/2018  
AUFLAGE 51.000

**JETZT  
KOSTENLOS  
MITNEHMEN**  
oder als E-Paper via  
magazine-fuer-  
hamburg.de

ECHTES  
**VORBILD**

IN SASEL: HELLA VON SINNEN ÜBER  
MILDRED SCHEELS LEBENSWERK

SCHWIERIGE  
**AUFGABE**

DER VOLKSDORFER MICHAEL LANG  
ÜBER DAS OHNSORG THEATER

BUNTER  
**WOHNEN**

MIT FRISCHEN  
FARBEN UND  
TAPETEN DIE  
WOHNUNG  
STYLEN



AB SEITE 45



Foto: fizkes/Shutterstock.com

GUTE VORSÄTZE FÜR 2018:  
**Achtsam** werden

WIE SIE MIT DER RICHTIGEN EINSTELLUNG UND OHNE STRESS DAS NEUE JAHR BEGINNEN

# Individuelle Betten für jedermann



## Bequem

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



## Boxspring

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



## Elegant

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

## Jedes Bett ist ein Einzelstück

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

## Flexibel

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



## Altersgerecht

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



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



Hansa Engel-WERK

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

## BREYER & SECK BAU Massive Wohnräume

NEUES MUSTERHAUS IN SASEL ERÖFFNET



STANDORTE:  
Musterhaus Sasel  
Waldweg 57  
22393 Hamburg  
Tel.: 040/64 86 29 05

---

Musterhaus Stellingen  
Molkenbuhrstraße 22  
22525 Hamburg  
Tel.: 040/30 03 31 77

---

Wir suchen Grundstücke  
in Hamburg und  
Umgebung, auch mit  
Altbestand.

info@breyerundseckbau.de

Unsere Stärken



Individuelle Planung



Massive Bauweise



KfW-Effizienzhaus

HSV  
HAUSBAU-  
PARTNER



Weitere Informationen finden Sie unter [www.breyerundseckbau.de](http://www.breyerundseckbau.de)

Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

# Achtsam handeln?

VON WOLFGANG E. BUSS



Natürlich sind wir am Jahresanfang wieder voller guter Vorsätze: Abnehmen, Sport treiben, mehr Bewegung in den Alltag bringen, besser ernähren, Rauchen aufgeben, weniger Alkohol trinken, die Work-Life-Balance optimieren. **Sehr gut!** Allerdings: Oft gelingt das nur für **kurze** Zeit. Schon nach wenigen Wochen ist der Alltag wieder eingeleitet – und alles ist beim **Alten**.

Eigentlich sind es nur „Kleinigkeiten“, die wir verändern wollen und die sich sogar ergänzen können: Um etwas **abzuspecken** können wir gleichzeitig ein

wenig mehr Sport machen und **Bewegung** ins Leben bringen, bewusster essen und den Alkoholkonsum reduzieren. Alles hängt miteinander zusammen. Auch andere Ebenen stehen in einem Zusammenhang. Wollen wir unseren Stress **reduzieren** und etwas gelassener werden, also **mehr** Lebensqualität erreichen, müssen wir unsere Achtsamkeit schulen. Durch eine achtsamere Lebensweise kann eintreten, dass wir uns bewusster ernähren, sich unsere Blutwerte verbessern und unsere Vitalität steigt. Schauen wir genauer hin, stellen wir fest, dass es nicht nur eine „Stellschraube“ gibt, sondern einen großen psychosomatischen Zusammenhang. Fast immer sind Körper, Seele und Geist beteiligt.

Wir müssen also „**ganzheitlicher**“ handeln, wenn wir etwas verbessern wollen. Und dazu dient die „Achtsamkeit“. Ein Begriff, der vielen noch kaum bekannt ist.

Und was ist das nun? Man könnte sagen, es ist eine **besondere** Form von **Aufmerksamkeit**. Für uns selbst, unser Handeln, unseren Geist. Man könnte auch sagen: Klarheit in unser Bewusstsein bringen. Und wie wird man achtsam? Die Schule der Achtsamkeit wird begleitet von „geistigen Übungen“, wie zum Beispiel der **Meditation**. Ich habe sie vor vielen, vielen Jahren erstmals in **asiatischen** Klöstern als einer weniger Europäer an ihren Wurzeln studieren dürfen.

Man kann den Begriff etwas erweitern: Gehen wir nicht achtsam mit unserer Umwelt oder mit unseren Tieren- und Nutztieren um, kennen wir bereits aktuell das Ergebnis. Aber auch **unachtsamer** Umgang mit unserer Ernährung, Lebensweise, Gesundheit, unserem Körper hat sein Ergebnis: überall Arztpraxen, Apotheken, Kliniken, Psychotherapeuten und eine Gesellschaft, die lange nicht so gut lebt, wie es ihr der wirtschaftliche Reichtum erlauben würde.

Viele suchen bereits nach Auswegen aus ihrem Büro- und Jobirrsinn, wünschen sich Ausgleich oder Veränderung.

**Drei** geniale Ebenen möchte ich nennen, die alle „**nebenwirkungsfrei**“ sind und garantiert wirken: **Loslassen** von alten, ungeliebten Gewohnheiten, Schule der **Achtsamkeit** und als drittes wichtiges Element die **Meditation**, als Übungsraum des Prozesses.

Wer achtsam lebt, stellt fest, er kann sein Lebensglück verbessern und den Weg dahin bereichern. Ich habe wunderbare Menschen kennenlernen dürfen auf meiner Suche nach einem guten Leben. Und habe dabei nicht nur Zeit auf dem **Meditationskissen** oder der Yoga -Matte verbracht. Unternehmerisches Handeln, Erfolg und die dazu nötige **Vitalität** stehen in keinem Widerspruch. Im Gegenteil: Immer mehr Menschen bringen sogar Themen wie „achtsame **Wirtschaft**“ ins Gespräch.

Wir haben also die Auswahl, für ein paar Tage übermäßige Kalorien wegzulassen oder uns auf ein spannendes, **ganzheitliches** „**Abenteuer**“ einzulassen. Dazu wünsche ich Ihnen ein gesundes, glückliches und vitales **2018!**

*(Alle drei Ebenen werde ich übrigens in einem **Workshop** an „Sechs Abenden der Stille“ vorstellen, zu denen ich hiermit anspruchsvolle Menschen **einlade**. Details dazu siehe **Seite 20**.)*

*Faszination*  
**OPAL**

Einladung  
die Welt der australischen Opale  
22. bis 24. Februar 2018 

Wir möchten Sie herzlich einladen zu einer Präsentation von Australiens faszinierenden Opalen in unser Geschäft in der Rolfinckstraße 13. Auf Wunsch steht unser Atelier bereit, um aus Ihrem Lieblingsstein ein Lieblings-Schmuckstück anzufertigen.

Wir freuen uns auf Sie! Ihr Juwelier Willer Team.

**willer**  
J U W E L I E R

*Liebesbriefe in Schmuck*  
Rolfinckstraße 13 · 22391 Hamburg - Wellingsbüttel  
Telefon: 040 · 5369650 · [www.willer.de](http://www.willer.de)



**EXKLUSIVES ANWESEN INMITTEN  
HERRLICHSTER NATUR VON RADE**

Ca. 416 m<sup>2</sup> Wohnfläche, ca. 2.700 m<sup>2</sup> Grundstück, 11 Zimmer, Baujahr 1972, Kamin, Sauna, Swimmingpool, Terrasse, 3 Garagenstellplätze, Energieausweis: B, 144 kWh, Gas

**Kaufpreis: 1.200.000 €**



**MODERNE ENDETAGENWOHNUNG MIT  
DACHTERRASSE IN HUMMELSBÜTTEL**

Ca. 130 m<sup>2</sup> Wohnfläche, 4 Zimmer, Baujahr 1982, großzügiger Wohn- und Essbereich, Kamin, „Bult-haup“ - Einbauküche, Dachterrasse, Tiefgaragenstellplatz, Energieausweis: V, 82,70 kWh, Strom

**Kaufpreis: 560.000 €**



**SELTENES BAUGRUNDSTÜCK IN  
RUHIGER LAGE VON WELLINGSBÜTTEL**

Ca. 1065 m<sup>2</sup> Grundstück, Bebaubar mit 4 Wohneinheiten, Vorbehaltlich 2 Vollgeschosse, WR10, GRZ 0,3

**Kaufpreis: 1.300.000 €**

**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, Ibiza 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**

**Dies ist eine kleine Auswahl an Suchaufträgen von solventen Kunden, welche uns mit der Suche nach einer passenden Immobilie beauftragt haben:**

Chirurg sucht Eigentumswohnung in Wellingsbüttel bis 900.000 €

Kunde 68459

Ingenieur sucht Reihenhaus in Poppenbüttel bis 600.000 €

Kunde 68512

Innenarchitektin sucht Eigentumswohnung in Klein Borstel bis 800.000 €

Kunde 68501

Anwalt sucht Eigentumswohnung in Wellingsbüttel bis 600.000 €

Kunde 68520

Verleger sucht Einfamilienhaus in Lemsahl-Mellingstedt bis 1 Mio. €

Kunde 68502

Arzt sucht Doppelhaushälfte in Sasel bis 750.000 €

Kunde 68599

Modedesignerin sucht Maisonettewohnung im Alstertal bis 950.000 €

Kunde 68455

Bänker sucht Grundstück in Volksdorf bis 500.000 €

Kunde 68623

Wirtschaftsprüfer sucht Einfamilienhaus in Wellingsbüttel bis 2,5 Mio. €

Kunde 68477

Investmentbänker sucht Villa in Wohldorf-Ohlstedt bis 2,8 Mio. €

Kunde 68489

Lehrerin sucht Doppelhaushälfte in Klein Borstel bis 800.000 €

Kunde 68589

Gastronom sucht Endreihenhaus in Klein Borstel bis 600.000 €

Kunde 68503

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Hamburger Filialen!**



Jürgen Weiss & Felix Weiss  
Geschäftsführung Hummelsbüttler Hauptstraße 59



Susanne Weiss & Melanie Pfaffenthaler  
Verkaufsleitung Stübeheide 153

**Dr. Ritschel & Dr. Pomowski**  
Spezialisierte zahnärztliche Partnerschaft

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



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



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

# INHALT

JANUAR 2018

## Magazin

- 3 Kolumne
- 8 Termine: Was geht im Alstertal?
- 10 News: Kunst, Charity, Wildschweine und mehr
- 16 Viele Wildunfälle im Alstertal – was tun?
- 18 Schutty Gundlach – ein Wellingsbüttler Original wird 99
- 20 Mit Achtsamkeit besser leben lernen
- 22 Früher Winterhuder Fährhaus, jetzt Ohnsorg-Theater: Der Volksdorfer Michael Lang
- 24 Poppenbüttler Schule profitiert von Stiftungs-Geldern
- 26 Ist gern ein Bühnen-Arschloch: Till Demtröder
- 96 What's Up In Town: Promis bei den glamourösesten Events der Stadt

## Sasel

- 28 Hella von Sinnen und Cornelia Scheel im Sasel-Haus

## Wellingsbüttel

- 30 Musikalische Lesungen im Torhaus
- 31 Wellingsbüttler Künstlerin stellt aus

## Fuhlsbüttel

- 32 Kontroverser Jahresbericht des Hamburg Airport

## Duvenstedt

- 33 Jubiläum: Wie Duvenstedt eingemeindet wurde

## Poppenbüttel

- 34 Die Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Hamburg-Nord trifft sich in Poppenbüttel

## AEZ-Inside

- 46 Kolumne
- 47 News: Schnäppchen-Gewinnspiel und Fashion Days im AEZ
- 48 Mode: Winterstyle mit einem Hauch Frühling

## Service

- 36 Rund ums AEZ
- 27 Garten
- 50 Essen und Trinken
- 54 Feste feiern
- 56 Gesundheitsratgeber
- 58 Sport
- 60 Golf
- 63 Handwerk
- 64 Beauty
- 66 Rund ums Tier
- 68 Besser hören und sehen
- 71 Senioren
- 74 Bauen & renovieren
- 82 Auto-Welt
- 86 Immobilien
- 97 Kleinanzeigen/Impressum

28

Foto: Martin Langhorst



Lesen im Sasel Haus aus einem Buch über Mildred Scheel: Hella von Sinnen (r.) und Cornelia Scheel.

# 20

Stille, Meditation, Achtsamkeit: Für Mönche kein Problem. Doch wie können wir üben, loszulassen. Wolfgang E. Buss bietet dazu einen Workshop: „Sechs Abende der Stille.“



Foto: Oliver Fentrich

# 22

Der Volkdorfer Michael Lang über die Herausforderungen als neuer Leiter des Ohnsorg Theaters.

Kleinreparaturen  
Instandhaltung  
Fliesenarbeiten  
gegründet 1954



Sanierung  
Hochbau  
Gewerbebau

[www.heinz-eickhof.de](http://www.heinz-eickhof.de)



## Heinz Eickhof Bauausführungen GmbH

Bürgermeister-Bombeck-Str. 3 - 22851 Norderstedt - (040) 5361248



## 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

## Büroeinrichtungen



**Bürostühle  
Arbeitszimmer**

jede Abmessung und Oberfläche  
1500 m<sup>2</sup> 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



## LEBENSKünstler

### Benefiz-Kunstauktion der NCL-Stiftung

Montag, 12. Februar 2018  
JENSENs Lagerhaus Hamburg



TOMASO BALDESSARINI | HEINKE BÖHNERT | CHRISTIAN BRINKMANN | ROMERO BRITTO | LYONEL FEININGER  
KLAUS FRAHM | RICHARD FUCHS | MITSUE KONO  
NICOLE LEIDENFROST | UDO LINDENBERG | JENS LORENZEN  
JAN KÖHNHOLDT | ARMIN MUELLER-STAHN | WERNER PAWLOK | A.R. PENCK | JO RÖTTGER und viele mehr

Anmeldungen und Vorgebote bis 09.02.2017  
an [lebenskuenstler@ncl-stiftung.de](mailto:lebenskuenstler@ncl-stiftung.de)  
oder telefonisch unter 040 69 666 74 - 0.  
Weitere Infos unter [www.ncl-stiftung.de](http://www.ncl-stiftung.de).



NCL-Stiftung | Holstenwall 10 | 20355 Hamburg  
Spendenkonto: Hamburger Sparkasse  
IBAN DE50 2005 0550 1059 2230 30 | BIC HASPDEHXXX

Am 18.2. eröffnet die „Große Torhaus-Ausstellung“. Wer es lieber etwas ruhiger mag, der kommt am 17.2. zu einem meditativen Winterspaziergang in den Wohldorfer Wald.



Foto: Wolfgang E. Buss



**AKTUELLER VERKAUF  
EINES TOP GEPFLEGTEN  
EINFAMILIENHAUSES  
IN SASEL**

Vielleicht tragen Sie sich aktuell mit dem Gedanken Ihre Immobilie zu veräußern?



Ihre Ansprechpartner:  
Axel Beth & Maike Lübke

**ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN**



**DAHLER & COMPANY**  
IMMOBILIEN

**1//Lemsahl-Mellingstedt** – Lichtdurchflutete Doppelhaushälfte im Landhausstil, Bj. 1993, ca. 147 m<sup>2</sup> Wohnfl., 4 - 5 Zi., Vollbad, Gäste- WC, EBK der Firma Nolte, großz. Wohn-/ Essbereich, VK, ca. 450 m<sup>2</sup> Südgrdst., Carport, V, Gas, 135,2 kWh/(m<sup>2</sup>\*a), Klasse E, KP: EUR 595.000,-

**2//Wellingsbüttel** – Großzügiges Wohnen in bevorzugter Lage, Baujahr 1996, ca. 185 m<sup>2</sup> Wohnfl., 4 Zimmer, 2 Bäder, exklusive Einbauküche von Bulthaupt, Kamin, Parkett, Keller, ca. 597 m<sup>2</sup> Grdst., Carport, V, Gas, 85,8 kWh/(m<sup>2</sup>a), KP: EUR 895.000,-

**3//Wohldorf-Ohlstedt** – Großz. Einfamilienhaus in traumhafter Lage, Bj. 1977, ca. 310 m<sup>2</sup> Wohnfl., 6 Zi., 3 Bäder u. Gäste-WC, ca. 90 m<sup>2</sup> großer Wohn-/Essbereich, Kamin, Schwimmbad, Sauna, VK, ca. 2.007 m<sup>2</sup> Grdst., Doppelcarport, B, Öl, 164,7 kWh/(m<sup>2</sup>a), Klasse F, KP: EUR 1.090.000,-

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

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

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

# Termine fürs Alstertal

## 3. Februar

Von 9:30-11:30 Uhr bietet Krzysztof Wesolowski vom NABU Hamburg die Exkursion „Wintergäste im Duvenstedter Brook“ an. Um die Tiere beobachten zu können, sollte jeder ein eigenes Fernglas mitbringen. Teilnahme für Erwachsene 6 €, für Kinder 3 €. Weitere Infos unter Tel. 69 70 89 0.

## 9. Februar

Um 20 Uhr spielt das Trio „Cobario“ Wiener Weltmusik in der KunstKate Volksdorf, Eulenkrogstraße 60. Mit ihrer Musik erzählen sie höchst lebendige Geschichten, ohne dass ein einziges Wort fällt. Karten zu 18 € unter KunstKate.Volksdorf@googlemail.com

## 13. Februar

Im Sasel Haus, Saseler Parkweg 3, hält Christine Belling um 19 Uhr den Diavortrag „Breslau und das Schlesische Riesengebirge“. Als historische Handelsmetropole von europäischem Rang bietet Breslau eine Altstadt von einmaliger Schönheit. Karten zu 9 € an der Abendkasse.

## 16. Februar

Um 16 Uhr wird im Rahmen der Reihe „Kinderkino“ im Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8, der Film „Timm Thaler“ gezeigt, in dem ein Ganove dem beliebten Timm sein unwillkürliches Lachen abkauft. Karten an der Abendkasse: Kinder 1 €, Erwachsene 2 €.

Um 20 Uhr spielt das Jazz-Quintett „Les Hommes du Swing“ in der KunstKate Volksdorf, Eulenkrogstraße 60, Gipsy-Swing des legendären Django Reinhardt. Karten zu 15 € unter KunstKate.Volksdorf@googlemail.com

## 17. Februar

Von 11-13 Uhr macht Ursula Pinn vom NABU Hamburg mit allen Interessierten den medi-

tativen Waldspaziergang „Den Wohldorfer Wald im Winter erleben“. Dabei werden Vogelrufe zugeordnet. Treffpunkt ist das BrookHus. Dort gibt es nach dem Spaziergang gegen Spende Suppe bzw. Kaffee und Kuchen.

## 18. Februar

Im Wellingsbüttler Torhaus, Wellingsbüttler Weg 75b, wird die „Große Torhaus-Ausstellung“ um 11 Uhr eröffnet. Gezeigt werden Werke von Helene Dettmann, Sylvia Goebel, Ute Zander, Klaus Mitransky, E.v. Oettingen, Heike Fischer Nagel und anderen. Die Ausstellung läuft bis zum 18. März. Eintritt frei.

## 20. Februar

Um 19:30 Uhr findet in der Ohlendorff'schen Villa, Im Alten Dorfe 28, die szenische Lesung „Erich Kästner“ nach einem Text von Christa Winterboer statt. Mit Helmer-Christoph Lehmann und Sylvia Spiekermann. Im Fokus steht die Würdigung von Kästners Schaffen als Zeitzeugenschaft. Karten zu 12 € (ermäßigt 10 €) am Tresen des Wiener Café.

## 24. Februar

Die Tanzschule S-eins, Poppenbüttler Hauptstraße 7, bietet ab 18 Uhr den einstündigen Paar-Workshop „Samba-Highlights“ an. Im Anschluss wird auf einer Tanzparty mit Samba und anderen Tänzen von 19-22 Uhr weiter gefeiert. Anmeldung unter Tel. 24 82 57 17 oder auf s-eins.de

## 26. Februar

Um 18:30 Uhr hält Dr. Wolf Lütje, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe am Ev. Amalie-Sieveling-Krankenhaus, in der Bibliothek der Ohlendorff'schen Villa, Im Alten Dorfe 28, den Vortrag „Wird der Kaiserschnitt die normale Geburt?“. Karten zu 5 € am Tresen des Wiener Cafés.



## TAPAS -SATT-

Vom 01. - 28. Februar 18

Wählen Sie aus allen Tapas unserer Speisekarte, inkl. Salatbuffet  
*Montag bis Sonntag -ganztägig-*




pro Pers.  
14,90 €

Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg  
Telefon: 040 - 380 76 165 - Fax: 040 - 380 76 164  
Besuchen Sie uns auch online: [www.la-madera.de](http://www.la-madera.de)

## Wir suchen Dich!

Wenn Du Spaß an der Arbeit hast,  
in einem motiviertem Team mitarbeiten  
und gutes Geld verdienen möchtest,  
dann bist Du bei uns richtig.

Wir suchen:

**Selbständig arbeitende Monteure  
Sanitär/Heizung  
Kundendienstmonteur**

Bitte einfach anrufen: 040 6071459  
oder bewirb Dich schriftlich.

**Heizungsbau  
Hausanschlüsse  
Sanitärtechnik  
Solaranlagen  
Regenwassernutzung**

**michael  
Krohn**

Lohe 40 · 22397 Hamburg · Tel. 607 14 59 · [www.michael-krohn.de](http://www.michael-krohn.de)





## DOWN UNDER BEI WILLER

Die Edelstein- und Schmuckexperten von **Juwelier Willer** präsentieren vom **22.-24. Februar** in der Rolfinkstraße 13 **faszinierende Opale aus Australien**. Dazu kommt – und das bereits seit über 15 Jahren – der australische Opalprofi Karl-Heinz Höbelt nach Wellingsbüttel. „Die sensationelle Auswahl, die wir dann im Laden zeigen, gibt es in dieser Konzentration und Güte nicht einmal in Australien“, erklärt Gabriele Willer lächelnd. Das Besondere daran, kein Stein ist wie der andere! „Jeder hat seine ganz speziellen individuellen Merkmale.“ Das liegt am sogenannten Opalisieren des Edelopals, das entsteht durch Reflexion und Interferenz der Lichtstrahlen zwischen den Kieselgel-Kügelchen im Nanogrößenbereich. Beides ist verantwortlich für das schillernde Farbenspiel, das den Opal als Schmuckstein so begehrt macht. „Durch unsere große Auswahl ist es möglich, zu bestehendem Schmuck passende Gegenstücke zu finden. Haben Alstertaler beispielsweise Ohringe und suchen dazu einen Stein für eine neue Kette, finden wir gezielt einen Opal, der dazu passt und fertigen das neue Schmuckstück in unserem Atelier an“, so Gabriele Willer. Mehr Infos: **Tel. 536 96 50** und auf **willer.de**

Ist jetzt noch prä-senter im Restaurant und noch näher am Gast: Restaurant LENZ-Inhaber Leslie Himmelheber.



## Neues aus dem LENZ

Seit Anfang des Jahres nimmt sich Koch und Restaurant LENZ-Inhaber **Leslie Himmelheber** noch mehr Zeit für seine Gäste: „Mir ist es wichtig und trage so dazu bei, dass sie sich noch wohler fühlen.“ Das ist möglich, weil Himmelheber sein Team umgestellt und jetzt optimal besetzt hat. Ab sofort sind **Nathalie Möllner** und **Michael Weis** an seiner Seite, um gemeinsam für ihn das Restaurant zu leiten. „Mein Küchen-Chef **Dennis Kerber** ist seit fast sieben Jahren dabei, genießt mein vollstes Vertrauen, kocht und schmeckt genauso lecker ab wie ich. Den größeren Teil meiner Aufgabe sehe ich jedoch darin, bei meinen Gästen stets als Gastgeber ansprechbar zu sein.“ Informationen: **restaurant-lenz.de** oder **Tel. 60 55 88 87**



Mitmachen: Sie können mit etwas Glück eine Aspria-Monatsmitgliedschaft in Hummelsbüttel gewinnen.



Fotos: Marcus Barthele/  
Aspria Alstertal

## MIT UNS „FITNESS“ GEWINNEN

Gemeinsam mit **Aspria Alstertal** verlost das **ALSTERTAL MAGAZIN 2x2 Monatsmitgliedschaften** für den Club am Reagen 20 – der Club für Fitness, Tennis, Wellness und Spa für die ganze Familie. Dank rund 160 Sportkursen pro Woche stehen den Gewinnern/innen abwechslungsreiche Trainings-Angebote, modernste Fitnessgeräte und der 25 Meter lange Pool zur Verfügung. Mehr Informationen zu den vielfältigen Angeboten und Möglichkeiten gibt es unter **Tel. 52 01 90-10** und auf **aspria.com**. Wer eine der Monatsmitgliedschaften gewinnen möchte, der schickt bis zum 28.2. eine Mail mit dem Stichwort **Aspria** an **k.wehl@alster-net.de**



# GÜNTHER & GÜNTHER

IMMOBILIEN AUS LEIDENSCHAFT

Kostenfreie Bewertung  
und Vermittlung für Verkäufer

## Immobilienangebote – Januar / Februar 2018

Dies ist ein kleiner Auszug aus unserer stetig aktualisierten Datenbank.



### Junge Familie aus Eppendorf sucht Baugrundstück

Ab 500 m<sup>2</sup> mit guten Bebauungsmöglichkeiten in ruhiger Lage von Wellingsbüttel, Sasel oder Volksdorf.

Kaufpreisvorstellung bis € 450.000,-

Kd-Nr: 16472

### Kapitalanlage gesucht

Wohnung in zentraler Lage. Übergabe flexibel. Gern auch renovierungsbedürftig.

Kaufpreisvorstellung bis € 300.000,-

Kd-Nr: 11281

### Geschäftsführer aus der Schweiz sucht...

im Alstertal und in den Walddörfern. Großes, modernes Einfamilienhaus mit sonnigem Garten gewünscht.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.300.000,-

Kd-Nr: 16004

### Kaffeemühle oder Rotklinker

Ab 180 m<sup>2</sup> Wohnfläche in schöner Familienlage. Bevorzugt im Alstertal und Umgebung.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.100.000,-

Kd-Nr: 10930

### Privatier ohne Finanzierung aus Stuttgart

Zurückhaltende Villa ab 200 m<sup>2</sup> Wohnfläche mit weitläufigem Grundstück im Hamburger Nordosten gesucht.

Kaufpreisvorstellung bis € 2.000.000,-

Kd-Nr: 15030

### Die Liebe zu den Walddörfern

Die Wohnfläche sollte mind. 150 m<sup>2</sup> betragen. Ein Garten für die Hunde und eine Garage für das Auto sind gewünscht.

Kaufpreisvorstellung bis € 900.000,-

Kd-Nr: 01654

### Die helle Wohnung

Ab 100 m<sup>2</sup> Wohnfläche und mit guter Anbindung. Eine ruhige Lage im Alstertal ist bevorzugt.

Kaufpreisvorstellung bis € 700.000,-

Kd-Nr: 14548

### Back home

Familie aus London sucht Großzügigkeit gepaart mit Privatsphäre. Ab sechs Zimmern, bevorzugt im Alstertal und in den Walddörfern.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.800.000,-

Kd-Nr: 14589

### Arzt aus Lübeck sucht charakterstarkes Haus

In Fuhsbüttel, Klein Borstel, Hummelsbüttel und Umgebung. Gern mit gutem Anschluss an den HVV.

Kaufpreisvorstellung bis € 1.200.000,-

Kd-Nr: 09855

### Schnelle Abwicklung

Günther & Günther kauft Ihre Immobilie oder Grundstück. In Hamburg und Umland.

Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 00001

## Möchten Sie Ihre Immobilie verkaufen?

### Unsere Qualitäten:

- Seit vier Jahren in Folge ausgezeichnet von Europas größtem Immobilienmagazin BELLEVUE
- Hochwertige Vermarktung Ihrer Immobilie in Zusammenarbeit mit professionellen Architekturfotografen
- Kostenfreie Erstellung eines Energieausweises sowie aller weiteren Verkaufsunterlagen
- 3 Standorte, welche regional, national und international tätig sind

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

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsame Wege zu gehen.  
Ihr Hilmar Mühlig, Immobilienfachwirt (IHK)  
Verkaufsleiter Alstertal

### Günther & Günther GmbH

Immobilienbüro Alstertal  
Saseler Markt 12a, 22393 Hamburg

Immobilienbüro Sachsenwald  
Weidenbaumsweg 103, 21035 Hamburg

Immobilienbüro Elbvororte  
Elbchaussee 576, 22587 Hamburg

Homepage:  
[www.guenther-immobilien.de](http://www.guenther-immobilien.de)

Telefon Alstertal:  
040 / 600 810 20





Olaf Korf (SCP-Betreuer), Sylvana Schalke LEHMANN, Trainer John Ment, Hendrik Huse (neuer Chefcoach der U 17 mit B-Lizenz) und Jan Silberbach, Kapitän 1.B/U 17 (v.l.)

## Klamotten für die Saison

Große Freude bei der **U17 des SC Poppenbüttel**, dank Sponsoring von **LEHMANN AUTOMOBILE** in Wellingsbüttel, geht es **mit neuen Kurz- und Langarmtrikots, Hosen und Stutzen** in die Bezirksliga-Saison 2018. „Ich finde es so stark, dass sich immer wieder Firmen finden lassen, die bereit sind, Jugendmannschaften zu unterstützen“, erklärt ein sehr dankbarer John Ment, seit neun Jahren Trainer beim SCP. Wer das Team anfeuern und sehen möchte, wie es im neuen Dress aussieht - das **zweite Spiel der Saison** startet am **3. Februar** um 10:45 Uhr an der Büllenkoppel. Gegner ist Paloma.



Sternschnuppen-Vorsitzende Kirsten Fehlauer vom Hamburger Strahlencentrum mit Sternschnuppen-Pate Otto Waalkes.

Fotos: Stephan Persch

## CHARITY für Kinder

*Bereits zum siebten Mal hatte Familie Wehmann Mitte Dezember bei Snacks und Glühwein zum „Wichteln“ zugunsten der Organisation „Hamburger Sternschnuppe“ ins Landhaus Scherrer geladen. Die Sternschnuppe unterstützt mittellose, krebserkrankte Kinder im Fundeni Krankenhaus in Bukarest in Rumänien – durch Sach- und Geldspenden vor Ort (per privatem Anfahren) oder OP's in Hamburg, inkl. An- und Abreise. Mitgewichtet haben u.a. Jenny Falckenberg, Carlo von Tiedemann und Otto Waalkes. Wer auch helfen möchte, Infos gibt es auf [hamburger-sternschnuppe.de](http://hamburger-sternschnuppe.de)*

## SCHULJUBILÄUM STARTET MIT PAUKENSCHLÄGEN

Das Carl-von-Ossietzky-Gymnasium wird in diesem Jahr 50 Jahre alt! Das wird gefeiert: Den Auftakt bildet am 1. Februar um 19 Uhr ein exklusives Konzert von ElbtionalPercussion in der Poppenbüttler Marktkirche. Die Besucher erwartet ein kreativer Crossover aus Klassik, Jazz & Weltmusik, Neuer Musik, Rock & Drum'n' Bass dank Trommeln, Becken & Gongs aus aller Welt sowie Regentonnen, Kochlöffel, & Co. Karten für 18/ erm. 7€ gibt es u.a. im Schulbüro des CvO im Müssenredder 59 und im Kirchenbüro der Marktkirche Poppenbüttel, Poppenbüttler Markt 2. Infos zu Band: [elbtionalpercussion.de](http://elbtionalpercussion.de)

Mit einem Konzert von ElbtionalPercussion startet das CvO in sein Jubiläumsjahr.



©ZVISTA FOTOGRAFIE



Jetzt wird's ernst: Wildschweine werden in Hamburg intensiver und mit neuen Methoden gejagt!

## MEHR WILDSCHWEINE ERLEGT

Im letzten Heft berichteten wir über die zunehmende Wildschweinpopulation und die dadurch entstehenden Gefahren, etwa die Ausbreitung der Afrikanischen Schweinepest. Aktuelle Jagdstatistiken geben der Sorge um die Wildschweininvansion Recht: In Hamburg wurden im Jahr 2016/2017 170 Tiere erlegt – das sind 50 mehr als im Vorjahr. Die Zahlen dürften demnächst noch ansteigen, denn seit Januar wurden die Auflagen für die Wildschweinjagd in Hamburg gelockert. Jäger dürfen nun z.B. auch die Tiere in der Nacht mit Licht anlocken, um sie abzuschließen. Schlechte Nachricht für Eber, Bache und Frischling!

## Hausanschlüsse

Schlüsselfertig gebaut?  
Und was ist mit Wasser und Abwasser?

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

## Baderneuerung

Bei uns sind Sie richtig!

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

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

Heizungsbau  
Hausanschlüsse  
Sanitärtechnik  
Solaranlagen  
Regenwassernutzung

**michael  
Krohn**

Lohe 40 · 22397 Hamburg · Tel. 607 14 59 · [www.michael-krohn.de](http://www.michael-krohn.de)



## SIE WOLLEN ME(E)HR ?



Dann sichern Sie sich jetzt bis zum 3.2.2018  
Ihre Lieblingsgartenmöbel zu einmalig-sonnigen Preisen!

**20 % AUF NEUWARE  
50 % AUF AUSSTELLUNGSTÜCKE DER SAISON 2017**

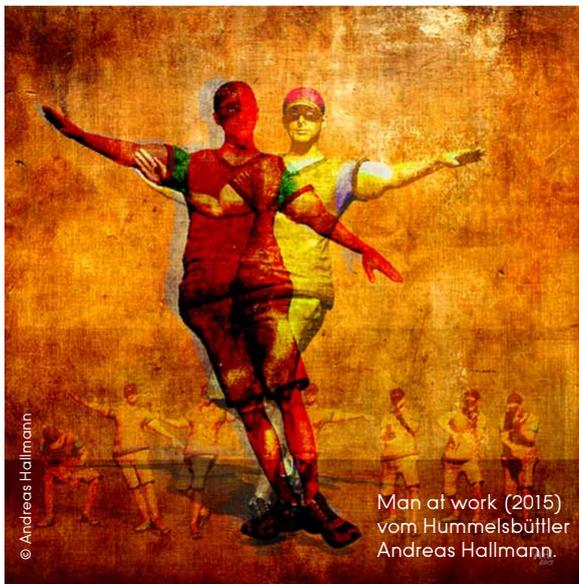
Zudem räumen wir unser Untergeschoss und spendieren Ihnen bis zu 50 % Rabatt auf unsere Gartengeräte und viele Dekoartikel!  
Und das Beste zum Schluss: Sie finden uns nicht auf der anderen Seite der Welt, sondern direkt bei Ihnen um die Ecke – in Hamburg-Sasel!



Waldweg 95 | 22393 Hamburg  
Mo.-Fr. 10.00 - 18.00 Uhr | Sa. 10.00 - 16.00 Uhr  
Tel.: 040-6012012 | [www.schulze-outdoorliving.de](http://www.schulze-outdoorliving.de)

\* 50% Anzahlung bei Auftrag und 50% bei Warenübergabe; Abholung oder Auslieferung der neuen Kollektion bis 12.03.2018. Lieferung der Ausstellungsstücke binnen einer Woche.

# DIGITALE Kunst



Man at work (2015)  
vom Hummelsbüttler  
Andreas Hallmann.

Die **Bücherhalle Alstertal** im Heegberg 22 zeigt **bis zum 23. Februar** acht großformatige Bilder des **Hummelsbüttlers Andreas Hallmann**. Titel: „(Un-)beachtete Momente“. Mit ihnen konserviert der Grafiker und Marketingspezialist Fernsehbilder und Filme, die wegen ihrer Geschwindigkeit und Vergänglichkeit oft übersehene künstlerische Meisterwerke seien, durch Reduktion, Verstärkung und spürbarer künstlerischer digitaler und manueller Bearbeitung. „Ich bringe sie auf eine neue Bild- und Betrachtungsebene.“  
Infos zum Künstler: [digitale-hofmalerei.de](http://digitale-hofmalerei.de)



Neben dem sportlichen Wettkampf geht es bei dem Turnier vor allem um den Guten Zweck!

## 18.500 EURO „ERSPIELT“!

Zum 12. Mal haben die weibliche und männliche U 16-Mannschaft des UHC das **„Juli Harnack Turnier“ im UHC** organisiert. Zum Gedenken an Julian „Juli“ Harnack. Das einstige Sturmtalent des UHC, ist 2006 im Alter von nur 16 Jahren viel zu früh an einem Krebsleiden verstorben. Ziel ist es seit dem Geld zu generieren, um die Chancen krebsskranker Kinder zu verbessern - durch verschiedene Aktionen wie etwa eine Tombola, Versteigerungen und diverse Spendenaktionen. In diesem Jahr kamen 18.500 Euro zu Gunsten der Fördergemeinschaft Kinderkrebs-Zentrum Hamburg e.V. zusammen. Die unterstützt die Klinik und Poliklinik für Pädiatrische Hämatologie und Onkologie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Die Spendenmittel werden verwendet, um eine optimale medizinische, aber auch psychosoziale Patientenversorgung zu erreichen, soziale Hilfen an bedürftige Familien zu leisten und die wissenschaftliche Arbeit des Forschungsinstituts Kinderkrebs-Zentrum Hamburg zu unterstützen. Weitere Informationen unter [kinderkrebs-hamburg.de](http://kinderkrebs-hamburg.de) und [juli-harnack-turnier.de](http://juli-harnack-turnier.de)

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



## Erste Hilfe für Ledermöbel



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

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



Eine moderne Kirche aus dem Jahr 1955. Getragen wird sie in weiten Teilen von einer lebendigen Gemeinde.

## Alstertaler Stiftung feiert Jubiläum

Was die Stiftung **Matthias-Claudius-Kirche** seit 2008 in Wohldorf-Ohlstedt leistet, zeigt was bürgerliches Engagement ermöglichen kann.

Eigentlich ist die idyllisch auf einem bewaldeten Hügel gelegene Matthias-Claudius-Kirche noch gar nicht so alt. 1955 wurde der achteckige Kirchbau mit seinem charakteristischen Zeltdach errichtet. Doch knapp fünfzig Jahre später ließen sich wegen sinkender Kirchensteuereinnahmen für die umfangreiche Gemeindegemeinschaft finanzielle Engpässe absehen, denen nur mit dem beherzten Engagement einiger Mitglieder langfristig begegnet werden konnte.

Deshalb mündeten Pläne aus dem Jahr 2007 in die Gründung der „Stiftung Matthias-Claudius-Kirche“ durch 15 Gründungstifterinnen und -stifter im Oktober 2008. Das Stiftungskapital von ursprünglich 66.000 Euro konnte in zehn Jahren auf über 290.000 Euro erhöht werden. Mit dem Ertragskapital und Spenden werden inzwischen rund zwei Drittel des gesamten Etas erbracht. Dank dieser Mittel können die Pfarrstelle erhalten, Kinder- und Jugendarbeit geleistet und Diakonische Projekte umgesetzt werden. Dazu kommt Altenarbeit und -hilfe.

Im Rahmen von Maßnahmen zum Erhalt der kirchlichen Gebäude in Wohldorf-Ohlstedt wurde die Orgel renoviert und der behindertengerechte Umbau des zweiten Kircheneingangs bezuschusst. Für die Kirchenglocken wurden zudem die Neubefestigung der Schlegel und der Austausch der Aufhängung bezuschusst.

Das Gründungsjubiläum einer so erfolgreichen Stiftung will natürlich gebührend gefeiert sein. Dafür hat sich der Cellist Klaus Stoppel, Gründer der seit 1986 bestehenden „Sommerlichen Musikakademie Wohldorf-Ohlstedt Hamburg“, mit dem Cembalisten Hans Jürgen Schmoor und dem Flötisten Jean-Claude Gérard zusammengetan. Am 3.2. werden sie bei einem Benefizkonzert in der Matthias-Claudius-Kirche Kammermusik von Johann Sebastian Bach zu Gehör bringen.

*Wolfgang Wagner*

### VERANSTALTUNGSTIPP

Benefizkonzert „10 Jahre Stiftung Matthias-Claudius-Kirche“, 3.2., 18 Uhr, Matthias-Claudius-Kirche Wohldorf-Ohlstedt, Bredenbekstraße 59.

Jean-Claude Gérard, Klaus Stoppel und Hans-Jürgen Schmoor spielen J. S. Bach. Eintritt frei, um Spenden wird gebeten. Mit anschließendem Imbiss im Gemeindefestsaal.

**Damit das Abschalten schon beim Motor starten beginnt.**

Service von uns.  
Mehr Freiraum für Sie.

**Audi Service**

Mit einem regelmäßig durchgeführten Service bei Ihrem Audi Partner sichern Sie sich zuverlässige Mobilität. Wir bieten Ihnen Leistungen, die speziell auf Sie und Ihren Audi abgestimmt sind. Top-Qualität, faire Preise, sportliche Terminvergabe – so muss Service sein. Besuchen Sie uns und geben Sie Ihr Fahrzeug in gute Hände! Wir freuen uns auf Sie.

ab **€ 29,90<sup>1</sup>**  
zzgl. Zusatzarbeiten  
und Material

Unser Angebot für Sie:  
**Audi CarCheck Winter<sup>1</sup>**  
Wir überprüfen z.B.  
Bremsanlage, Motoröl-  
stand und Beleuchtung.

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

<sup>1</sup> Beinhaltet Prüfung besonders beanspruchter Funktionsteile, wie z. B. Sichtprüfung der Bremsanlage, Prüfung der Bereifung, Überprüfung von Kühlsystem und Motorölstand sowie Funktionsprüfung Scheibenwisch-Waschanlage.

**Wir beraten Sie gern.  
Jetzt Termin vereinbaren!**

**Audi Ahrensburg**

Audi Hamburg GmbH  
Gänseberg 7, 22926 Ahrensburg  
Tel.: 0 41 02 / 49 09-0  
info@audizentrum-hamburg.de  
www.audi-ahrensburg.de



Häufiges Bild in Alstertal und Walddörfern: Wildwechsel. Das kann gefährlich werden!

# VORSICHT, WILD!

Alstertal und Walddörfer sind beim Thema Wildunfälle im Straßenverkehr besonders gefährdet. Das bestätigte kürzlich der Senat. Was muss die Stadt tun – und wie kann jeder Einzelne die Gefahr und den Schaden verringern?

„In den letzten Monaten sind vermehrt Bürgerinnen und Bürger auf mich zu gekommen und haben über eine gefühlte Zunahme an Wildunfällen berichtet“, sagt der CDU-Bürgerschaftsabgeordnete Dennis Thering. „Da es gerade bei uns im Alstertal und den Walddörfern eine hohe Zahl an Grünflächen gibt und somit auch viele Tiere beheimatet sind, habe ich mich gleich der Problematik angenommen und den Senat nach den aktuellen Zahlen befragt.“ Diese Zahlen zeigen zwar keinen direkten Anstieg, belegen aber, dass Wildunfälle in Alstertal und Walddörfern im Vergleich durchaus häufig sind – besonders Hummelsbüttel und Lemsahl-Mellingstedt sind in vielen Jahren unter den zehn Stadtteilen mit den häufigsten Unfällen vertreten. Aus dieser Beobachtung leitet Thering Forderungen an die Stadt ab: „Der Senat muss alles

daran setzen, die Bürgerinnen und Bürger, aber auch die Tiere vor Wildunfällen zu schützen. Hierfür müssen in den Gefahrengebieten konsequent Wildreflektoren und Duftzäune errichtet werden, damit die Tiere gar nicht erst auf die Straßen laufen und somit die Unfälle verhindert werden.“ Aber auch die Autofahrer sollten in der dunklen Jahreszeit besonders aufmerksam sein.



CDU-Verkehrsexperte Dennis Thering befragte den Senat über die Wildwechselgefahr.

## WILDUNFALL – WAS NUN?

- Sichern Sie die Unfallstelle mit Warndreieck ab.
- Rufen Sie die Polizei. Diese verständigt den Jagdpächter
- Ein verletztes Tier nicht anfassen, es nicht mitnehmen bzw., falls es sich von der Unfallstelle entfernt, ihm nicht nachlaufen.
- Falls das Wild tot ist, kann es an den Straßenhand gezogen werden. (Vorsicht vor Krankheiten! Schutzhandschuhe!)
- Lassen Sie sich von der Polizei eine Wildschadenbestätigung ausstellen. Mit dieser können Sie dann Ihre Versicherung kontaktieren. Achtung: eine Kfz-Haftpflichtversicherung reicht nicht aus. Sie brauchen mindestens eine Teilkaskoversicherung.

# DANKE AEZ

## AUF EIN WIEDERSEHEN AM GÄNSEMARKT

*Ausverkauf in unserer Filiale im AEZ vom 4.1.-28.2.2018:*

*Kommen Sie vorbei und sichern Sie sich unschlagbare Rabatte auf unser komplettes Sortiment. In unseren neu gestalteten Räumen am Gänsemarkt sind wir übrigens weiterhin wie gewohnt für Sie da!*

30%  
40% **50** / **0** 15%  
20%



**BECKER**  
JUWELIERE & UHRMACHER

HAMBURG · GÄNSEMARKT · 040/357 58 50 · ALSTERTAL EKZ · 040/606 52 62

[WWW.JUWELIER-BECKER.COM](http://WWW.JUWELIER-BECKER.COM)

RADO  
SWITZERLAND

NAUTISCHE INSTRUMENTE  
MÜHLE  
GLASHÜTTE/SA

TAG Heuer  
SWISS AVANTGARDE SINCE 1886

MAURICE LACROIX  
Manufacture Horlogère Suisse

NOMOS  
GLASHÜTTE

BAUME & MERCIER  
MAISON D'HORLOGERIE GENEVE 1830

JUNGHANS  
GERMAN SWISS SINCE 1861

UFA

CHRONOSWISS

EBEL

LONGINES  
ESTABLISHED 1853

TISSOT  
SWISS WATCHES SINCE 1853

GUCCI

FREDERIQUE CONSTANT  
GENEVE

MICHAEL KORS

MARC JACOBS

CAPOLAVORO

AL CORO

GERSTNER  
JEWELRY SINCE 1874

MEISTERSINGER

LAPPONIA  
jewelry

GEORG JENSEN  
ESTABLISHED 1861

Noch vor einigen Jahren hat Schutty Gundlach Tennis gespielt. Heute bevorzugt sie etwas mehr Ruhe.



Foto: Corinna Dreessen

# Ein volles Leben

Eine Grande Dame des Alstertals ist **gerade 99 Jahre alt geworden: Schutty Gränert-Gundlach**. Wir trafen die Wellingsbüttlerin und sprachen mit ihr über ihre Kindheit, ihr Arbeitsleben im von ihr geführten und 1980 verkauften Schuhhaus Gundlach und die Zeit danach – bis heute.

„Ich bin in Eppendorf aufgewachsen und im Mittelweg zur Schule gegangen“, erzählt die 99-Jährige. Damit ist sie Zeitzeugin einer der dunkelsten Epochen Deutschlands und hat das Aufkommen des Nationalsozialismus miterlebt. „Es gab dort auch viele jüdische Schülerinnen. Zum Glück hatten sie reiche Eltern und sie sind alle so schnell wie möglich nach England und Amerika ausgewandert. Als Kinder hat uns die Konfession nicht interessiert und ich war mit einigen gut befreundet und hatte noch sehr lange Kontakt zu ihnen.“ 1938, nach dem Ende ihrer Schulzeit, ist die Familie nach Wellingsbüttel gezogen. Von der Stadt quasi aufs Land. „Damals gab es in unserer Straße nur vier Häuser, dafür aber viel Wald und große Wiesen.“ Eine echte Umstellung für die damals 19-jährige. Wie langweilig, aber sie lernte die Natur und die Ruhe schnell lieben. Und zum Glück gab es ja noch das Schuh-Geschäft „Gundlach“ in Eppendorf, das ihr Opa Otto Krotz 1909 (unter anderem Namen) gegründet hatte. „Von früher Kindheit an half ich gerne dort mit. Meinen Mann Willi Gränert, den ich 1935 kennenlernte, konnte ich auch für das Geschäft gewinnen.“ Nach 1945 baute das Ehepaar das durch den Krieg gebeutelte Geschäft wieder auf und gründeten parallel eine Familie. Nach dem Tod ihres Mannes in den 1960er-Jahren hat sie das Geschäft über 20 Jahre mit ihren Kindern fortgeführt. Bis 1980. „Ich fühlte mich dann doch langsam zu alt für diese große Aufgabe und habe es schweren Herzens verkauft“, erzählt die Wellingsbüttlerin lächelnd. Zur Ruhe gesetzt hat sie sich aber nicht. Sie lernte französisch, widmete sich Literatur und Kunst, spielte Golf und Tennis und tanzte Flamenco. Seit zwei Jahren geht es mit den Beinen nicht mehr so gut,

Tennis spielen geht nicht mehr. Golfen und Flamenco tanzen mussten aufgegeben werden. „Jedes Aufstehen ist ein Entschluss. So mal kurz aufspringen kommt nicht mehr in Frage“, meint die 99-Jährige. Auch der große Freundeskreis lichte sich, sagt sie betrübt. Aber es ist immer noch viel Leben im Haus. Die Familien ihrer vier Kinder wohnen in der Nähe, ihre Tochter Corinna wohnt im Anbau nebenan und im 1. Stock. „So habe ich jeden Tag mindestens ein Ereignis, auf dass ich mich freue“, findet die Wellingsbüttlerin, „In letzter Zeit bin ich ruhebedürftiger. Ich habe immer gerne große Empfänge gemacht, aber meinen Geburtstag habe ich nur im familiären Kreis verbracht. Da konnte ich mich auch etwas zurückziehen, wenn es mich angestrengt hat.“ Wenige Gäste waren es trotzdem nicht. Vier Familien mit insgesamt 14 Enkeln und Urenkeln, das ist schon sehr lebendig. „Das genieße ich sehr, so viele Kinder und alles gehört zu meiner Familie.“ *cd*



Links: Schutty Gränert-Gundlach als junge Frau 1945.  
Rechts: Schutty in ihrem Element, den Schuhen. Kein Nachmittagstee ohne mehrere Paar Schuhe im Kofferraum für die Freundinnen.

”

*Mit Kindern,  
Enkeln und  
Urenkeln bleibt  
man jung. Ich  
freue mich  
jeden Tag über  
meine große  
Familie.*

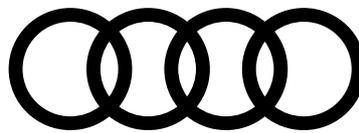


Auch wenn die Finger nicht mehr so virtuos sind, Klavierspielen bringt immer noch große Freude.



Fotos: privat

Audi Gebrauchtwagen



## Fahren Sie der Sonne entgegen.

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von unseren attraktiven Cabriolet Barkauf-Angeboten begeistern. Bei uns finden Sie Ihren passenden Gebrauchtwagen – natürlich top gepflegt, rundum geprüft und selbstverständlich günstig. Und wenn Sie lieber finanzieren oder leasen möchten – kein Problem! Fragen Sie einfach unsere Verkaufsberater. Jetzt einsteigen und mit uns in den Frühling starten. Autohaus Petschallies, es geht um mehr als nur Autos.

Unser Preis für Sie:

**€ 23.980,-**

inkl. Überführungskosten

Unser Vorteilsangebot bei Barzahlung<sup>1</sup>:

**z. B. Audi A3 Cabrio, 1.4 TFSI Automatik**  
EZ 07/14, 82.800 km, 110 kW (150 PS)  
Farbe: Misanorot Perleffekt/Schwarz, S line Sportpaket, Navigationspaket, LED-Scheinwerfer, Sitzheizung u. Mittelarmlehne vorn, Einparkhilfe vorn u. hinten, u.v.m.

Unser Preis für Sie:

**€ 33.550,-**

inkl. Überführungskosten

Unser Vorteilsangebot bei Barzahlung<sup>1</sup>:

**z. B. Audi A5 Cabrio, 3.0 TDI Automatik**  
EZ 04/13, 53.400 km, 180 kW (245 PS)  
Farbe: Ibisweiß/Schwarz, S line-Sportpaket u. Exterieurpaket, MMI Navigation plus, Assistenzpaket, Einparkhilfe vorn u. hinten inkl. Rückfahrkamera, u.v.m.

Unser Preis für Sie:

**€ 35.980,-**

inkl. Überführungskosten

Unser Vorteilsangebot bei Barzahlung<sup>1</sup>:

**z. B. Audi TT Roadster, 2.0 TFSI Automati.**  
EZ 08/15, 12.900 km, 169 kW (230 PS)  
Farbe: Mythossschwarz Metallic/Schwarz, LED-Scheinwerfer, S-Sportsitze vorn, MMI Navigation plus, Geschwindigkeitsregelanlage, Einparkhilfe vorn u. hinten, Sitzheizung u. Mittelarmlehne vorn, u.v.m.

<sup>1</sup> Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

**Petschallies**  
Sasel

**Petschallies Sasel GmbH**, Volksdorfer Weg 192, 22393 Hamburg,  
Tel.: 0 40 / 60 01 45-0, sasel@petschallies.de, www.audi-petschallies.de

Wolfgang E. Buss im Gespräch mit dem weisen Mönch und Meditationsmeister U Tong in Burma (Myanmar). Buss studierte – auch als Mönch – Meditation und östliche Weisheiten neben seiner Aufgabe als Medienunternehmer. „Die Kunst des Loslassens üben!“

# Achtsamkeit lernen!



Noch vor wenigen Jahren war der Begriff „Achtsamkeit“ nahezu **unbekannt**. Nur einige Kenner buddhistischen Denkens wussten etwas über die Zusammenhänge von **Achtsamkeit, Meditation, Loslassen** und einem glücklichen, gesunden, guten Leben. Die meisten in unserer Gesellschaft glauben, durch hohen Konsum, viel Essen, Alkohol, Zigaretten und viel viel Arbeit ihr Leben luxuriös zu machen. Das **Gegenteil** ist oft der Fall. Statt Glück entstehen Übergewicht, schlechte Blut- und Leberwerte, Verlust von Vitalität oder sogar ein Klinikaufenthalt. An „Sechs Abenden der Stille“ wird Wolfgang E. Buss einen Workshop zu diesen Themen anbieten.

**H**eute sind wir selbstverständlich schlauer! Aber handeln wir auch danach? Wie schaffen wir es, aktuelle Erkenntnisse auf unser tägliches Leben zu übertragen ohne dem Gefühl von „Verzicht“? Die Antwort ist: Achtsamkeit ins eigene Leben zu integrieren. Doch was ist das nun, Achtsamkeit? Man könnte sagen, es handelt sich um ein „Glücksmodul“. Wie gehe ich gut mit mir selbst um, mit meinem Körper und meiner Seele – oder mit meiner Familie. Bemerkenswert ist, dass Achtsamkeit zunehmend auch in die „Business-Kultur“ vordringt. Achtsam agieren auch mit Mitarbeitern, Kollegen oder Kunden.

## Sechs Abende der Stille

Zu diesem Themenkomplex hat sich Verleger Wolfgang E. Buss entschlossen, einen Workshop zu entwickeln. An sechs Abenden wird er mit anspruchsvollen Menschen auf die Suche nach mehr Lebensqualität gehen. Mit Meditation, Achtsamkeit, Balance, Loslassen und tieferer Erkenntnis.

Wolfgang E. Buss, der als einer der wenigen Europäer an den Wurzeln des Entstehens der Meditation geforscht hat – auch als buddhistischer Mönch in asiatischen Klöstern – wird Einführungen und praktische Übungen zur Meditation geben. Damit berührt er genauso 2500 Jahre buddhistischer Ethik wie modernste Neurowissenschaft und Gehirnforschung. Er wird Anleitungen zur Schulung der Achtsamkeit geben, um das Loslassen zu üben, eine Fähigkeit die wir in unserer modernen Welt am deutlichsten vermissen. Loslassen vom täglichen Stress und von der Sucht nach immer mehr, Loslassen von Sorgen, Gedankenketten usw.

Er will sich an einem Abend auch ein Stück mit den Teilnehmern auf die Spuren des Buddha begeben und aus den entlegensten Klös-

tern Myanmars berichten, von seinen reichen Erfahrungen in einer „anderen Welt“ und: Wie lassen sich beide verbinden? Mit Erlebnissen und Bildern aus dem Land der Stille. „Wer loslässt, hat plötzlich beide Hände frei“, sagt er und meint, „um die guten Vorsätze für 2018 nachhaltig ins eigene Leben zu integrieren, müssen wir Ungeliebtes loslassen.“

Alle Abende sind geprägt von einem uralten „Ritual“ gemeinsamer Meditation: bewusst ankommen, kurze Anleitungen zur geführten Meditation, dann in achtsamer Atmosphäre Austausch einiger Gedanken wie oben beschrieben in der Gruppe.

Jeder Abend dauert knapp 90 Minuten und findet statt im wunderbaren „Spirit-Loft“ im Meridian Spa & Fitness Alstertal und ist ebenso geeignet für Anfänger wie Fortgeschrittene.

Als Mönch im Kloster mit dem großen Sayadaw Tharmanya in Myanmar.



**Anmeldung:** Für Mitglieder wie Nichtmitglieder ist eine telefonische Anmeldung erforderlich: 040 -6589-13000, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kosten für Nichtmitglieder 20 € (5 € plus 15 € Tageskarte pro Abend, inkl. Nutzung des Wellness-Bereichs), Mitglieder: 5 €.

**Termine:** 31.01.2018, 07.02.2018, 14.02.2018, 21.02.2018, 28.02.2018 & 07.03.2018

**Zeit + Ort:** 19.30–21.00 Uhr im Spirit Loft Meridian Spa & Fitness Alstertal.

**MERIDIAN**  
SPA & FITNESS



# Neue Hörizonte entdecken! Kleine Hörgeräte, kleine Preise: Große Wirkung!

Wir geben Ihnen die Möglichkeit im vergleichenden Testtragen herauszufinden, welches unserer Hörsysteme für Sie optimal ist. Jedes Hörgerät kann im Alltagstest live verglichen werden. Hörgeräte mit perfektem Zusammenspiel von Tragekomfort und Klangqualität bei bestem Preis-Leistungsverhältnis. Auf zu neuen Hörizonten — wir beraten Sie gerne.



FREUDE AM HÖREN

**ACKERMANN AKUSTIKUM**

MEISTERBETRIEB FÜR HÖRSYSTEME

in Hamburg-Poppenbüttel, Heegbarg 6, gegenüber AEZ, neben der Post, Tel. 040/608 24 724

in Norderstedt, Europaallee-Passage, Herold-Center, Tel. 040/529 85 840

www.akustikum.de

Ihr Partner für Siemens-Hörgeräte in Hamburg



**REINHARD SCHROETER**

Zahnarzt

→ **Spezialisierung**

Prothetik  
Ästhetische Zahnheilkunde  
Konservierende Zahnheilkunde



**GHAZALEH ZARGARAN**

Zahnärztin M.Sc.

→ **Spezialisierung**

Mikroskopische Endodontologie  
Ästhetische Zahnheilkunde  
Konservierende Zahnheilkunde



**DR. BURKART M. ZUCH**

Zahnarzt MS MS (Master UCLA/USA)

→ **Spezialisierung**

Implantologie  
Ästhetische Zahnheilkunde  
Parodontologie



**SPALDINGSTRASSE 74**

Tel. 040 / 23 09 83

→ **Citynaher Standort**

Kostenlose Parkplätze in  
der hauseigenen Tiefgarage

„UNSER ZIEL IST IHRE ZUFRIEDENHEIT, DENN IHR LÄCHELN SPRICHT FÜR UNS!“

Der citynahe Standort unserer Praxis Spaldinghof bietet Ihnen Zahnmedizin auf allerhöchstem internationalen Niveau. Weitere Praxisinfos finden Sie auf unserer Website: [www.praxis-spaldinghof.de](http://www.praxis-spaldinghof.de)

**Modernste zahnmedizinische Technik**

- + Neueste 3D-Röntgendiagnostik
- + Osstell® ISQ System
- + OP Mikroskope
- + CAD/CAM Meisterlabor

**Kostenlose Patientenseminare**

- + “Modernste 3D-Zahnheilkunde”
- + “Weltneuheit REPLICATE™-System”
- + “Endo with Love - Wurzelkanalbehandlungen”
- + ... und weitere Themengebiete



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

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

# Botschafter des Nordens

Foto: Oliver Fantitsch

„Nach fast 20 erfolgreichen Jahren war es an der Zeit, etwas Neues zu wagen. Und wer kann bei Deutschlands bekanntestem Privattheater schon Nein sagen“, so Michael Lang.

19 Jahre lang leitete der **Volksdorfer Michael Lang** die Komödie Winterhuder Fährhaus. Seit gut einem halben Jahr das **Ohnsorg Theater**. Wir sprachen mit dem Kulturschaffenden über Unterschiede, Herausforderungen und einen europäischen Auftrag.

## ALSTERTAL MAGAZIN: Was war für Sie persönlich die größte Herausforderung bei Amtsantritt?

**Michael Lang:** Die Frage, wie wir es schaffen, das erfolgreiche künstlerische Profil so weiterzuentwickeln, dass wir einerseits die Abonnenten mitnehmen, aber andererseits auch die nachwachsenden Generationen für unser Programm begeistern ...

### ... das war in der Komödie wegen des Altersdurchschnitts des Publikums nicht viel anders, oder?

Ja, es ist genau wie im Fährhaus. (lacht) Hier allerdings mit der zusätzlichen „Schwierigkeit“, dass wir die nachwachsenden Generationen nicht nur für Theater allgemein begeistern müssen, sondern auch noch für die plattdeutsche Sprache. Die Leute fragen sich natürlich, warum soll ich in ein niederdeutsches Theater gehen, wenn es 30 weitere Bühnen in der Stadt gibt, die hochdeutsch spielen.

### Wie gelingt es?

Man muss schon etwas wirklich Besonderes bieten, damit die Leute diese vermeintliche Hürde auch nehmen. Wie etwa den Klassiker „Romeo und Julia“ als plattdeutsches Volkstheater. Dann kommen junge Menschen und merken schnell, hey, das kann ich ja verstehen.

### In Winterhude haben Sie mit der Reihe KONTRASTE ein Theaterformat für ein jüngeres Publikum entwickelt. Planen Sie Ähnliches am Ohnsorg Theater?

Mit der 80 Plätze umfassenden „Studiobühne“ unter der Leitung von Cornelia Ehlers gibt es bereits ein entsprechendes Format. Es soll den nachwachsenden Generationen das Plattdeutsche vermitteln. Deswegen zeigt es wagemutigere Stücke, teils gemischt in Platt- und Hochdeutsch und initiiert auch viele Projekte für Jugendliche und Schulen.

## Was ist der größte Unterschied?

Ich nenne mal zwei. Einer ist, dass am Ohnsorg Theater alles vor Ort produziert wird, vom Bühnenbild bis zu den Kostümen. Deswegen haben wir u.a. eine Tischlerei, eine Schlosserei und eine Schneiderei im Haus. Der zweite ist die Intensität, denn wir haben mit 7 großen Produktionen, 5 Studioproduktionen sowie Märchen und Tourneen über 700 Vorstellungen im Jahr, davon über 500 hier im Haus.

### Dafür erhalten Sie anders als an alter Wirkungsstätte Geld von der Stadt, gut 2,2 Mio. Euro im Jahr. Hat man den Ehrgeiz mal ohne Subventionen auszukommen?

Das ist utopisch, denn wir haben einen Kulturauftrag, die lebendige Förderung der niederdeutschen Kultur. Der ergibt sich aus einer EU-Charta, der das Land dazu verpflichtet, Regionalsprachen zu fördern. Dazu müssen wir u.a. ein festes Ensemble vorhalten, das die Sprache perfekt beherrscht. Außerdem transportieren wir auf Tourneen unsere Programme als Botschafter des Nordens durch den deutschsprachigen Raum und organisieren theaterpädagogische Angebote für den Nachwuchs. Das geht nicht ohne Subventionen.

### Ist es Segen oder Fluch, dass das Bild des Theaters durch die alten Fernsehübertragungen mit Heidi Kabel geprägt ist?

Auf der einen Seite ist es gut, weil sie den Namen landesweit im Fokus halten und es immer noch ein Publikum dafür gibt. Auf der anderen Seite können sie verschleiern, dass sich das Theater über die Jahre weiterentwickelt hat. Es gibt neue Künstler, eine andere Ästhetik und zeitgemäße Themen und sogar – wie schon erwähnt – ins Plattdeutsche übertragene Klassiker wie „Romeo und Julia“. Ein großer Erfolg im vergangenen Jahr, der zeigt, dass viel möglich ist.

kw

# MACH ES ANDERS

## HOLE DEIN BAD AUS SEINEM WINTERSCHLAF



€ 11,95



Spiegel  
70 x 49 cm € 99,-



Regal Brooklyn  
€ 119,-



Spiegel  
Ø 59 cm € 99,-

MINERALGUSS-  
WASCHBECKEN GUVVA  
149,95



Waschlappen  
€ 5,99/Stk.



VINYL-  
DESIGNBELAG

NATURHOLZ-  
PLATTEN



### SCHWITZEN HÄLT LEIB UND SEELE ZUSAMMEN

...und das klappt auch in den eigenen 4 Wänden! Von der finnischen Sauna bis zur Infrarot-Sauna bestellen wir in verschiedenen Größen und Ausführungen alles, was das Saunaherz begehrt.



€ 26,95

**kwp**  
BAUMARKT





„Soll ich nach der Schule studieren oder einen der 326 Ausbildungsberufe ergreifen?“ Bei dieser Frage will die Berufs- und Studienorientierung (BOSO) helfen – an neun Schulen jetzt besser als zuvor.

# Neun im Glück

An neun Stadtteilschulen, darunter auch die Irena-Sendler-Schule in Poppenbüttel, werden Berufsorientierungsräume eingerichtet, für 81.000 Euro. Das Geld kommt dabei aber nicht von der Stadt, sondern aus privater Hand - von der Peter Jensen Stiftung.

**N**eun Stadtteilschulen können ihre Schülerinnen und Schüler künftig neben den bestehenden Konzepten noch besser auf die Berufswahl und den Übergang von der Schule in den Beruf vorbereiten: Im Rahmen eines Wettbewerbs konnten sich die Stadtteilschulen mit ihrem Konzept bewerben. Eine Jury wählte neun Schulen aus, die sich nun je nach Bedarf über Möbel oder technische Ausstattung freuen können: neben der Irena Sendler Schule in Poppenbüttel sind es die Erich-Kästner-Schule (Farmsen-Berne), die Fritz-Schumacher-Schule (Langenhorn), die Goethe-Schule Harburg, die Schule auf der Veddel, die Stadtteilschule Alter Teichweg (Dulsberg), die Stadtteilschule am Heidberg (Langenhorn), die Stadtteilschule Öjendorf und die Stadtteilschule am Hafen (Neustadt).

Matthias Greite, Schulleiter der Irena Sendler Schule, ist begeistert: „Durch die Unterstützung der Peter Jensen Stiftung werden wir in die Lage versetzt, unser Angebot im Bereich der Berufsorientierung noch gezielter und individueller zu gestalten. Der mit den Geldern im Neubau der Schule ausgestattete Berufsorientierungsraum bietet vielfältige Möglichkeiten direkt vor Ort individuelle Beratung durchzuführen.“ Und Matthias Greite sagt weiter: „An Computerarbeitsplätzen können die Schülerinnen und Schüler direkt die Ergebnisse der Beratung umsetzen, sich über Themenfelder informieren, Kontakt zu Firmen aufbauen, Kompetenzen erwerben bzw. vertiefen. Damit haben wir einen Ort geschaffen, der zentraler Bestandteil unseres Berufsorientierungskonzeptes ist.“ Und Orientierung werde immer wichtiger, so Thomas Bressau, Referent für Stiftungen in der Schulbehörde: „In Deutschland gibt es 326 Ausbildungsberufe (Stand 2016), diese große Vielfalt und die große Unkenntnis davon ist das größte Problem in der Berufsorientierung.“ Genau hier möchte die Stiftung ansetzen. „Die Jugendlichen sollen prinzipiell mehr über Grundberufe erfahren können“, erklärt Stiftungsvorstand Martin Jensen. Er übergab gerade gemeinsam mit

Bildungssenator Ties Rabe – er hat 2015 die Patenschaft für die Peter Jensen Stiftung übernommen – in der Stadtteilschule am Hafen den ersten fertiggestellten Raum. Dort entstanden Computer-Arbeitsplätze (Möbiliar und Technik) sowie „Beratunginseln“ – räumliche Möglichkeiten für diskrete persönliche Beratungsgespräche.

Ties Rabe: „Es freut mich, dass sich die Peter Jensen Stiftung in einem so wichtigen Bereich der Bildung engagiert. Mit der Wahl des richtigen Berufes entscheidet sich das Lebensglück junger Menschen. ‚Für die Zukunft lernen‘ – das ist in der Berufsorientierung Programm. Und das ist nun an neun Hamburger Stadtteilschulen noch intensiver möglich.“ In 9 von 85 – davon sind 58 in staatlicher Hand – dank privater Initiative ... Die arbeitet zum Glück weiter an dem Thema. „Der nächste Schritt ist es, kleine und mittlere Firmen aus dem regionalen Umfeld zu überreden, ihre Branche und deren Ausbildungsinhalte in den mit unserer Hilfe geschaffenen Räumlichkeiten überzeugend und praxisnah vorzustellen. Da will unsere Stiftung in diesem Jahr ansetzen“, so Martin Jensen abschließend.

*Dieter Genske*

Ties Rabe, Birgit Singh-Heinike und Martin Jensen (r.) eröffnen den ersten von neun neuen Berufsorientierungsräumen.



Foto: Pressefoto

BESUCHEN SIE UNS AUF DER HOME<sup>2</sup>-MESSE VOM 26. BIS 28. JANUAR 2018 IN DEN HAMBURGER MESSEHALLEN, HALLE B6, STANDNR. 574!



IMMOBILIENPREIS: NUTZEN SIE UNSEREN NEUEN ONLINE-QUICK-CHECK!

## IMMOBILIENVERKAUF:

### LIEBER GLEICH ZU DEN EXPERTEN FÜR ALSTRERTAL UND WALDDÖRFER BEI FRÜNDT IMMOBILIEN!



Für eine erfolgreiche Vermarktung Ihrer Immobilie brauchen Sie heute mehr denn je lokal spezialisierte, engagierte Immobilienexperten. Unser Team verfügt über hervorragende regionale Marktkenntnisse und bietet Ihnen eine sensibel ermittelte, treffsichere Preiseinschätzung und dann beste Verkaufschancen, die wir u.a. durch ein exzellentes Verkaufsexposé, gute Kontakte zu vielen qualifizierten vorgemerkten Interessenten, innovative Werbung, präzise vorbereitete Besichtigungen mit ausgewählten Interessenten und souverän geführte Verhandlungen erreichen. Fründt Immobilien steht für Dienstleistung mit Leidenschaft: Wir sind Ihr zuverlässiger Partner auf Augenhöhe und bieten Ihnen ein „Rundum-sorglos-Paket“ bis zur Schlüsselübergabe. So gestalten wir Ihren Immobilienverkauf sicher, bequem und erfolgreich – mit echtem Mehrwert für Käufer und Verkäufer. Am besten sprechen Sie gleich mit Oliver Fründt oder einem unserer erfahrenen Makler. Oder Sie nutzen vorab unseren unverbindlichen, kostenlosen **Online-Quick-Check**, um sofort eine erste Indikation zum Wert Ihres Grundbesitzes zu haben.

Ihr sicherer Weg zum Verkaufserfolg:

**TEL. 040 / 6001 6001**

**WWW.FRÜNDT-IMMOBILIEN.DE**

Saseler Markt 1, 22393 Hamburg (Sasel)



Liebe Dein Auto.

Nur bei uns:  
die extra Portion Leidenschaft.



Service mit  
Leidenschaft.

Auto Wichert 17 x in Hamburg und Norderstedt  
An 365 Tagen im Jahr ist unser Notdienst für Sie da



Volkswagen



Nutzfahrzeuge



SKODA



SEAT

Auto Wichert GmbH | [www.auto-wichert.de](http://www.auto-wichert.de) | [info@auto-wichert.de](mailto:info@auto-wichert.de)

Stockflethweg 30 | Hamburg | Tel. 040 . 52 72 27-0  
Langenhorner Chaussee 666 | Hamburg | Tel. 040 . 60 00 30-0  
Wendenstraße 150-160 | Hamburg | Tel. 040 . 25 15 16-0  
Bornkampsweg 2-4 | Hamburg | Tel. 040 . 89 69 1-0  
Blankeneser Landstraße 43 | Hamburg | Tel. 040 . 86 66 60-0  
Hoheluftchaussee 153 | Hamburg | Tel. 040 . 42 30 05-0  
Holsteiner Chaussee 190 | Hamburg | Tel. 040 . 57 70 97-90  
Segeberger Chaussee 181 | Norderstedt | Tel. 040 . 52 99 07-0  
Ulzburger Straße 167 | Norderstedt | Tel. 040 . 52 17 07-0  
Ohechaussee 194-198 | Norderstedt | Tel. 040 . 30 98 544-70



Fotos: Anadol Kofke

Bringen in den Kammer-  
spielen den erfolgreichen  
Film „Vincent will Meer“ auf  
die Bühne: Christopher Am-  
mann, Moritz Leu, Till Dem-  
tröder, Angelina Häntsch  
und Marina Weis (v.l.).

# „Auf der Bühne bin ich ein Arschloch“

**Till Demtröder** spielt aktuell einen **fiesen Lokalpolitiker**. In der in der Tragikomödie **„Vincent will Meer“**, darin lässt er seinen Sohn einsperren, weil er ihn mit seinem Tourette-Syndrom im Wahlkampf stört. Wir fragten ihn wie es ist, einen erfolgreichen Kinofilm auf die Bühne zu bringen.



„Für einen Schauspieler ist es schön, ein Arschloch spielen zu können - also mal so ganz anders sein zu dürfen, als zu Hause“, erklärt Till Demtröder lächelnd. Im Stück ist er eines, weil er - also seine Figur - seinen am Tourette-Syndrom erkrankten Sohn Vincent in eine psychiatrische Klinik einsperren lässt. Denn er passt nicht in das Bild des erfolgreichen Politikers, der er sein will. Umso schlimmer für ihn, dass Vincent aus der Klinik ausbricht und zusammen mit den Leidensgenossen Marie (magersüchtig) und Alex (zwangsgeneigt) das Auto der Ärztin nimmt, um die Asche seiner toten Mutter ans Meer zu bringen. Der Politiker nimmt zusammen mit der Ärztin die Verfolgung auf.

Till Demtröder als unsympathischer  
Politiker, der sich aber wandelt!

Die Geschichte, geschrieben vom Schauspieler Florian David Fitz, lief vor einigen Jahren erfolgreich als Roadmovie im Kino. Demtröder sieht das mit gemischten Gefühlen: „Einen Film auf die Bühne zu bringen, ist immer ein schwieriges Unterfangen, denn viele Zuschauer haben bereits Bilder im Kopf. Das kann die Fantasie einschränken. In diesem Fall aber nicht, weil die Bühne extrem puristisch gehalten ist, werden ganz neue Bilder in den Köpfen der Zuschauer entstehen.“ Und auch Fragen, so der Schauspieler, denn so abstrus die Geschichte ist, es geht um ein wichtiges Thema: den Umgang mit Handicaps. „Und das ist sehr gelungen, denn es wird nicht über die Figuren, sondern mit ihnen gelacht. Die Leiden werden nicht persifliert, sondern unpräzise als Teil der Personen wahrgenommen, die auch glücklich sind. Außerdem machen alle - ich als Politiker auch - eine positive Wandlung durch. Das gefällt mir.“ *kw*  
„Vincent will Meer“, bis zum 25.2., Tickets ab 18 € unter Tel. 41 33 44 0 und [hamburger-kammerspiele.de](http://hamburger-kammerspiele.de)

Die Sorte ‚Lilium Gaucho‘ besticht mit eleganten pink-weißen Blütenblättern.

# „So früh wie möglich pflanzen“

Kaum zu glauben! Aber wahr, schon jetzt können Lilienzwiebeln im Garten gepflanzt werden. Warum, das erklärt Blumenzwiebelexperte Carlos van der Veek.

**L**ilien beeindrucken seit jeher mit ihrer majestätischen und erhabenen Schönheit. Die Madonnenlilie gehört sogar zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt. Bereits 4500 vor Christus verzierten die Ornamente dieser Pflanzen Säulenkaptellen, Königsthronen und Sarkophage des alten Ägyptens. Auf verschlungenen Wegen gelangten die Lilien dann von den Phöniziern zu den Griechen und Römern. Selbst in der griechischen Legende von Zeus und seinem Sohn Herkules spielen sie eine Rolle. Jahrhunderte später wurden Lilien im Mittelalter aufgrund ihrer strahlend weißen Farbe zum christlichen Symbol der Reinheit. Als Konzession an die Unschuld ging man allerdings oft so weit, die Madonnenlilie ohne Fruchstempel und Staubgefäße zu malen - denn diese wurden als anzüglich interpretiert. Bis heute haben Lilien nichts von ihrer erhabenen, faszinierenden Kraft eingebüßt. Wo auch immer sie ihre Schönheit entfalten, ob in kleinen Gruppen zwischen niedrigen Sträuchern oder nicht zu hohen Stauden, vor einer Hecke oder immergrünen Gehölzen, in der Rabatte oder im Kübel - sie ziehen unwillkürlich bewundernde Blicke auf sich und beeindrucken den Betrachter durch ihre Perfektion und starke Präsenz.

Kennzeichnend für die Gattung Lilien ist die Zwiebel mit überlappenden Schuppen, die je nach Art fest oder locker sind. „Anders als zum Beispiel Tulpen, Narzissen oder Allium besitzen Lilienzwiebeln allerdings keine schützende Außenhaut“, erklärt Blumenzwiebelexperte Carlos van der Veek von Fluwel. „Daher trocknen die Zwiebeln an der Luft leicht aus. Deshalb empfehle ich, Lilien so früh wie möglich in die Erde zu pflanzen - am besten schon im Januar. Dort sind sie optimal aufgehoben und können im Frühjahr wurzeln und austreiben.“

„Anders als zum Beispiel Tulpen, Narzissen oder Allium besitzen Lilienzwiebeln keine schützende Außenhaut und trocknen an der Luft schnell aus“, erklärt Carlos van der Veek. „Daher empfehle ich, Lilien so früh wie möglich in die Erde zu pflanzen!“

Die gefüllt blühenden Roselilies, wie die Sorte ‚Roselily Felicia‘, beeindrucken mit einer Vielzahl an Blütenblättern.



**Meyer's  
Mühle  
GARTEN  
MÖBEL**

Ohechaussee 20 · 22848 Norderstedt  
meyers-muehle-gartenmoebel.de  
3.000 m<sup>2</sup> Ausstellung / sofort vorrätig

**NUR BIS  
28.FEBRUAR!**

**20% Abholrabatt  
auf alle vorrätigen**

**KETTLER®-Gartenmöbel**

Angebot gilt für das aktuelle Sortiment

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

**Winterzeit**

**RGW Garten- und Landschaftsbau**

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



Fotos: fluwel.de

Mildred Scheel mit Tochter Cornelia. Im Sasel Haus lässt sie die Erinnerung an ihre Mutter aufleben.

© Cornelia Scheel Privatbesitz



# „Krebs

## ist nicht ansteckend“

Im Februar sind **Hella von Sinnen** und **Cornelia Scheel** im **Sasel Haus** zu Gast. In einer Lesung feiern sie das Leben der Präsidentengattin Mildred Scheel, die 1974 die **Deutsche Krebshilfe** gründete. Wir sprachen mit den beiden vorab über den Kampf gegen den Krebs und die aktuelle **Debatte zu Gleichberechtigung**.



Foto: Martin Langhorst

Cornelia Scheel und Hella von Sinnen sind seit 2015 getrennt, aber immer noch ein starkes Team im Kampf für Frauenrechte.

Mildred Scheel hat ihre erste Tochter Cornelia zunächst alleine erzogen – schon das war in den 1960ern sehr ungewöhnlich. Ihren künftigen Ehemann und späteren Bundespräsidenten Walter Scheel lernte sie 1967 kennen. Die beiden heirateten 1969. Im gleichen Jahr adoptierte Walter Scheel Mildreds Tochter.

**Sie beschreiben Ihre Mutter als eine Frau, die sich nicht viel um Konventionen scherte, obwohl die als Präsidentengattin auf jeder Veranstaltung in die Etikette eingebunden war. Wie konnte sie sich dem entziehen?**

Zum Beispiel gab es zum Amtsantritt meines Vaters sehr strenge Vorschriften – alle Damen mussten Hüte tragen. Sie hatte aber gar keinen Hut, weil sie Hüte albern fand. Also rief sie ihre Freundin, die im letzten Jahr verstorbene große Schauspielerin Margot Hielscher, an und sagte: „Margot, du musst mir ein paar Hüte schicken.“ Das hat sie auch gemacht und ihr ein Sortiment todschicker Hüte geschickt. Die hat sich meine Mutter in Ruhe angeschaut, fand das aber nach wie vor albern. Also kam sie zu der Veranstaltung und hatte den Hut in der Hand. Darauf angesprochen sagte sie: „Was wollen Sie denn? Ich *trage* einen Hut.“ **Eine gute Lösung! – Mit ihrer Öffentlichkeitsarbeit zur Krebshilfe brach Mildred Scheel ein Gesprächstabu.**

Ja, sie ging nach vorn und sagte: „Wir müssten das Kind beim Namen nennen.“ Es ist sehr wichtig, dass die Patienten das vor sich selber formulieren: „Ich habe Krebs.“ Und sich auch mitteilen. Sie hat Krebs aus der Tabuzone geholt, damit die Schamgrenze sinkt. Denn es sind viele betroffen und man muss aufklären: Krebs ist nicht ansteckend über eine Tröpfcheninfektion, man kann einem Krebspatienten durchaus die Hand geben.

Alstertal Magazin: **Frau Scheel, Ihre Mutter war, inspiriert durch die Arbeit ihres Vaters, Radiologin. Als Präsidentengattin gründete Mildred Scheel die Deutsche Krebshilfe. Wie kam das?**

Cornelia Scheel: Meine Mutter hat als junge Radiologin häufig Knochentumore diagnostiziert. Schon im Vorfeld hatte sie ein großes Interesse an Krebserkrankungen und hat deshalb ihre Doktorarbeit über eine Tumorerkrankung geschrieben.

**1985 starb Mildred Scheel an einer Darmkrebserkrankung. War es für die Familie Scheel vor dem Hintergrund des Engagements Ihrer Mutter besonders schwer ihren Verlust zu verarbeiten?** Ja, natürlich. Es war schwer sie während der zwei Jahre andauernden Krankheit zu begleiten, weil sie nicht wollte, dass die Diagnose bekannt wurde. Sie wollte den Krebs besiegen und danach damit an die Öffentlichkeit gehen, brauchte bis dahin aber ihre ganze Kraft, um gegen die Krankheit zu kämpfen. Nur mein Vater, ihre persönliche Referentin und ich wussten davon. Und es war sehr, sehr schwer für mich zu schweigen, weil es zur Folge hatte, dass ich mich von meinen Freunden zurückgezogen habe. Für mich war das ein wichtiges Thema, aber ich wusste: Ich darf nicht reden. Was sollte ich mich auch mit jemandem treffen und über das Wetter reden, wenn ich ein so bedrückendes Problem hatte?

**Als 1991 Ihre Beziehung zu Frau von Sinnen bekannt wurde, verloren Sie Ihre Stelle bei der Krebshilfe. Erst ab 2009 kam es zur erneuten Zusammenarbeit und seit Dezember 2017 sind Sie Vorsitzende des Fördervereins Mildred-Scheel-Kreis. Dieser ist der Deutschen Krebshilfe angeschlossen.** Ist das nicht eine schöne Entwicklung?

**Ja, total!**

Ich bin deswegen ganz begeistert. Inzwischen hat sich in der Deutschen Krebshilfe ja auch viel verändert. Der jetzige Vorstandsvorsitzende ist ein junger, aufgeschlossener Mann und ich freue mich doppelt: Einmal darüber, dass ich wieder mitwirken kann innerhalb des Lebenswerks meiner Mutter. Dann freue ich mich aber auch für unsere LGBT-Community, weil damit die Akzeptanz dieser Lebensweise signalisiert wird.

**Glückwunsch dazu! Frau von Sinnen – Mildred Scheel war für viele Frauen ein Vorbild, sah sich aber nicht als Feministin. Selbst bei Genial daneben raten deutlich mehr Männer als Frauen mit. Würden Sie uns eine aktuelle Einschätzung zur Gleichberechtigungsdiskussion geben?**

Hella von Sinnen: Ich persönlich habe schon seit mehreren Jahren ein Backlash-Gefühl. Ich bin Jahrgang '59 und war als Feministin und lesbische Aktivistin in den 70ern und 80ern sehr aktiv. In dieser Zeit habe ich Frauen gegenüber einen anderen Respekt gespürt. Wenn dann auch noch Berlusconi und Trumps wichtige europäische oder internationale Regierungen leiten, empfinde ich das als bedrohlich und erschreckend. Frauen haben nach wie vor nicht die Hälfte vom Kuchen.

**Haben Sie auch den Eindruck, dass die Kanzlerinnenschaft von Frau Merkel nicht viel geändert hat?**

Nein, das hat die Debatte irgendwie nicht so richtig befeuert. Schon als Merkel Bundesministerin für Frauen und Jugend war, haben wir uns müde in die Backen geblasen und gesagt: „Von der kommt ja irgendwie gar nichts.“ Kein Impuls. Keine Meinung. In kriegstreibenden Zeiten finde ich es natürlich sehr angenehm, dass wir eine Frau an der Regierung haben, die nicht immer in das Aggressions- und Ausgrenzungshorn bläst, sondern sich um Toleranz und Ausgleich bemüht. Ich bin dankbar über die Ruhe, die sie ausstrahlt.

**Sie haben mal geäußert, dass Sie die meisten Fernsehformate für austauschbar halten und selbst im Verlauf Ihrer Karriere viel ausprobiert. Werden Sie auch die Lesung im Sasel Haus unkonventionell aufziehen?**

Fernsehformate und eine Lesung sind ja grundsätzlich sehr unterschiedlich. Das Buch von Cornelia Scheel ist sehr persönlich und sehr ernsthaft. Ich finde da muss ich mich als Entertainerin zurückstellen und bin als gute Leserin gefragt. Bei dem, was darüber hinaus passiert, etwa in den Publikumsgesprächen, ist die Moderatorensite vielleicht eher gefragt. Das kann auf ein abwechslungsreiches und pointensattes Miteinander hinaus.

Wolfgang Wagner

**BUCH- UND VERANSTALTUNGSTIPP:**

Buch: Cornelia Scheel: „Mildred Scheel. Erinnerungen an meine Mutter“, 2015, Rowohlt Verlag, 240 S., 9,99 €  
 Lesung: Cornelia Scheel und Hella von Sinnen, 23.2., 20 Uhr, Sasel Haus, Karten zu 17,50 € unter reservix.de



**SASELER MARKT-APOTHEKE**  
 INH. Christoph-Oliver Jarchow e. K.  
 Saseler Markt 12 b / Ecke Waldweg · 22393 Hamburg · Tel.: 601 80 20  
 www.saselermarkt-apotheke.de QMS-zertifiziert DIN 9001: 2015

# 10 jähriges JUBILÄUM

**Ich sage DANKE für 10 Jahre:**  
 im Februar 2008 habe ich die Saseler Markt – Apotheke von Frau Klein übernommen und das will ich mit Ihnen feiern:

Die ersten 10 Tage im Februar würfeln Sie sich Ihre Prozente für Ihren Einkauf!  
 Die gewürfelte Augenzahl entspricht Ihrem prozentualen Nachlass.\*

**Ich bedanke mich bei allen Kunden  
 Ihr Apotheker Christoph Jarchow**

Druckfehler vorbehalten

\*Dies gilt für alle vorrätigen freiverkäuflichen, also nicht verschreibungspflichtigen Artikel.



**droste**

markisen-rollläden-jalousien-terrassendächer

zentrale: saseler chaussee 111  
 tel.: 040 - 300 607-0  
 filialen: eppendorfer weg 260  
 tel.: 040 - 300 607-20  
 meiendorfer mühlenweg 21  
 tel.: 040 - 300 607-40

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



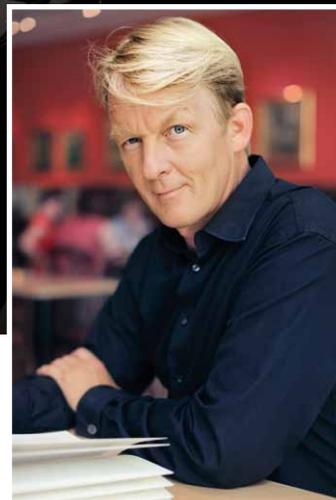
FACHBETRIEB  
 Rolläden- und  
 Sonnenschutz-  
 techniker-  
 Handwerk

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

**Sabine Meyerrose, Mediaberatung, Mobil: 0172 / 438 63 66, Tel.: 538 930 52, Mail: s.meyerrose@alster-net.de**



Musik und Vorträge im Torhaus: Dr. Jasmin Böttger (links) zeigt den „wahren“ Chopin und seine Musik, Sprecher Clemens von Ramin bietet Heiteres von Twain bis Süskind.



## TORHAUS WELLINGSBÜTTEL: CHOPIN MAL ANDERS

Frédéric Chopin – gerne wird sein Leben und Wirken verklärt und überhöht: Dabei muss das gar nicht sein, man kann viel besser die Realität und sein musikalisches Werk für sich sprechen lassen. So sieht das zumindest **Dr. Jasmin Böttger**, promovierte Sprach- und Literaturwissenschaftlerin und ausgezeichnete Pianistin. In einem Klavierkonzert mit Lichtbildvortrag wird sie dem Publikum am 25. Februar um 18 Uhr im Torhaus Wellingsbüttel diesen Blick auf Chopin nahebringen. Der Vortrag entfaltet historische Zusammenhänge, schildert Alltagsgeschichten und Lebensumstände von Chopin in seinem Umfeld. So wird nebenbei auch ein Licht auf das Europa der Romantik geworfen – mit all seinen Glanzlichtern und Schattenseiten. Dazu spielt die Pianistin bekannte Werke aus

seinen Préludes, Nocturnes, Walzern und Impromptus. Karten 21 Euro (Mitglieder 19, Schüler/Studenten 10 Euro).

Wer es nicht abwarten kann, für den ist auch Anfang Februar schon eine musikalische Lesung im Torhaus zu empfehlen. Beim Vortrag des bekannten Vorlesers, Rezitators und Sprechers **Clemens von Ramin** am 8. Februar sind Werke von Mark Twain, Arthur Rubinstein, Ennoch zu Gutenberg und Patrick Süskind vertreten – für niveauvolle Heiterkeit sollte also gesorgt sein. Musikalische Begleitung liefert die Pianistin Sae-Nal Kim. Karten auch hier 21 (19, 10) Euro.

Mehr Informationen beim Kulturkreis Torhaus, **Tel.: 536 12 70** und auf [www.kulturkreis-torhaus.de](http://www.kulturkreis-torhaus.de)

### LORENZ RECHTSANWÄLTE

Baurecht  
Architektenrecht  
Erbrecht

Kay G.L. Poulsen

Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht

Mietrecht  
Immobilienrecht  
Arbeitsrecht

Christian Verstege

Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

Wohnungseigentumsrecht  
Maklerrecht  
Immobilienrecht

Nico Franck

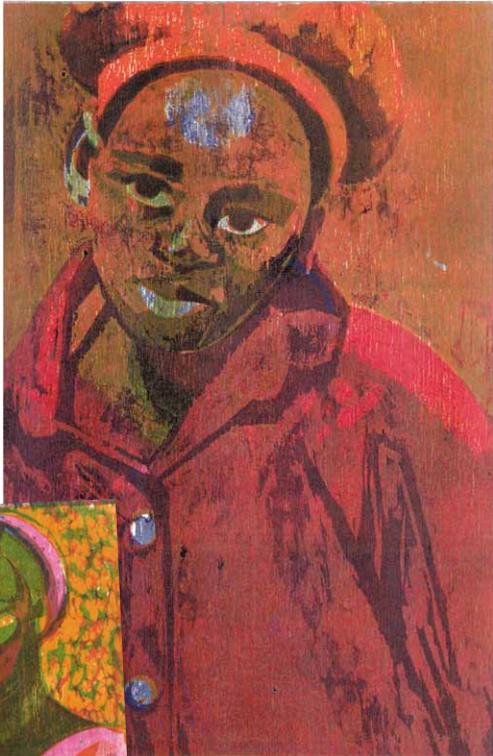
Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

Verkehrsrecht  
Vertragsrecht  
Handelsrecht

Meike Hrubetz

Rechtsanwältin

Wellingsbüttler Weg 160-162 • 22391 Hamburg • Telefon: 040 600 00 90 • Telefax: 040 600 00 999  
kanzlei@lorenzrechtsanwaelte.de • [www.lorenzrechtsanwaelte.de](http://www.lorenzrechtsanwaelte.de)



„Junge mit rotem Beret“ (oben) und der Farbholzschnitt „Bamoun Frau“ (links) zeigen Umlauf-Thielicke Nähe zur afrikanischen Handwerkskunst.

## WELLINGSBÜTTLERIN STELLT AUS

Besonders Kamerun mit seiner enormen künstlerischen, ethnischen und landschaftlichen Vielfalt hat es Gloria Umlauf-Thielicke angetan. Dort hat sie sich wiederholt im Rahmen von Studienreisen aufgehalten und Kunstunterricht an Gymnasien gegeben sowie Seminare mit einheimischen Künstlern gemacht. Ein produktiver Austausch, denn in ihrer Malerei sowie ihren Skulpturen und Holzdrucken nimmt sie oft Bezug auf die afrikanische Handwerkstradition. Auch direkt bei uns im Alstertal hat sie mit ihrem Schaffen Spuren hinterlassen. Für die Mittelallee des Ohlsdorfer Friedhofs fertigte sie im Jahr 2000 die große Eisenplastik „Grablegung“ (8x10x3m) aus Schiffbaustahl. Und seit 2007 steht ihre Plastik „3 Balancierende“ vor dem Wellingsbüttler Torhaus.



Gloria Umlauf-Thielicke hat sich in ihrem Atelier in der Waldingstraße ein eigenes Reich geschaffen.

Am 2.2. sind ab 18 Uhr im Rahmen der Ausstellung „Les regards croisés – Blickwechsel. Künstlerische Begegnungen zwischen Afrika und Europa“ ausgewählte Arbeiten der Künstlerin in den Räumlichkeiten der Patriotischen Gesellschaft an der Trostbrücke 4-6 zu sehen. Der Eintritt ist frei, es wird jedoch um Anmeldung unter [info@patriotischegesellschaft.de](mailto:info@patriotischegesellschaft.de) oder unter Tel. 30 70 90 500 gebeten. [www.wellingsbuettel.de](http://www.wellingsbuettel.de)

FD

Mode & Wohnaccessoires

**SALE**

Wir verabschieden uns mit tollen Angeboten vom Herbst/Winter!

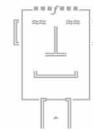
Rolfinckstraße 3  
Tel. 53 93 02 74  
[www.fdmode-wohnen.de](http://www.fdmode-wohnen.de)  
Di.-Fr.: 10-13+14-18.30,  
Sa: 10-14, Mo. geschlossen



Kulturkreis Torhaus

- Do., 08.02.** 19:30 Uhr **Clemens v. Ramin/Sae-Nal Kim**  
Die unheimliche Begegnung mit dem Fis
- Sa., 10.02.** u. So., 11.02. **Musikseminar – Bach und ich**  
Maarten't Haart und sein Lieblingskomponist
- So., 18.02.** 11:00 Uhr **Die große Torhaus-Ausstellung**  
Ausstellungseröffnung
- So., 25.02.** 18:00 Uhr **Jasmin Böttger – Frédéric Chopin**  
Romantik und Realität

Auskunft und Karten: Tel.: 536 12 70 – [www.kulturkreis-torhaus.de](http://www.kulturkreis-torhaus.de)



**HNO**

in Wellingsbüttel

**Dr. med. Rainer Danesberger**  
Facharzt für HNO-Heilkunde

- Allergologie
- Akupunktur
- Hörstörungen bei Kindern
- Psychosomatische Grundversorgung
- Schwindeldiagnostik und Therapie
- Tinnitusdiagnostik und Therapie

Termine direkt auf der Website buchen!

Praxis für Privatpatienten und Selbstzahler

Wellingsbüttler Weg 119  
22391 Hamburg

Telefon 040-46 65 37 28

[info@hnopraxis.hamburg](mailto:info@hnopraxis.hamburg)



[www.hnopraxis.hamburg](http://www.hnopraxis.hamburg)



Besucher- und Lärmrekord: Der Konflikt um den Hamburg Airport hält an.

## Wechselhafte Jahresstatistik

Die einen jubeln, die anderen schlagen die Hände über dem Kopf zusammen: Die Jahresstatistik des Hamburg Airport ist erschienen. Aus ihr wird ersichtlich, dass der Flughafen im Jahr 2017 ein Plus von 1,4 Millionen Passagieren verzeichnen konnte. 17.622.997 Millionen Passagiere wählten den Hamburger Flughafen für ihre Reise. Während die Betreiber dies feiern, legt der BUND Augenmerk auf einen anderen Aspekt der Statistik: Bezogen auf die Lärmbelastung war 2017 das lauteste Jahr seit 2.000. Zudem ist die Anzahl der besonders störenden Flugbewegungen nach 22 Uhr erstmals auf über 8.000 angestiegen. Auch die Zahl der Starts und Landungen außerhalb der offiziell-

len Betriebszeit von 6-23 Uhr hat sich von 450 im Jahr 2013 auf über 1.000 im Jahr 2017 mehr als verdoppelt. „Fluglärm macht krank und es wird immer lauter am Airport. Die Lebensqualität vieler Hamburger wird den Interessen des Flughafens untergeordnet. Die Pünktlichkeitsoffensive von Airport und Airlines hat erkennbar nichts gebracht und die politischen Beschwichtigungsversuche laufen ins Leere. Jetzt hilft nur ein klares Nachflugverbot zwischen 22 und 6 Uhr“, so Manfred Braasch, Landesgeschäftsführer des BUND Hamburg. Dieser Forderung des BUND hatten sich bereits im vergangenen Sommer über 12.500 Menschen im Rahmen einer Volkspetition angeschlossen.



# Lars Tammme

Frischemarkt  
Wandelhalle

Frischemarkt  
in der Airport-Plaza

Frischemarkt  
im Bahnhof-Altona

## 3 x in Hamburg • 365 Tage im Jahr für Sie geöffnet!







**Han**  
Bernh. Han & Sohn e.K.  
Beerdigungsinstitut St. Anskar von 1880

**IHR FAIRER PARTNER IM TRAUERFALL.**  
Traditionell, modern, sensibel, kompetent  
zuverlässig und vertrauensvoll

Wandsbeker Chaussee 31 22089 Hamburg  
Telefon: (040) 25 41 51 61  
Telefax: (040) 25 41 51 99  
info@han-bestatter.de · www.han-bestatter.de

Saseler Damm 31 22395 Hamburg  
Telefon: (040) 600 18 20  
Telefax: (040) 600 18 299




**Ihr Fachgeschäft im Alstertal**



**FernsehMelle**  
Meisterbetrieb Ihres Vertrauens

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



Loewe Ultra High Definition.

**GRUNDIG**  
**LOEWE**  
**Metz**  
**Panasonic**  
**Block**  
**DENON**  
**YAMAHA**

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

## Für Patienten und Ärzte mit höchsten Ansprüchen!

Die Plattform für Ärzte, Kliniken und Therapeuten mit höchsten Ansprüchen.

Dieses Magazin richtet sich an ausgesuchte Patienten in Hamburgs besten Stadtteilen.

Schon jetzt journalistischen Beitrag oder Anzeige buchen:

Unsere Mediateam-Hotline  
040-538 9 300 oder  
anzeigen@alster-net.de

Erscheint im  
HERBST 2018  
Frühbucherrabatt bis  
31.3.2018!



Ein Produkt aus dem MAGAZIN VERLAG HAMBURG.  
Marktführer für Premium-Freemags.  
MAGAZINE-FUER-HAMBURG.DE

# Da trifft mich doch der SCHLAG

Die **Selbsthilfegruppe** „Schlaganfall-Hamburg-Nord“ trifft sich jeden dritten Montag im Monat im Gemeindefaal der **Simon-Petrus-Kirche** in Poppenbüttel.

**A**n den Spätfolgen leiden die Betroffenen trotz umfangreicher RehaMaßnahmen heute noch nach manchmal 20 Jahren. Den einen sieht man es äußerlich nicht an, andere sitzen im Rollstuhl. Man tauscht sich aus, gibt Rat und Empfehlungen und spricht bei Kaffee und Kuchen über Gott und die Welt und lässt die Seele für zwei Stunden baumeln unter Leidensgenossen. Die Poppenbüttlerin Priska Petersen gehört der Gruppe erst seit drei Jahren an und hat sie als Leiterin dieses Jahr übernommen. Vor zehn Jahren erlitt Priska Petersen selbst einen Schlaganfall. „Ich hatte 2007, vier Wochen nach meinem 40 Geburtstag, einen Schlaganfall.“ erzählt Priska Petersen. „Ich war 2 Wochen auf der Stroke Unit im Heidberg Krankenhaus. Danach war ich ein halbes Jahr von Oktober 2007 bis März 2008 zur Stationären Reha im Neurologischen Rehazentrum Bad Segeberg. Ich bin mit dem Rollstuhl rein gerollt und nach dem halben Jahr habe ich den Rollstuhl selber wieder raus gerollt. Ich habe dort in der Zeit das gehen wieder erlernt. Seit ein paar Jahren habe ich einen implantierten ActiGait - Fußheber- Stimulator im linken Bein. Der hebt beim Laufen meinen Fuß hoch, damit ich nicht über die Fußspitze stolpere. Meine linke Körperhälfte, sprich der Arm und das Bein, sind noch gelähmt. Der Arm will noch nicht so wie ich will, aber ich komme mit einem Arm auch gut zurecht.“

Ihre Erfahrungen gibt sie in ihrer Selbsthilfegruppe weiter. Die Selbsthilfegruppe Schlaganfall Hamburg-Nord besteht aus ca. 25-30 Personen (Betroffene und Angehörige) und trifft sich jeden 3. Montag im Monat im Gemeindehaus der Simon-Petrus-Kirche, Harksheiderstr. 156, 22399 Hamburg in Poppenbüttel. Es kommen sogar Gruppenmitglieder aus Norderstedt, Ammersbek, Barmbek und Umgebung.



Zum Gruppentreffen kann auch die Auffahrt benutzt werden. Wichtig für die Rollstuhlfahrer.

Priska Petersen hat auch ihr Hobby, das Stricken, wieder aufgenommen: einhändig!





Prika Petersen (ganz rechts) hat auch eine Schlaganfall-Golfgruppe in St. Peter Ording gefunden. Die Gruppe hat schon auf dem Treudelberg Golf gespielt.

Foto: H. Wirz/Golf- und Eventfotografie

Die Gruppe bietet Hilfe, Beratung und Unterstützung durch:

- Erfahrungsaustausch mit Betroffenen und Angehörigen
- Regelmäßige Treffen zum gemütlichen Beisammensein
- Feiern und neue Freunde zu finden
- Persönliche Gespräche
- Informationen über Hilfen, Hilfsmittel und Therapien
- Aktuelle Informationen und Fachvorträge
- Individuelle Hilfe bei der Akzeptanz der neue Lebenssituation
- Auseinandersetzung über Probleme des Alltags
- Aktive Freizeitgestaltung (Ausflüge etc.)

**WAS IST EIN SCHLAGANFALL?**

Ein Schlaganfall ist eine plötzliche Verstopfung einer Hirnschlagader durch ein Gerinnsel oder eine Einblutung im Gehirn durch einen Gefäßriss.

Schlaganfälle sind – nach dem Herzinfarkt – die zweithäufigste Todesursache. In Deutschland ereignen sich rund 250.000 Schlaganfälle jährlich. Rund 20 Prozent der Patienten sterben innerhalb von vier Wochen, über 37 Prozent innerhalb eines Jahres. Rund die Hälfte der Überlebenden bleibt nach dem Ereignis dauerhaft behindert und ist auf fremde Hilfe angewiesen.

**Risikofaktoren:** Rauchen und Alkohol, Bluthochdruck, Vorhofflimmern, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen.

**Symptome des Schlaganfalls, daran können Sie einen Schlaganfall erkennen:**

Einseitige Lähmungen und Gefühlsstörungen der Arme und Beine, Sprach- Schluck-, Seh- und Gleichgewichtsstörungen sowie Bewusstseins- und Wahrnehmungsstörungen.

Diese Symptome können auch einzeln auftreten, bzw. nur leicht ausgeprägt sein. Dennoch ist es sehr wichtig, den Notruf zu wählen.

**INFO**

Tritt ein Schlaganfall auf, zählt jede Minute. Wählen Sie sofort den Notruf 112 und melden Sie der Rettungsstelle: „Verdacht auf Schlaganfall“.

Weitere Infos: [www.schlaganfall-ring.de](http://www.schlaganfall-ring.de)  
Schlaganfall-Selbsthilfegruppe Nord, Priska Petersen  
Telefon: 0162 - 215 28 28

**Neu-Eröffnung**  
nach Umbau am  
30. Januar 2018.

*Florelle*

Moorhof 7 • Poppenbüttel  
Mo-Fr 10-18.30 Uhr, Sa 10-14 Uhr  
Tel 605 09 86 • [www.florelle.de](http://www.florelle.de)

**f Teppich Galerie Poppenbüttel**

- An- & Verkauf
- Inzahlungnahme
- Reinigung / Handwäsche
- Reparatur
- Abholung- und Lieferservice

Harksheider Str. 3 | 22399 HH  
☎ 040 / 30 30 97 60

[www.orientteppichshop24.de](http://www.orientteppichshop24.de)

**GOEBEL HIRSCH  
BRINKE**  
RECHTSANWÄLTE

**Recht anspruchsvoll.**

**FAMILIENRECHT • ERBRECHT • ARBEITSRECHT**

Poppenbüttler Hauptstraße 13 • Tel. 606 79 226  
[www.alsteranwalt.de](http://www.alsteranwalt.de)

Tradition verpflichtet

**BESTATTUNGEN**

**Poppenbüttel**

Ohlendieck 10  
22399 Hamburg

Telefon: 040 - 602 23 81

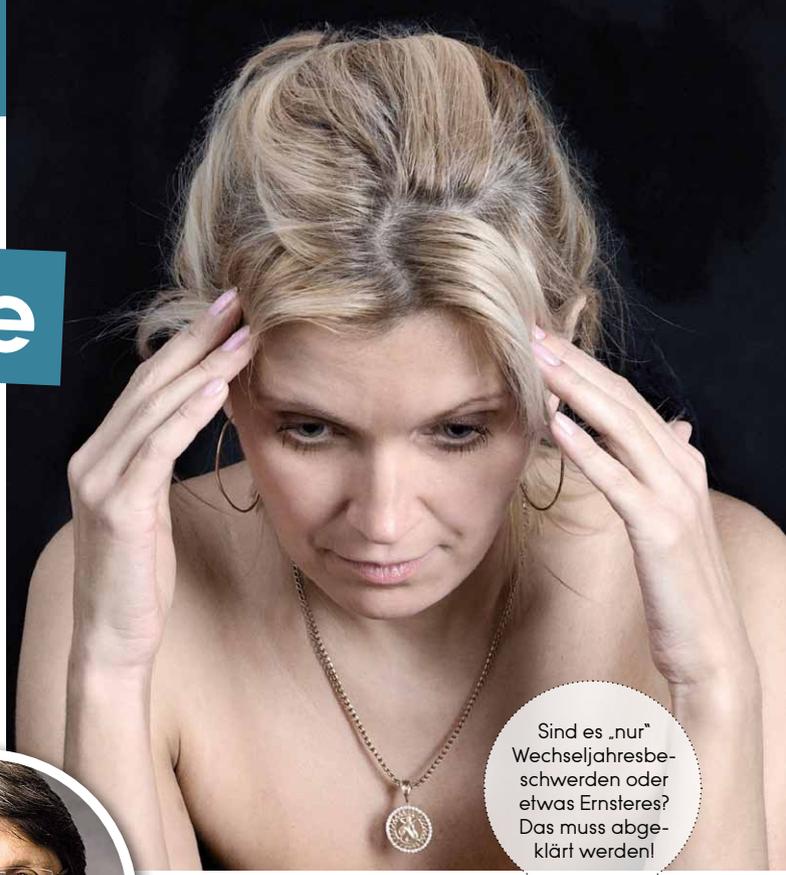
[info@bestattungen-eggers.de](mailto:info@bestattungen-eggers.de)  
[www.bestattungen-eggers.de](http://www.bestattungen-eggers.de)

[magazine-fuer-hamburg.de](http://magazine-fuer-hamburg.de)

# Wechseljahre

## aus internistischer Sicht

Am häufigsten finden sich bei Wechseljahresbeschwerden folgende Symptome: Schweißausbrüche, Leistungsabfall und Stimmungsschwankungen. Bei Schweißausbrüchen denkt der Arzt auch an Schilddrüsenüberfunktion, Diabetes mellitus, verborgene Entzündungen, Influenza, Nierenbeckenentzündungen, Bluthochdruckkrisen, Leukämien und Tumoren. Leistungsabfall bei Wechseljahresbeschwerden muss abgegrenzt werden von Herzschwäche und Nikotinschäden mit chronischer Bronchitis. Nächtliche Atempausen führen ebenfalls zu einem erheblichen Leistungsabfall. Stimmungsschwankungen sind häufig bei weiblichen und männlichen Hormonveränderungen festzustellen. Hormone sind sehr mächtig, sie steuern unser Verhalten, ohne dass wir es wollen. Stimmungsschwankungen sind auch Begleitsymptome verschiedener psychischer Erkrankungen wie Depression und akute Belastungsreaktion. Fazit: „Wechseljahresbeschwerden“ gehören abgeklärt.



Sind es „nur“ Wechseljahresbeschwerden oder etwas Ernsteres? Das muss abgeklärt werden!

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

 <p>Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Norbert J. J. Bock Dr. Dr. Sebastian Flinzberg Kritzenberg 7 Telefon: 040 - 6 06 60 14</p>	 <p>Internistisch-neurologische Praxis PD Dr. Martin Bökmann Dr. Christine Eysel, Dr. Eva Leue Dr. Dr. Marion Anne Vössing Heegberg 10 Telefon: 040 - 6 02 40 66</p>	 <p>Physiotherapeutin Marett Carstensen  Heegberg 2 Telefon: 040 - 6 06 97 79</p>	 <p>Kinderzahnärztin Dr. Katharina Dorandt Diana Priebe Heegberg 16 Telefon: 040 - 61 13 60 70</p>	 <p>Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Hans-Rudolf Drunkenmölle Heegberg 9 Telefon: 040 - 6 02 47 51</p>	 <p>Zahnärzte und Prophylaxepraxis Dr. Matthias Engeln Dr. Sven Schomaker Heegberg 13 Telefon: 040 - 6 02 39 49</p>
---	---	--	--	---	--

 <p>Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren Dr. Apama Haskan Heegberg 14 Telefon: 040 - 64 42 42 26</p>	 <p>Zahnärztin Dr. Sabine Kuhn  Heegberg 10 Telefon: 040 - 6 06 99 51</p>
---	--



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

 <p>Facharzt für Urologie Dr. Stefan Lohmann  Heegberg 14 Telefon: 040 - 6 02 28 00</p>	 <p>Logopädin Merja Mikkola  Heegberg 16 Telefon: 040 - 78 89 60 06</p>	 <p>Facharzt für Augenheilkunde AOZ Augenoperationszentrum Andreas Otto Heegberg 2 Telefon: 040 - 53 04 88 77</p>	 <p>Fachärzte für HNO Dr. Fabian Reitmeier, Claudia Pyttlik, Dr. Volker Rennert Heegberg 2 Telefon: 040 - 6 02 33 37</p>	 <p>Fachärzte für Orthopädie Dr. Jörg Wagner Dr. Jürgen Schneeberger Heegberg 8 Telefon: 040 - 6 02 19 40</p>
--	--	--	--	--



 <p>Ergotherapeutinnen Anke Schledz-Waldeck Angela Lein Heegberg 2 Telefon: 040 - 64 53 22 72</p>	 <p>Fachärzte für Frauenheilkunde Andreas Lesny Dr. Sandra Nachtigäller Heegberg 10 Telefon: 040 - 6 02 15 15</p>
--	--

Unsere Patienten genießen den großen Vorteil, dass die einzeln angebotenen medizinischen Dienstleistungen Teil eines großen Netzes sind. Auf Grund dessen ist eine gute Koordination zwischen den verschiedenen Ärzten und Therapeuten möglich, wodurch der Informationsweg drastisch verkürzt wird. Weiterführende Termine werden direkt von den Mitgliedern für ihre Patienten vereinbart. Somit entstehen keine wesentlichen Wartezeiten auf Folgetermine bei den Kollegen. Bei unseren regelmäßigen zertifizierten Konferenzen erarbeiten wir immer wieder aufs Neue, wie wir unser Angebot für Sie als Patient weiter verbessern können.

# Tipps

rund um  
Gesundheit &  
Beauty

Die Lippenhaut ist zart und muss deshalb besonders sorgfältig geschützt werden!

## Zarte Lippen

Kälte und Heizungsluft sind die Todfeinde der extrem dünnen Haut der Lippen. Ehe man sich's versieht, werden sie erst ein wenig rau, dann rissig. Ein guter Pflegebalsam darf deshalb in keiner Handtasche fehlen, und häufiges Nachcremen sei empfohlen.

Perfekten Schutz bieten aber auch cremige Lippenstifte mit wirkstoffreichem Pflegekern, die Lippen-Make-up in brillanten Farben und Balsam zugleich sein können.

Kleiner Tipp zur Vorbeugung: Wenn die Lippen schon anfangen zu spannen, bloß nicht dauernd mit der Zunge ablecken. Das raut die zarte Haut erst richtig auf.



Expertentipp von Sylvia Schacht



**Dr. Engeln & Dr. Schomaker**

*we care for your smile*

**Praxis für Zahnheilkunde**

**Bohren? Nein. Danke!®**



Zahnfarbene Kronen in einer Sitzung möglich  
Parodontose / Zahnerhaltungstherapie  
Endodontie / Wurzelbehandlung  
Funktions- und Schienentherapie  
Behandlung von Kindern/Senioren und Angstpatienten  
Vollnarkose / Sedierung  
Individual-Prophylaxe

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



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

**COIFFEUR-TOPADRESSE  
IN HAMBURG** [WWW.SYLVIA-SCHACHT.DE](http://WWW.SYLVIA-SCHACHT.DE)

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



**SYLVIA  
SCHACHT**

HEEGBARG 6  
(GEGENÜBER AEZ)  
22391 HAMBURG  
TEL: 6 11 929 56  
MO. GESCHLOSSEN  
DI-FR 9:30-19:00 UHR  
SA 9:30-16:00 UHR



Haben Sie Interesse an einer  
**Anzeigen-Werbung?**  
Gerne berate ich Sie!

**Gabriele Bergerhausen, Mediaberatung**

Tel.: 538 930 55  
Mobil: 0179 / 788 57 71  
[g.bergerhausen@alster-net.de](mailto:g.bergerhausen@alster-net.de)



Wer in einem regelmäßigen Lernrhythmus Wissen aufbaut, für den verlieren Prüfungen den Schrecken!

## Einzelnachhilfe

### im Institut

Was tun, wenn sich der Lernerfolg trotz Nachhilfe nicht wirklich einstellt? Zur nächsten Kleinanzeige, zum nächsten Internet-Portal? Und dann: Überinformation durch Anzeigenflut! Empfehlenswert ist hier die Einzelnachhilfe in einem Institut mit Konzept, mit starkem Lehrerteam und einer verlässlichen Organisation. Denn das Lernen will gelernt sein. Dies benötigt Geduld. Schließlich kommt Freude am Lernen nicht von allein, mal eben so – und ganz schnell – und zwischendurch. Fleiß und Ausdauer und Spaß am Lernen erlernen wir durch Regelmäßigkeit und durch Erfolg – mit einem gesunden Lernrhythmus. Ein gut aufgestelltes Institut ist hierfür der richtige Rahmen. Wissen, wie's geht.



Expertentipp von Donatella Mocchi  
Master of Higher Education, Lernwerk Alstertal

## FORUM ALSTERTAL

Service-Wohnen zwischen Alsterlauf und AEZ



### STILVOLL TAGEN & FEIERN

Im Forum Alstertal finden Sie Ihr passendes Ambiente ...

Suchen Sie für Ihre private Feier oder einen geschäftlichen Anlass einen ganz besonderen Rahmen? Stilvoll und repräsentativ? Und doch modern und elegant?



Ob ein Geschäftsmeeting für 5, eine Konferenz für 10 oder eine Tagung für 195 Teilnehmer. Das Forum bietet Ihnen vielfältigste räumliche und technische Möglichkeiten sowie Ruhezeiten fernab jeglicher Hotel-Hektik. Auch für Ihre private Feier – egal ob Geburtstag, Hochzeit oder Party, ist das Forum Alstertal der richtige Ort für Ihre Veranstaltung. Wir haben den Raum zur Umsetzung Ihrer Ideen.



Lassen Sie sich bei Ihrer Planung von uns unterstützen. Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot und helfen, dass Ihr Event ein voller Erfolg wird.



[www.Forum-Alstertal.de](http://www.Forum-Alstertal.de)

Tel. (040) 60 68 68

Lernwerk Alstertal  
Einzelunterricht im Institut

## Zeugnissorgen ?



**LERNWERK Alstertal**  
Frahredder 16  
☎ 040 / 64 42 30 77  
[www.lernwerk-alstertal.de](http://www.lernwerk-alstertal.de)

## inShape

Physiotherapie Prävention

**PHYSIOTHERAPIE**

Manuelle Therapie

Lymphdrainage

Krankengymnastik am Gerät

**WELLNESSMASSAGEN**

Kiefergelenksbehandlung

**HEILPRAKTIKER FÜR PHYSIOTHERAPIE**  
UNTERSUCHUNG - BERATUNG - BEHANDLUNG

Mo - Do 07.30 - 20.00 | Fr 07.30 - 16.00  
Termine nach Vereinbarung  
Harksheider Straße 10 - Poppenbüttel - (040) 671 074 10 - [www.inshape-physio.de](http://www.inshape-physio.de)



Viele möchten glatte, haarlose Haut – doch wie bekommt man sie dauerhaft?

# Dauerhafte Haarentfernung

Für den Sommer wünschen sich viele Frauen und Männer eine dauerhaft glatte Haut, fürchten aber die Schmerzen bei der Haarentfernung. Bedenken, die man bei der vom fachkundigen Experten durchgeführten I<sup>2</sup>PL-Lichtmethode EPILUX ganz ohne Laser nicht haben braucht. Zum einen wird zum Verbrennungsschutz bei dieser klinisch getesteten Methode viel weniger Energie verwendet und zum anderen gibt es vor der Behandlung eine Analyse des Spezialisten.

Die Methode verwendet eine Xenon-Blitzlampe, die an den entsprechenden Hautstellen aufgelegt wird und Lichtimpulse abgibt. Das Licht wird in Wärme umgewandelt und zum Haarfollikel weitergeleitet, der so verödet wird.

Basis für die Methode: Die Haare müssen dunkel sein und die Entfernung muss in einer bestimmten Wachstumsphase durchgeführt werden. Deshalb sind je nach Haarwuchs, Stabilität des Hormonhaushalts und Alter ca. 4-7 Sitzungen in einem Intervall von 6-12 Wochen notwendig.



Expertentipp von Gianina Willroth  
Inhaberin abpilus

## ALSTERTAL SCHUHMACHEREI



- Gravuren aller Art
- Uhren & Service
- Schuhreparatur
- Batteriewechsel
- Schlüsseldienst
- Schlüsselnotdienst
- Taschenreparatur
- Stempel

**5€  
Gutschein**  
für Reparaturen,  
Schlüssel und  
Gravuren  
bis 23.2.2018

Heegbarg 23 • AEZ (Außengalerie, 1. Stock)  
Tel. & Fax: 040 / 771 828 51

## Dr. med. dent. Stephan Sinn

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

### CEREC-Verfahren

Keramische Kronen, Brücken + Inlays  
**ohne Abdruck!!!**

Amalgamsanierung

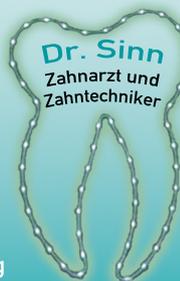
Laser-Diagnostik

Implantate, Prophylaxe

Parodontitis-Glycin-Therapie

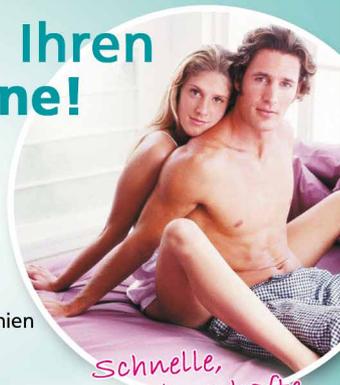
Heegbarg 14 (gegenüber AEZ) • 22391 Hamburg

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



www.abpilus.de

## Machen Sie Ihren Haaren Beine!



**OHNE LASER -**  
mit dem I<sup>2</sup>PL SYSTEM - EPILUX

### Dauerhafte Haarentfernung

- Entfernung störender Rötung
- Straffung kleinerer Fältchen/Linien
- Abbau von Pigmentstörungen
- Die Behandlung ist sicher, schonend und schnell

*Schnelle,  
sichere & dauerhafte  
Haarentfernung*

Beratungsgespräch: 040 / 69 70 55 14  
Granitweg 10c, Hamburg-Poppenbüttel

**kostenlose Probebehandlung**

**abpilus**  
ÄSTHETIK ZENTRUM

Gut geschützt: Fertige Kunstwerke sollten lange schön bleiben!

## So bleiben Ihre

# Bilder wie neu



**Expertentipp von Marlies StooB**  
Inhaberin Kunsthandlung Alstertal

Sichern Sie die Werte Ihrer Bilder. Säurefreie Materialien und UV-Schutzverglasung hilft bei Kunstwerken auf Papier gegen Alterungserscheinungen, sie können aber die negativen Eigenschaften der für die Kunstherstellung verarbeiteten Materialien nicht verhindern.

Eine Kontrolle der Bildrückseite kann von Zeit zu Zeit sinnvoll sein. Sind Ösen und Haken locker, der Draht steif oder verrostet oder gar ein einfacher Bindfaden angebracht? Lassen Sie die Aufhängung erneuern, bevor das Bild wegen Materialermüdung zu Boden stürzt. Instabile Ecken des Rahmens bitte nicht mit

Klebern bearbeiten, eine fachgerechte Verleimung mit Holzleim erfordert eine saubere Gehrungsfläche. Im Zweifel wird der Fachmann Ihres Vertrauens sicherlich gerne Auskunft und Beratung liefern. Dazu gehört auch eine ehrliche Meinung, ob sich eine Reparatur noch lohnt, oder eine Erneuerung sinnvoller sein wird.



## HANSEATISCHES BRILLENKONTOR

Handgearbeitete Manufakturbrillen

Brillengläser aus Deutschland

Bei uns kannst Du Deine Gläser eigenhändig schleifen - Auf Wunsch mit individueller Gravur

**Mach Deine Brille einzigartig!**

Montag - Freitag · 9.30 - 18.30 · Samstag · 10<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>  
Frahmredder 5 · Hamburg Poppenbüttel  
Telefon 040-36849902 · info@hbk-hamburg.com  
www.hanseatischesbrillenkontoR.com

## Kunsthandlung Alstertal

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

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



## Austräger ab 13 Jahre gesucht!



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

# Fachmesse rund um Haus und Grund

Sie ist mittlerweile eine echte Institution: Die **Verbrauchermesse „Wohnen Bauen Sanieren“** findet am 9. und 10. Februar im Alstertal-Einkaufszentrum in Hamburg-Poppenbüttel statt. Sowohl lokale, als auch überregionale Aussteller stehen Ihnen mit Fachkompetenz zur Seite. Zeitraubende Recherchen nach Fachleuten werden so überflüssig. Die Besucher erhalten einen Gesamtüberblick und können Angebote direkt miteinander vergleichen. „Fürs Frühjahr sind diesmal besonders Bodenbeläge ein Thema, sowohl für draußen als auch drinnen“, erklärt Cornelius Vogel, Inhaber von Veranstalter Act-Event. „Besonders spannend: Böden aus WPC, die wie Holz aussehen, aber viel witterungsbeständiger sind.“ Andere Themen: Türen und Fenster, Dämmung, Hausbau, Sonnenschutz, Duschen aus Glas, Immobilien, Sicherheitstechnik, Insektenschutz uvm. Die Messe versteht sich dabei ausdrücklich nicht als regionale Gewerbeschau, sondern als fachbezogene Informations- und Verbrauchermesse rund um Haus und Grund. Geöffnet an beiden Tagen von 09:30-20:00 Uhr. Unternehmen, die Interesse an einer Teilnahme haben, können sich unter 04791 / 9 65 33-0 beim Veranstalter informieren. Infos unter [www.wohnen-bauen-sanieren.de](http://www.wohnen-bauen-sanieren.de)



Eine Vielzahl von Ausstellern zeigt im AEZ auf der Wohnen Bauen Sanieren Messe ihr Können.

# WOHNEN BAUEN SANIEREN



## Messe

## 9. + 10. Februar

**ALSTERTAL**  
EINKAUFSZENTRUM

Telefon: 04791 / 965330  
E-Mail: [info@act-event.de](mailto:info@act-event.de)

act event

Veranstalter:

[www.wohnen-bauen-sanieren.de](http://www.wohnen-bauen-sanieren.de)



# Bauen boomt

Die Baubranche wird auch weiterhin die Konjunktur in Deutschland anschieben, analysiert das Deutsche Institut für Wirtschaftsforschung. Allerdings werden sich die Investitionen eher in Richtung Sanierungen und Modernisierungen entwickeln. Auch in Hamburgs Norden soll mehr gebaut werden!

**D**ie Bauwirtschaft entwickelt sich weiter sehr positiv, schätzt das Deutsche Institut für Wirtschaftsforschung (DIW Berlin) im Rahmen seiner jährlichen Prognose des Bauvolumens im Auftrag des Bundesbauministeriums (BMUB) und des Bundesinstituts für Bau-, Stadt- und Raumforschung (BBSR). Auch im Hamburger Norden soll mehr gebaut werden. Entwicklungsschwerpunkte hier: die Bramfelder Chaussee, wo, wie Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff im Gespräch mit NDR 90,3 sagte, deutlich höher

gebaut werden soll. „Alles, was innenstadtnah ist, verträgt sicher wie hier in Wandsbek fünf, sechs oder sieben Geschosse“, sagte Ritzenhoff. Dies funktioniere allerdings nicht in allen Stadtteilen. Außerdem wolle er die Nahversorgungszentren besser organisieren. „Die Baukonjunktur bleibt auch in den kommenden beiden Jahren deutlich aufwärtsgerichtet“, so die Wirtschaftsforscher. „Allerdings werden die Investitionen stärker in Sanierungen und Modernisierungen und weniger in den Neubau fließen.“



Bauen, Sanieren  
und Modernisieren  
werden Motoren  
der deutschen  
Wirtschaft bleiben!





**ZSCHIMMER** ALLES AUS EINER HAND  
SONNEN-/REGENSCHUTZ

<p><b>UNSERE PRODUKTE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonnensegel</li> <li>• Terrassendächer</li> <li>• Fallmarkisen</li> <li>• Freistehende-Markisen</li> <li>• Regenschutz-Markisen</li> <li>• Sonnenschutz-Markisen</li> <li>• Insektenschutz</li> <li>• Plissee Jalousie Rollo</li> <li>• Windschutz</li> <li>• Sicherheitsrollladen</li> </ul>	<p><b>UNSER SERVICE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausstellung</li> <li>• Beratung</li> <li>• Verkauf</li> <li>• Aufmaß</li> <li>• Montage</li> <li>• Wartung</li> <li>• Reparatur</li> <li>• Reinigen</li> <li>• Finanzieren</li> <li>• Leasing</li> </ul>
--	---

**Segelmacherei Zschimmer Inh. Peter Juhl**  
Kreuzburger Strasse 7 • 22045 Hamburg • Tel.: 040 653 05 85  
Fax: 040 65390 869 • [www.zschimmer-sonnenschutz.de](http://www.zschimmer-sonnenschutz.de)

**Heizen Sie wirklich effizient?**

Diese und andere Fragen beantworten wir Ihnen gerne auf unserem gemeinsamen Messestand auf der Energieberater vor Ort!

**WOHNEN-BAUEN-SANIEREN-Messe**  
im Alstertal-Einkaufszentrum am 09.02. und 10.02.2018

Wir stellen Ihnen die neuesten Heizsysteme vor, geben umfassende Infos rund ums effiziente Heizen und Sie können sich zusätzlich eine Prämie von bis zu 250 Euro oder einen unserer Messegutscheine für Neukunden sichern. *Kommen Sie gerne - wir freuen uns auf Sie!*

Buderus



**Spangenberg + Schneider**  
HEIZUNGSTECHNIK

Notdienst 0172 400 40 74



**Ihr Wunschbad** von uns:

[www.pruns-harms.de](http://www.pruns-harms.de)

**Die 5 Sterne GARANTIE**

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



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



**Wir sind für Sie vor Ort!**

**Besuchen Sie uns auf unserem Messestand im Erdgeschoss, Stand P, von 9:30 bis 20 Uhr**

Shop Marienthal · Shop Volksdorf  
Shop Wellingsbüttel



**ENGEL & VÖLKERS**  
[www.engelvoelkers.com/alstertal](http://www.engelvoelkers.com/alstertal)

Gezielt Gewicht verlieren bei der Stoffwechselkur im Meridian Spa & Fitness, bei der erfahrene Experten die Teilnehmer vor und während der Diät unterstützen.



# 4 Wochen, 4 Kandidaten, 1 Ziel

Vom Familienvater über ein junges Pärchen bis hin zum Plus-Size-Model – sie alle testeten die **Stoffwechselkur im Meridian Spa & Fitness**, professionell begleitet von einer Ernährungsexpertin sowie einem Fitnesstrainer. **Das Ziel?** Schonend und langanhaltend **Gewicht verlieren**.

**F**ranzi und Sven stürzte vor Antritt der Stoffwechselkur vor allem ihr mangelnder Elan, Sport zu treiben. Beide wollten ohne Jojo-Effekt Gewicht verlieren und ihren Lebensstil optimieren. Nach vier Wochen verloren sie zusammen über 14 Kilo. „Ich fühle mich viel frischer, viel wacher und habe mehr Energie“, so Franzi. Und auch Sven ist vom Gesamtergebnis überzeugt: „Mein Fazit der letzten Wochen ist, dass ich sehr viel trainiert habe, aber in der Kombi mit richtiger Ernährung und der Stoffwechselkur nie das Gefühl hatte, dass ich mich überfordere.“

Plus-Size-Model Tanja wollte aus gesundheitlichen Gründen Gewicht verlieren, um mobiler und körperlich uneingeschränkter zu sein: „Es sollte

immer um Gesundheit und um ein besseres Körpergefühl gehen. Und das habe ich allein in den letzten drei Wochen meiner Diät schon bekommen.“ Mit der Stoffwechselkur verlor sie acht Zentimeter Bauchumfang und erlangte eine gesündere Einstellung zu sich und ihrem Körper.

Ansporn für Gastronom und Familienvater Walter war seine sechs Monate alte Tochter. Sein Wunsch: Durch die Stoffwechselkur fitter werden und nicht mehr so träge sein. 7,6 Kilo verlor er dank der Kur in Kombination mit einem individuellen Sportprogramm sowie gesunder Ernährung und freut sich über das positive Ergebnis der vierwöchigen Diät: „Ich bin wahnsinnig stolz, dass ich mich da durchgebissen habe. Ich bin seitdem deutlich vitaler geworden und fühle mich wie ausgewechselt.“

Wer die VELUVIA Stoffwechselkur testen möchte, kann die Kur direkt im Meridian Spa & Fitness für 179,99 Euro erwerben. Erfahrene Trainer und Experten unterstützen die Teilnehmer vor und während der Diät.

Sven und Franzi wollten Gewicht verlieren und ihren Lebensstil optimieren – in vier Wochen verloren sie zusammen über 14 Kilo!



#### Kostenlose Vorträge rund um das Thema „Stoffwechsel & Diät“ im Meridian Spa & Fitness:

- Wandsbek: 6. und 19. Februar um 18.30 Uhr
- Alstertal: 7. Februar um 10.30 Uhr und 22. Februar um 18.30 Uhr
- Barmbek: 7. und 14. Februar um 17.30 Uhr
- Eppendorf: 13. und 20. Februar um 18.30 Uhr
- Am Michel: 23. Februar um 19.30 Uhr

Mehr Infos auf [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de).

# AEZ INSIDE

**ALSTERTAL**  
EINKAUFSZENTRUM

## FASHION DAYS

ALLES RUND UM MODE  
ZUM ANSCHAUEN UND  
MITMACHEN

## RIESEN CHANCE

IM AEZ 250 EURO-  
WARENGUTSCHEINE  
GEWINNEN

# WINTER- OUTFITS

EIN COSY STYLE, DER LUST  
AUF FRÜHLING MACHT...



Foto: anna-lena-ehlers.de

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Für das neue Jahr gibt es viele gute Vorsätze, die nach ein paar Wochen wieder schnell verfließen sind. Haben Sie Vorsätze, die Sie konstant verfolgen?

Wir haben uns für dieses Jahr wieder fest vorgenommen, neue Akzente in den Events zu setzen und den Service für Sie weiterhin zu optimieren. Im vergangenen Jahr ist schon einiges an Service im AEZ geschehen: Neue Lounges, die Sie zum Verweilen einladen, eine neue Kinderspielfläche für unsere Minis oder aber auch unsere Parkhäuser wurden optimiert. An dieser Stelle möchten wir uns bei Ihnen für Ihre Geduld und Ihr Verständnis während der Baumaßnahmen bedanken.

Bis morgen findet noch unser großer Winter Sale statt. Unser Motto: Sparen & Gewinnen. Haben Sie schon unsere Stempelkarte an

der Kundeninformation oder in den teilnehmenden Geschäften mitgenommen? Wenn nicht, sichern Sie sich noch schnell 10 Stempel und gewinnen Sie mit ein bisschen Glück ein iPhone X. Mehr dazu lesen Sie auf Seite 47.

Raus aus den grauen Winterklamotten und rein ins frühlingfrische Schick. Die neuesten Fashion-Trends zeigen wir Ihnen ab dem 19. Februar im AEZ. In unserer Fashion-Lounge werden wir Sie rundum Mode inspirieren, sei es durch Fashion-Lektüre, visuell durch die Berliner Fashion Week oder animativ durch unsere Fashion-Workshops. Lesen Sie hierzu mehr auf der rechten Seite.

Nun wünschen wir eine kleine Leseauszeit mit der aktuellen AEZ Inside.

Herzliche Grüße

Ihr Center-Management Ludmila Brendel und Christian Frauenstein

Termine  
& Events  
**Jan. -  
März**

**bis 27.01.**

**Alstertal-Sale** mit  
Schnäppchenangeboten  
und Gewinnspiel

**19.02.-03.03.**

**Fashion Days** mit  
Fashion Lounge und  
ganz viel Mode!

**03.03.**

**Workshop Schuh-  
kreationen** mit Ina  
Harrifeld, 10:30-13:30 Uhr





# SALE und großes iPhone X-Gewinnspiel

Aufgepasst, eine coole Schnäppchenjagd nähert sich ihrem Finale: Noch bis zum 27. Januar findet der Alstertal-Sale in der Mall im AEZ statt. Viele teilnehmende Shops verkaufen ihre Markenkollektionen zu Schnäppchenpreisen. Und was macht neben shoppen und sparen noch viel mehr Spaß! Shoppen, sparen und gewinnen! Mit Glück ein iPhone X! Wie es funktioniert? Alle Infos und die erforderliche Teilnehmerkarte (muss in 10 Shops abgestempelt werden) gibt es an der Kundeninformation:

Teilnahme ist bis zum 27.01.2018 Centerschluss (20 Uhr) möglich. Ziehung des Gewinners erfolgt am 29.01.2018 im Laufe des Tages. Die Teilnehmerkarte ist in die Losbox an der Kundeninformation im EG zu werfen. Die weiteren Teilnahmebedingungen und alle teilnehmende Shops gibt es auf [alstertal-einkaufszentrum.de](http://alstertal-einkaufszentrum.de)

# FASHION DAYS mit Gewinnspiel

Vom 19. Februar bis zum 3. März dreht sich im AEZ alles um Mode. Neben der statischen Inszenierung wird es auf den Fashion Days auch eine Fashion Lounge bei Apple geben. In der gibt es eine TV-Ecke, auf der Ausschnitte der Berliner Fashion Week gezeigt werden, eine Bücherecke zum Schmökern von Fashion-Büchern und Zeitschriften. Außerdem gibt es eine DIY-Fläche zum Personalisieren von Kleidungsstücken wie Taschen und Schuhen. Das Besondere in diesem Jahr: Es gibt lukrative Gutscheine zu gewinnen! Alle teilnehmenden Shops (siehe Liste) stellen einen Warengutschein in Höhe von 250 Euro zur Verfügung. Das Gewinnspiel findet auf [Facebook.de/alstertal-einkaufszentrum](https://www.facebook.de/alstertal-einkaufszentrum) und auf [www.alstertal-einkaufszentrum.de](http://www.alstertal-einkaufszentrum.de) statt. Hier gibt es die Gewinnchancen: Ansons, Body & Beach, Brax, Bree, Castellino, Calida, Edel Optics, Gerry Weber, Kaufhof, Lascana, Laurel, More & More, Napapijri, Optiker Bode, Strenesse, Walbusch, Woldorff und Pierre Cardin.



Mit mehreren statischen Modenschauen präsentieren die teilnehmenden Shops die aktuellen Trends und geben gelungene Inspirationen.



Das Interesse an den DIY-Events im AEZ ist hoch - kein Wunder, kommen doch kompetente Profis in die Mall.



Während der Fashion Days gibt es jede Menge Wissenswertes und Workshops zum Thema Mode.

# Winterstyle

*mit einem Hauch Frühling*



1



2



3



Foto: Marc O'Polo



4



5

1. Marc O'Polo langer Strickwollschal 180€  
 2. lässiger Blazer mit Lurex Effekt von Cartoon 70€  
 3. Mosh Mosh Hose mit vielen Reißverschlüssen 40€  
 4. Mantel mit Fake Fur von Gil Bret 230€  
 5. Marc O'Polo Pullover aus Organic Baumwolle 80€  
 6. Gabor Sneaker mit großer Schleife 100€



6

*Noch müssen wir uns gegen winterliche Kälte und Nässe schützen. Mit stylischen Outfits, die Spaß, Freude und Optimismus verbreiten, können wir aber jetzt schon erste Frühlingsgefühle wecken!*



3



4



5



1



2



6

1. Marc O' Polo Mantel mit Fischgratmuster für 210€  
 2. Stiefelette mit Schnürung für 150€ 3. Martignoni Como Tuch aus Baumwolle Cashmere 200€ 4. Jacke aus Materialmis von Marc Cain für 300€ 5. Pullover aus Baumwolle im Boxy-Cut für 140€ von Drykorn 6. Von Essential Antwerp ein Rock mit Plissierung für 140€

Foto: UlanysSergeenko

**LENZ**  
RESTAURANT



**Aller guten Dinge  
sind Skrei...**  
...natürlich nur bei uns!

Große Mittagstisch Auswahl

Wochentags 12-15 Uhr  
und ab 17:30 Uhr  
Sonntags ab 12 Uhr  
durchgehend  
Dienstags Ruhetag

Poppenbütteler Chaussee 3  
22397 Hamburg

☎ 040-60 55 88 87

[www.restaurant-lenz.de](http://www.restaurant-lenz.de)

**L'AURORA**  
Osteria



**Valentinstag:**  
Candle Light Dinner  
Vom 1. bis 14. Februar  
3-Gänge Menü  
+ 1 Flasche Wein  
Für 2 Personen  
€ **69,90**

**Mittagstisch von  
12:00 bis 15:00 Uhr**

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

**Khan mongolei**  
asia - restaurant  
Mongolisches Buffet-Restaurant

Khan sagt:  
*In der Familie sei sparsam,  
doch Gästen gib reichlich*




**Chinesisches  
Neujahr**  
„Jahr des Hundes“  
16. + 17. + 18.02.2018  
mit besonderen  
chin. Köstlichkeiten  
zusätzlich zum  
mongolischen Buffet!

Hummelsbütteler Markt 2  
22339 HH • Tel.: 040 63 67 90 73  
[www.khan-mongolei.de](http://www.khan-mongolei.de)

# Einfach aber raffiniert

Es liegt im Trend einfach und mit nicht allzuviel Zutaten lecker zu kochen. Eine prima Variante ist es, in nur einer Auflaufform oder auf einem Blech komplette Gerichte zuzubereiten. Wir zeigen zwei nachkochenswerte Rezepte



*Weiteres  
Rezept aus  
dem Buch*  
auf  
Seite 52

## ZUCCHINI, MIT QUINOA GEFÜLLT

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zucchini (ca. 450 g), längs halbiert
- 200 g Quinoa, gekocht (60 g ungekocht)
- 150 ml italienische Tomatensauce
- 120 g Mozzarella, gerieben
- 2-3 EL Pinienkerne, geröstet
- 1 Handvoll Basilikumblättchen





Foto: Lauren Volo, AT Verlag / www.at-verlag.ch

**ZUBEREITUNG:**

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Mit einem kleinen Löffel die Zucchinikerne auskratzen und das Fruchtfleisch etwas aushöhlen, um Platz für die Füllung zu schaffen. Quinoa mit der Hälfte der Tomatensauce, der Hälfte des Mozzarellas und den Pinienkernen vermischen. In die Zuchinihälften füllen. Die restliche Sauce und den restlichen Mozzarella auf die Füllung geben. Im Backofen etwa 40 Minuten backen, bis die Zucchini gar sind und der Käse geschmolzen und goldbraun ist. Vor dem Servieren mit Basilikumblättchen bestreuen.

Hier ißt Hamburg in Österreich!




**WATZMANN** SEIT 1994  
**WIRTSCHAUS**

Saseler Chaussee 166 \* 22393 Hamburg  
Telefon: 040 - 600 35 89  
[www.wirtshaus-watzmann.de](http://www.wirtshaus-watzmann.de)

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



**Restaurant Zur Kastanie**

**„Schlachtfest“**

Mittwoch  
ist unser  
Ruhetag!

Am 23. Februar 2018 um 19:00 Uhr

Erbsensuppe -serviert- vom **Buffet**: u.a. Roastbeef, Kassler, Sauerfleisch, Prager Schinken, Eisbein, Kassler auf Wirsing Gemüse, geschmorte Rippe, Sauerkraut, Erbspüree, Bratkartoffeln und Dessert.

**22,90 €** pro Person inkl. Aperitif  
mit musikalischer Begleitung durch **Siggi Zeitler**

Tel. 040 / 607 25 25 • Fax 040 / 607 09 81  
Specksaalredder 14 • 22397 HH - Duvenstedt  
[www.restaurant-zur-kastanie.de](http://www.restaurant-zur-kastanie.de) • [info@restaurant-zur-kastanie.de](mailto:info@restaurant-zur-kastanie.de)

**Trattoria L' Aurora**

Die familienfreundliche Trattoria in Wellingsbüttel.

**Valentinstag**  
Candle Light Dinner  
Vom 1.-14. Februar  
3-Gänge-Menü +  
1 Flasche Wein  
Für zwei Personen  
**69,<sup>90</sup>€**



Saseler Chaussee 5 • 22391 Hamburg  
Tel.: 040 492 00 859  
Mo. Ruhetag • Di. - Fr. 12 - 15 und 18 - 23 Uhr  
Sa. 17 - 23 Uhr • So. 12 - 22 Uhr



Rezept  
aus dem  
Buch

Fortsetzung von  
Seite 50



## PANZANELLA MIT GARNELEN

### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

200 g altbackenes Brot, in mundgerechte Stücke zerteilt  
12 mittelgroße Garnelen, geschält, ohne Darm  
1 EL Olivenöl  
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle  
250 g Kirschtomaten, halbiert  
3 EL Balsamicoessig  
1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten  
1 kleines Bund Basilikum, grob geschnitten  
1 kleines Bund Petersilie, grob gehackt  
3-4 EL plus 1 EL Olivenöl extra

### ZUBEREITUNG:

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Die Brotstücke in einer Schicht auf einem Backblech verteilen und im Ofen 10 Minuten backen. Die Brotstücke wenden und auf eine Seite des Blechs schieben, sodass ein Drittel des Blechs frei wird. Die Garnelen mit 1 Esslöffel Olivenöl vermischen und auf das Blech geben. Salzen und pfeffern. Im Backofen 5-7 Minuten braten, bis die Garnelen gar und die Brotstücke knusprig sind. Die restlichen Zutaten hinzufügen. Gut vermischen, salzen und pfeffern.



## L'AURORA

RISTORANTE

### Valentinstag

Candle Light Dinner  
Vom 1. bis 14. Februar  
3 Gänge Menü +  
1 Flasche Wein  
Für 2 Personen  
€ 69,90



### Stimmung pur!

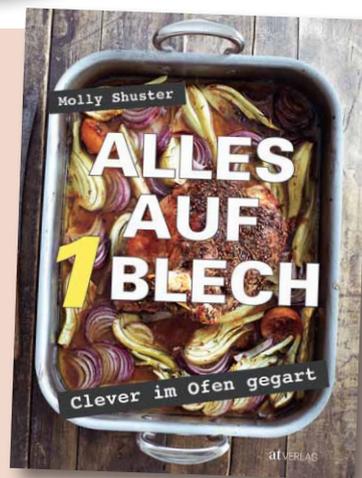
Bei Patrizio im Ristorante L'Aurora kommen kulinarische Italienfreunde voll auf ihre Kosten: Genießen Sie unter anderem hausgemachte Ravioli mit verschiedenen Füllungen.

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

## BUCHTIPP

Von der Vorspeise bis zum Dessert – alles lässt sich auf einem Blech oder in einer Auflaufform zubereiten. Das ist praktisch und geht schnell. Das von uns gezeigte Kochbuch lotet auf gelungene Art und Weise sowohl neue Möglichkeiten für Ofengerichte aus, zeigt aber auch Rezepte für klassische Aufläufe, Gratins, Saucen oder Braten, wie unsere beiden gelungenen Beispiele zeigen.

**Alles auf 1 Blech, Molly Shuster, atVerlag, geb., 160 Seiten, 20 Euro**





NEU

## STYLISCHE, MEDITERRANE WEINBAR

„Ich habe zusammen mit meiner Frau eine Location gesucht, in der ich entspannt ein Glas Wein trinken und eine Kleinigkeit essen kann. Weil ich im Alstertal nichts Passendes gefunden habe, habe ich selber eine kreiert“, sagt Patrizio Montoya, Inhaber des „L'Aurora“. Und zwar direkt hinter seinem Restaurant in der Hummelsbüttler Hauptstraße 47. Dort, in einem ehemaligen alten Stall, der zuletzt als Lager genutzt wurde, ist mit Hilfe des Architekten Jan Klinker Ende Dezember das „**IL VINAIO**“ entstanden. Holz, der originale Putz, Stahl und freigelegte Rotklinker-Mauern sorgen zusammen mit gedeckten Farben für einen besonderen, mediterranen Stil, der einen nach Italien entführt. Die Karte tut ihr übriges für ein bisschen „Urlaubsfee-

ling“: Neben Weinen aus allen Regionen Italiens, Spanien und Deutschland gibt es Dienstag bis Donnerstag Antipasti & Co. sowie Freitag bis Sonntag die gesamte Auswahl, die nebenan auch im L'Aurora serviert wird. „Ich habe als Weinliebhaber schon lange davon geträumt, das alte Gebäude entsprechend umzubauen und das nicht nur als Weinbar, sondern auch als Räumlichkeit zum Feiern für 70 bis 100 Personen.“ Wir finden, das Projekt ist mehr als gelungen! Mehr Infos unter **Tel. 53 05 46 89** und **laurora-hamburg.de**



Hat mit „**IL VINAIO**“ eine gemütliche und stylische Weinbar in Hummelsbüttel eröffnet: Patrizio Montoya



das weisse haus

**Patrick Voeltz lädt zur winterlichen Elb-Gourmandie im Restaurant „das weisse haus“**

vom 17.01.2018 – 30.04.2018  
im Restaurant „das weisse haus“

Patrick Voeltz, Inhaber des charmanten Restaurants „das weisse haus“, hat traditionsbewusst ein hochkarätiges Weinmenü für Sie zum genussvollen Auftakt ins neue Jahr zusammengestellt. Gang für Gang begleitet wird das Menü erneut von charakterstarken Weinen des befreundeten rheinhessischen Winzers Heinz Günter Hauck. Beim Schaumsüppchen von Petersilienwurzel und grünem Apfel zeigt Voeltz gleich zu Anfang was aus vermeintlich einfachen Zutaten an feinen Aromen rauszukitzeln ist – natürlich eine Steilvorlage für den frischfruchtigen und zugleich weich daherkommenden Weißburgunder. Bei Zwischengang und Hauptgang haben Sie dann die Qual der Wahl: fernöstlich angehauchtes Sashimi vom Yellowfin Tuna oder deftige Boudin noir (französische Blutwurst), saftiger Schmorbraten oder Zanderfilet – eines ist gewiss, für jeden Geschmack ist bei dieser Vielfalt etwas dabei, und auch für Freunde der fleischlosen Genüsse gibt es selbstverständlich eine vegetarische Variante des Menüs. Für den beglückenden süßen Abschluss des Abends sorgt die hauseigene Cheesecake-Interpretation. So darf das neue Jahr doch gerne starten!

### Elb-Gourmandie-Menü Hausgebackene Bauernbrötchen mit handgeschlagenem Gänseschmalz

Schaumsüppchen von der Petersilienwurzel und Granny Smith Apfel mit Segel vom Bresaola Schinken  
2016 Weißburgunder „Edenbusch“, Hauck, Rheinhessen (0,125l)  
\*\*\*

Sashimi vom Yellowfin Tuna an Miso-Nussbutter, Frühlingslauch, Koriander, frischem Ingwer und geröstetem Sesam  
oder

Boudin noir mit Trüffel-Jus auf Apfelkompott und Kartoffelstampf  
2016 Riesling „Edenbusch“, Hauck, Rheinhessen (0,125l)  
\*\*\*

Holsteiner Weiderind - 24 Stunden in Rotwein geschmort  
oder

Filet vom Zander in Zitronenthymian gebraten auf Waldzwerg-Risotto mit Blaubeeren und Meerrettich-Kren  
2015 Merlot & Cabernet Sauvignon „Edenbusch“, Hauck, Rheinhessen (0,125l)  
\*\*\*

Cheesecake „white house style“ mit Himbeercompolis, Stracciatella-Eis und Engelshaar



Reservieren Sie bitte unter dem Stichwort „**Winterliche Elb-Gourmandie**“ im: Restaurant „das weisse haus“ Neumühlen 50, 22763 Hamburg  
Tel.: 040-390 90 16  
info@das-weisse-haus.de  
www.das-weisse-haus.de  
**Öffnungszeiten:** Di. bis So.  
12–15 Uhr & 17–23 Uhr

**37,50 € pro Person exkl. Weinbegleitung**  
**47,50 € pro Person inkl. Weinbegleitung**

# Alles richtig gemacht!

Braut und Bräutigam, beide freuen sich auf diesen Tag. Das Brautkleid ist genauso wichtig wie der Hochzeitsanzug des Mannes. Mit sorgfältig ausgesuchten Accessoires entsteht ein rundum gelungener Look für den schönsten Tag.

Foto: Wilvorst



## DER SCHÖNSTE TAG IN IHREM LEBEN - HEIRATEN IM GRÜNEN ALSTERTAL

Treudelberg ist der ideale Rahmen und zugleich Ihr verllässlicher Partner. Feiern Sie in unseren schönen Empfangs- und Festräumen oder draußen auf der Terrasse mit Blick über den Golfplatz. Auf Treudelberg haben Sie sogar die Möglichkeit unter freiem Himmel weltlich getraut zu werden.

Unsere Hochzeitspauschalen „Fall in Love“, „Marry Me“ oder „Just Married“ bieten ein vielfältiges Angebot.

Vereinbaren Sie gleich heute einen Termin zur Besichtigung unserer Räumlichkeiten. *Wir freuen uns auf Sie!*

**TREUDELBERG BONUS:** Wir laden das Brautpaar zur Hochzeitsnacht für eine Übernachtung in einem unserer Doppelzimmer ein.

### STEIGENBERGER HOTEL TREUDELBERG HAMBURG

Lemsahler Landstraße 45 · 22397 Hamburg · Telefon: +49 40 60822-8840 · [www.treudelberg.com](http://www.treudelberg.com)  
Golf Hotel Hof Treudelberg GmbH · Ein Unternehmen der Garbe Group



**Für Ihn**



- 1. Weste von Hugo Boss für 180€
- 2. Hugo Boss Smoking für 600€
- 3. Krawatte aus Wolle/Seide von Armani für 60€
- 4. Einstecktuch von Armani für 70€
- 5. Lotusse Oxford Schnürschuh für 270€

**Für Sie**

- 1. Lilly Brautkleid mit tollem Rückenausschnitt 1000€
- 2. Tasche von Hamburger Brautmoden für 25€
- 3. Handschuhe von Hamburger Brautmoden für 90€
- 4. Schuhe von Hamburger Brautmoden für 90€



**OLDTIMER Company**  
 Hans Böckler-Ring 49  
 22851 Norderstedt  
 Tel.: (040) 524 00 98  
[www.oldtimer-company-hamburg.de](http://www.oldtimer-company-hamburg.de)

[www.tangstedter-muehle.de](http://www.tangstedter-muehle.de)

**Tangstedter Mühle**

Ihr Haus für Festlichkeiten im stilvollen Rahmen

Unser Motto *Wenn schon ... dann Traumhochzeit*  
 für das ganze Jahr



Unser Tipp: **14.2. Valentinsdinner**  
 Beginn 19 Uhr, Überraschungsmenue  
 und A-capella-Musik

Hauptstraße 96 • 22889 Tangstedt • Tel.: 04109 92 17

**TANZEN**

- Paartanz für Erwachsene – Einsteiger und Wiedereinsteiger
- Discofox- und Salsa-Specials
- Solotanz von Ballett bis Latin

Tanzschule  
 Gesangsschule  
 Schauspielschule  
**EINS**  
 Poppenbüttler  
 Hauptstraße 7  
 Fon: 24 82 57 17



[www.s-eins.de](http://www.s-eins.de)



Viel Ruhe und Schlaf sind nötig um sich von einer Erkältung zu erholen. Warme Kleidung und Spaziergänge können die Abwehrkräfte von Kindern stärken.

## Neues Jahr! Neue Praxis! Neuer Wall!

Eröffnung am 22. Januar 2018

Wir freuen uns auf Sie in unseren neuen Räumen – Neuer Wall 39

### Freuen Sie sich auf unsere neuen und modernen Praxisräume!

Nach 20 Jahren am Gänsemarkt beziehen wir unsere neue Praxis. Nur einen Steinwurf entfernt am Neuen Wall.

Das gesamte Team der Zahnarztpraxis Dres. Humsi freut sich darauf, Sie auch zukünftig in gewohnt persönlicher Atmosphäre zu behandeln.

Praxis für Zahnheilkunde  
**Dr. Maik M. Humsi**  
**Dr. Kirsten Humsi**  
Neuer Wall 39 • 20354 Hamburg

Tel.: 040 - 35 35 35  
[www.dr-humsi.de](http://www.dr-humsi.de) • [praxis@dr-humsi.de](mailto:praxis@dr-humsi.de)

**Privat und alle Kassen**



Dr. Maik M. Humsi • Dr. Kirsten Humsi

# Erkältung BEI KINDERN

Durch das **nasskalte** Wetter im Winter wird das Risiko eines **Infekts** begünstigt. Kinder sind in dieser Zeit besonders anfällig, da das **Immunsystem** geschwächt ist.

Eine Erkältung wird meistens von Symptomen wie Husten, Schnupfen, Hals- oder Gliederschmerzen begleitet. Kinder sind in der Regel sechs- bis zehnmal pro Jahr von einer Erkältung betroffen. Dies liegt darin begründet, dass das Immunsystem noch nicht ganz ausgereift ist.

## ANSTECKUNGSGEFAHREN:

Die Ansteckung erfolgt durch die Übertragung beim Niesen, Sprechen oder Husten (Tröpfcheninfektion). Bei Kindern gibt es zahlreiche Ansteckungsquellen wie zum Beispiel gemeinsames Spielzeug, ungewaschene Hände, Krabbelgruppen oder Kindergarten sowie Haushaltsgegenstände.

## SYMPTOME ERKENNEN:

Bei Kleinkindern gibt es einige Symptombesonderheiten die zu beachten sind. Eine verstopfte Nase erschwert die Atmung, wodurch das Trinken für die Kinder sehr unangenehm wird. Außerdem haben kleine Kinder meistens höheres Fieber als Erwachsene und durch das Fieber bedingte Schwitzen einen starken Flüssigkeitsverlust.

## BEHANDLUNGSMASSNAHMEN:

Besonders wichtig ist Flüssigkeit. Dadurch löst sich der Schleim im Hals besser und der Flüssigkeitshaushalt des Körpers wird wieder stabilisiert. Ein feuchtes, kühles Raumklima bei einem entzündeten Hals wirkt ebenfalls einem erkältungstypischen Reizhusten entgegen. Zudem ist viel Ruhe und Schlaf zur Erholung angebracht.



Kinder bis vier Jahren können oft noch nicht selbst schnäuzen.

## Erkenne Dein Potenzial! Lebensfreude durch mentales Training

In unseren 2-tägigen Seminaren lernen Sie, wie Sie Ihr Leben positiv verändern und mit den eigenen Fähigkeiten erfolgreich und gelassen ans Ziel gelangen können.

**Termine: 21.-22.4.18, 30.6.-1.7.18 oder 20.-21.10.18**

Ort: Ohlendorfsche Villa, HH-Volksdorf, 10 - 17 Uhr

Preis: € 280 inkl. Getränke, Imbiss & Seminarunterlagen

Heilpraktikerinnen Christina Take & Ann-K. Lindemann

**Kontakt: 0178/2 79 18 43 - [www.naturheilpraxistake.de](http://www.naturheilpraxistake.de)**

Achtsamkeit · Intuition · Innere Balance · Gesundheit

# Schleim im Rachen und Räusperzwang

Wiederkehrendes Räuspern, Verschleimung im Rachen und Druckgefühl am Kehlkopf - viele Menschen leiden seit Jahren unter diesen Beschwerden. Da die Ursache häufig nicht gefunden wird, laufen die Therapieversuche mit schleimlösenden Medikamenten und Kortisonsprays häufig ins Leere.

Seit wenigen Jahren ist bekannt, dass die Ursache dieser Beschwerden im Bereich der Speiseröhre und der Magenklappe liegt. Mithilfe der Befragung des Patienten und der Untersuchung des Kehlkopfs kann der HNO-Arzt erste Hinweise für die Erkrankung finden. Die 24-Stunden Messung des pH-Wertes im Rachen führt zu weiteren Erkenntnissen. Typischerweise kommt es bei diesen Patienten nachts zu einem starken pH-Wert-Abfall.

Vom HNO-Arzt wird folgend eine funktionelle Endoskopie der Speiseröhre und der Magenklappe durchgeführt. Im Gegensatz zur Magenspiegelung, ist der Patient bei der Untersuchung wach. Der Vorteil liegt darin, dass die Funktion der Magenklappe und der umgebenden Strukturen beurteilt werden kann. Ist die Ursache der Beschwerden gefunden, kann nach einem ausführlichen Gespräch die richtige, meist medikamentöse Therapie, durch den HNO-Arzt eingeleitet werden.



Expertentipp von

Dr. med. R. Dannesberger



**HNO**  
in Wellingsbüttel

**Dr. med. Rainer Dannesberger**  
Facharzt für HNO-Heilkunde

Praxis für Privatpatienten und Selbstzahler

Wellingsbüttler Weg 119  
22391 Hamburg  
Telefon: 040 - 46 65 37 28  
[www.hnopraxis.hamburg](http://www.hnopraxis.hamburg)

## 10 JAHRE „Gemeinsam für das Leben“

- Radiochirurgie - CyberKnife
- Hochpräzise Strahlentherapie (IMRT)
- Behandlung von chronischen Gelenkbeschwerden (z.B. Tennis-/Golfer-Arm, Arthrose, Fersensporn - als Kassenleistung)



**STRAHLENZENTRUM HAMBURG MVZ**  
cyberknife center hamburg

Langenhorner Chaussee 369 • 22419 Hamburg

Tel.: 040 - 244 245 80 • Fax: 040 - 244 245 869 • [mail@szhh.de](mailto:mail@szhh.de)

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





Gute Neuigkeiten für Jogger: Künftig können am Bramfelder See an einer neuen „Bewegungsinsel“ Fitnessübungen im Freien gemacht werden.

# SPORTSUPPORT für das Alstertal

Zum Jahreswechsel hat der Hamburger Senat beschlossen, den **regionalen Sport** mit weiteren 5,6 Millionen Euro zu unterstützen. Wir erklären, was es eigentlich mit dem Rahmenprojekt **„Active City“** auf sich hat und was genau wir im Alstertal davon haben.

Klar hat Hamburg bekannte Sportinstitutionen – wer kennt nicht den Tenniskomplex am Rothenbaum? Mit der gescheiterten Volksabstimmung zur Bewerbung um Olympia hat die Sportbegeisterung indessen einen ziemlichen Dämpfer abbekommen. Fehlt es uns an Visionen im großen Stil? Schaut man sich an, was in Hamburg in den nächsten Jahren im Rahmen des „Masterplans „Active City““ (MPAC) alles umgesetzt werden soll, wird man gleich viel optimistischer, denn es sollen bis 2024 insgesamt 50 Millionen Euro in 26 Sportprojekte investiert werden.

Der 2016 vorgelegte Masterplan greift Impulse und Planungen auf, die für die Olympiabewerbung erarbeitet worden waren. Mit dem MPAC wird das gesamte Spektrum des Sports berücksichtigt. Er umfasst Schul- und Vereinssport, das Sportangebot im öffentlichen Raum und das Sportangebot für Alle. „Auch die Förderung junger Talente sowie die Stärkung des Leistungssports und des Sportstandorts Hamburg werden berücksichtigt.“, heißt es im MPAC. Zudem soll das gesamte Stadtgebiet in den Wandel einbezogen werden. Besonders spannend ist, dass der MPAC als (erfolgreiche) Bewerbung für Hamburgs Beitritt zum internationalen Städtenetzwerk „Active Cities“ konzipiert wurde. Diesem Netzwerk gehören über 300 Mitglieder aus mehr als 160 Ländern auf allen Kontinenten an. Teil davon werden Städte, die das Zertifikat „Active City“ erlangen, das wiederum vom „Zusammenschluss für Internationalen Sport für Alle“ (TAFISA) vergeben wird. In größeren Dimensionen kann man Sport kaum denken! Zum Projekt erklärt Sportsenator Andy Grote (SPD): „Hamburg wächst und dieses Wachstum muss mit mehr Lebensqualität einhergehen. Sport ist Lebensqualität. Auch deshalb investiert der Senat in die „Active



Foto: Bina Engel

Verkündet gute Nachrichten: Senator Andy Grote (SPD) setzt gerade den „Masterplan „Active City““ um. Ein echter Segen für den regionalen Sport.

City“. Wir setzen die Strategie Schritt für Schritt um – aktuell mit Investitionen in den Schul- und in den Vereinssport, den Sport im öffentlichen Raum und den Wettkampfsport. So wecken und fördern wir sportliche Leidenschaft bei allen Hamburgerinnen und Hamburgern.“

Doch inwiefern profitieren wir im Alstertal vom MPAC? Zwei Projekte, die den Hockeysport in Ohlstedt und Hummelsbüttel fördern, wurden bereits umgesetzt. Wir haben für Sie nachgehakt, was genau gemacht wurde. Hendrik Löns, Schulleiter des Ohlstedt Gymnasiums, sagt dazu: „Unsere Sporthalle ist im Jahr 2014 umgebaut und für den Hockey-Sport nutzbar gemacht worden. Hier spielen seit der Fertigstellung viele regionale Vereine. Für sie und für uns als Schule ist dies eine echte Bereicherung. Hockey ist in der Region weit verbreitet und so ist ein Wunsch wahr geworden, den viele Beteiligte vor Ort lange Zeit gehabt haben.“ Auch am Gymnasium Hummelsbüttel wird Hockey gespielt und in der fünften Stufe als Schwerpunkt unterrichtet. In der Oberstufe gibt es einen Hockeykurs im Wahlangebot. Sportfachleiter Klaas Hugen fasst zusammen: „Zu unserer neuen Ausstattung, die im

Mai 2017 im Zuge der Sanierung unserer Dreifeldhalle geliefert wurde, gehören Tore und Hockeybänken zur Spielfeldbegrenzung. Wir hatten schon vor der Sanierung eine Hockeyausstattung, die auch von Vereinen genutzt wurde. Die alten Bänken waren aber bereits teilweise zersplittert, so dass die Sanierung zur rechten Zeit kam. Nun sind wir sehr zufrieden mit den Materialien.“ Es hat sich also bereits einiges getan. Im Dezember 2017 wurde außerdem beschlossen, am Bramfelder See eine Sportinsel einzurichten – davon werden alle Alstertaler Langstreckenjogger profitieren.

Wolfgang Wagner

# MEIN CLUB. MEIN JAHR. MEINE BESTFORM.

*Bei uns werden aus Ihren guten Vorsätzen sportliche Herausforderungen und entspannende Wohlfühl-Momente.*



Alles unter einem Dach für ein Jahr voller Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden.  
*Jetzt starten und in den ersten 3 Monaten nur € 59 monatlich zahlen.*



Immer mehr Menschen greifen zum Golfschläger. Gründe dafür sind, dass der Sport günstiger wird und bei vielen Golfclubs die elitären Schranken gefallen sind. Das Alstertal-Magazin gibt Tipps für Golfinteressierte.

# EINSTIEG LEICHTER ALS GEDACHT

## Neues Jahr - neuer Club

**Besuchen Sie uns auf der Hanse Golf.**

Wenn Sie vor Ort Mitglied werden sparen Sie die Anmeldegebühr in Höhe von 500€

 **Halle A4 34 - 35** (Castan Stand)



**Hanse Golf**

Die Golfmesse im Norden  
16. - 18. Februar 2018



**Z**u testen, ob einem der Golfsport liegt, ist einfacher als mancher denkt: Denn viele Golfclubs haben sich dem Trend angepasst und bieten Anfängern günstige Schnupperkurse und individuelle Einstiegsprogramme an, die zu keiner teuren Mitgliedschaft verpflichten.

Schläger können fast immer geliehen werden. Will man sich später seine eigenen kaufen, weil man Gefallen an dem Sport gefunden hat, hat der Golfneuling die Qual der Wahl. Doch die Pros in den Golfclubs haben manchen Tipp parat. Insgesamt darf ein Golfer laut Regelwerk 14 Schläger mit auf den Parcours nehmen. Dazu gehören Hölzer, die für den Abschlag und weite Schläge genutzt werden, Eisen, erforderlich, um die Bälle auf dem Fairway zu spielen und der Putter, mit dem der Ball auf dem Grün eingelocht wird. Zu den Eisen zählen auch die beiden Spezialschläger Sandwedge, mit dem der Ball aus dem Sandbunker gespielt wird, und Pitchingwedge, der sehr hohe, zielgenaue Annäherungsschläge an das Loch ermöglicht. Am meisten Verwendung finden die Eisen. Wir nennen hier **3 Punkte, auf die der Einsteiger achten sollte.**

1. **Schlägerkopf:** Dieser sollte aus Stahl bestehen und gegossen sein. Geschmiedete Modelle, Blades genannt, eignen sich eher für Fortgeschrittene. Ein weiteres Plus für Anfänger sind Schlägerkopfvarianten, bei denen viel Gewicht in der Sohle liegt.

2. **Schaft:** Für diesen stehen hauptsächlich zwei Materialien zur Verfügung – Stahl und Graphit (oder Carbon). Stahl ist zwar günstiger, aber schwerer. Dafür ermöglicht es mehr Kontrolle über die Schläge. Bei der Entscheidung für Graphit profitiert der Spieler von dem geringeren Gewicht und der besseren Flexibilität des Schaftes, weil dieser die Wucht beim Treffen des Balls abmindert. Das wirkt sich günstig bei Gelenkproblemen aus.

3. **Schlägersatz:** Dieser muss bei einem Anfänger nicht komplett sein. Die Eisen 3 und 4 benötigt er anfangs noch nicht. Das gleiche gilt für Hölzer, die bei weiten Abschlägen genutzt werden. So ist ein halber Satz mit den Eisen 5, 7 und 9 sowie mit Putter, Pitching- und Sandwedge vollkommen ausreichend.

Einen gebrauchten Satz zu kaufen, lohnt sich nur für Anfänger. Ein neuer Schläger-Satz inklusive Golfbag wird schon zwischen 300 und 500 Euro angeboten.



# DAS GOLF-ERLEBNIS IN HAMBURGS NORDEN



Werden Sie jetzt zu besonders attraktiven Konditionen Mitglied im jungen Golfclub Hamburg-Oberalster und erleben Sie unsere spektakuläre Golfanlage:

- 6.035 m langer Links-Kurs auf einer Fläche von 101 ha, umgeben von schönen Weide- und Moorflächen, 18 Löcher, Par 72, kreativ angelegte Fairways, Grüns und Roughs
- 12 Hektar große Driving Range mit durch Bunker gesicherte Zielgrüns und 3000 m<sup>2</sup> Rasenabschlagfläche
- Sechs geräumige Abschlagboxen für Training bei jedem Wetter
- Integrierte Golfakademie mit Trackman-Analyse-System

Starten Sie mit uns in die Saison 2018 – wir freuen uns auf Sie!

**10,- Greenfee-Ermäßigung**  
bei Vorlage dieser Anzeige. Viel Spaß!

Jetzt  
noch unsere  
**günstigen  
Konditionen**  
für dieses Jahr  
sichern!



Tangstedt-Wilstedt  
Bargteheide  
Norderstedt Duvenstedt  
Wohldorf-Ohlstedt  
Lemsahl-Mellingstedt Poppenbüttel  
Sasel Volksdorf  
Wellingsbüttel  
Bramfeld

Adresse der Clubanlage:

Bäckerberg 10  
22889 Tangstedt-Wilstedt  
Tel. 04109/554 45 46  
E-Mail: [info@golfclub-oberalster.de](mailto:info@golfclub-oberalster.de)

Mehr Infos finden Sie unter [www.golfclub-oberalster.de](http://www.golfclub-oberalster.de)

 Besuchen Sie  
uns auf Facebook!

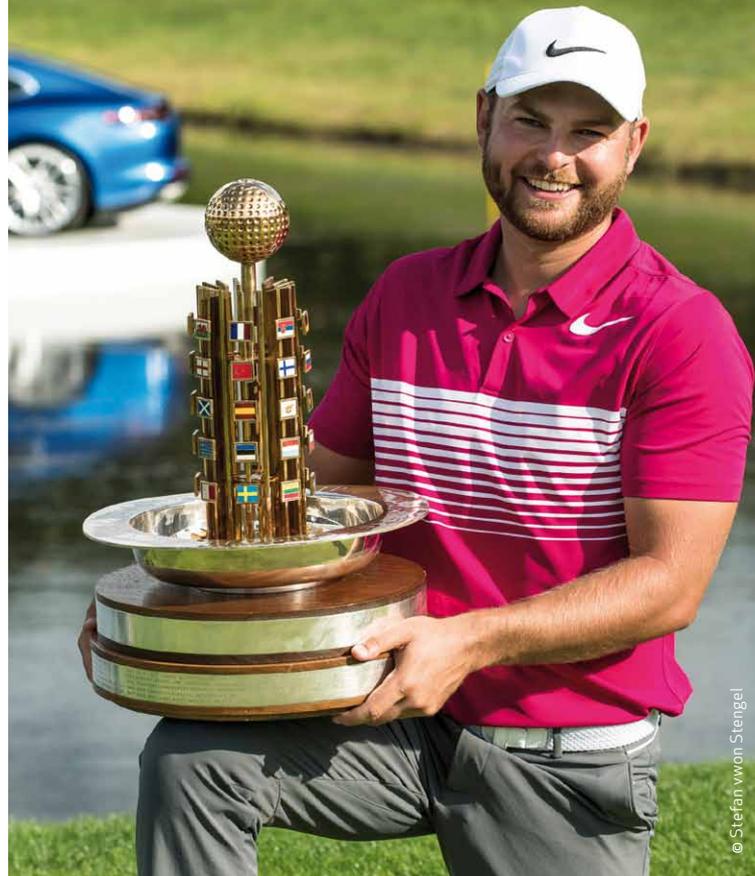
# PROFI-GOLF „VOR DER HAUSTÜR“

Auch in diesem Jahr gibt es wieder zwei Golf-Turnier-Highlights in der erweiterten Hamburger Metropolregion, die sich all diejenigen in den Kalender eintragen sollten, die einmal Profigolf live sehen wollen.

**WINSTONGolf Senior Open:** Vom 13. bis 15. Juli sind bereits zum siebten Mal die Stars der European Senior Tour – seit diesem Jahr Staysure Tour – auf der Anlage von WINSTONGolf in Vorbeck bei Schwerin zu Gast. Nach der erfolgreichen Premiere 2016 und dem erneuten Erfolg 2017, erwarten die Organisatoren auch für die dritte Austragung auf dem mehrfach prämierten Platz ein hervorragendes Teilnehmerfeld. Mehr Informationen gibt es auf: [www.winstongolf-senior-open.com](http://www.winstongolf-senior-open.com).

**Porsche European Open:** Vom 25. bis 29. Juli kommen die Stars des weltweiten Profigolfsports nach der gelungenen Premiere im vergangenen Jahr wieder auf die anspruchsvolle Anlage Green Eagle bei Winsen. Der North Course, der dort gespielt wird, ist der längste 18-Loch Platz in Europa! Titelverteidiger dieses traditionsreichen und mit zwei Millionen Euro dotierten Turniers ist Jordan Smith aus England, der bei den Porsche European Open 2017 seinen ersten Sieg auf der European Tour feiern konnte. Mehr Informationen gibt es auf: [www.europeanopen.com](http://www.europeanopen.com)

Porsche European Open 2017-Sieger  
Jordan Smith wird sicherlich wieder  
antreten wollen.



© Stefan von Stengel

## Hanse Golf

Die Golfmesse im Norden



**INFORMIEREN, SPIELN & SHOPPEN**

GOLFSHOPS // GOLFSIMULATOREN // EVENT-ARENA  
INTERAKTIVE VORTRÄGE // REISEWELT // INDOOR DRIVING RANGE

[HANSEGOLF.COM](http://HANSEGOLF.COM)

HG Alstertal Magazin

<sup>1)</sup> Gutschein gilt nur für 1 Person

### 4 EURO ERMÄSSIGUNG

MIT DIESEM GUTSCHEIN ERHALTEN SIE IHR TAGESTICKET  
ZUM ERMÄSSIGTEN EINTRITTSPREIS VON 11 EURO  
STATT DER REGULÄREN 15 EURO<sup>1)</sup>

**HANSE GOLF // 16. - 18. FEBRUAR 2018**  
HAMBURG MESSE HALLE A4, EINGANG MITTE  
TÄGLICH 10-18 UHR

Ticket-  
Verlosung



Tipps, Tricks und Trends, als das gibt es in  
den Hamburger Messehallen!

## HANSE GOLF-TICKETS GEWINNEN!

Auf der Hanse Golf können sich Golf Fans vom 16. - 18. Februar bereits zum 16. Mal in Folge rund um den Golfsport informieren und die Sportart aktiv erleben. Über 17.400 Besucher und mehr als 200 Aussteller zieht das Golfevent des Nordens jährlich auf das Gelände der Hamburg Messe. Dort, in der Halle A4 auf rund 8.500 qm, gibt es ein breites Sortiment an Schlägern, Mode und Zubehör sowie Golfreisen, wobei in diesem Jahr besondere Aufmerksamkeit auf Fitting und Fitness gelegt wird. Denn nicht nur die Schläger, auch die Golfer sollten fit sein. Tipps & Tricks von Pros in der Golf Arena sowie diverse Mitmachaktionen runden das Angebot ab.

**Öffnungszeiten:** täglich 10 bis 18 Uhr. Eintritt (am Eingang Mitte): 15 / erm. (z.B. Ticket mit Gutschein durch Vorregistrierung) 11 €, Kinder bis 12 J. frei. Weitere Informationen und alle Aussteller gibt es auf [www.hansegolf.com](http://www.hansegolf.com).

Verlosung

Mit uns können Sie mit  
etwas Glück **for free zur  
Golfmesse:**

**wir verlosen 10x2 Tickets.** Wer  
2 gewinnen möchte, der sendet  
eine E-Mail mit dem Stichwort  
Golf an [k.wehl@alster-net.de](mailto:k.wehl@alster-net.de).  
Einsendeschluss: 9.2.

Das ALSTERTAL MAGAZIN hat sein Vertriebsgebiet **optimiert**

# Neue Sharepoints!



Immer mehr Menschen wollen das ALSTERTAL MAGAZIN lesen! Das ergab eine Befragung relevanter Haushalte mit hoher Kaufkraft. Der Magazin-Verlag, Marktführer in seinem Segment, reagierte großzügig.

Das Vertriebsgebiet ist jetzt erweitert auf **Norderstedt, Ahrensburg, Hoisbüttel, Ammersbek und Bargteheide**. Neben

ausgesuchten Haushalten finden Leser an diesen Sharepoints das beliebte Magazin, hier ein Auszug:

#### AHRENSBURG

**Am Allen Markt** Nr.17 Hotel am Schloss Ahrensburg;  
**Bahnhofstraße** Nr.19 Holzland Wulf;  
**Bei der Doppelreihe** Nr.1 Jacques Wein-Depot; **Beimoorkamp** Nr.1 Isabel Edvardsson, Die Tanzschule am Schloss;  
**Gänseberg** Nr.7 Audi Ahrensburg;  
**Große Straße** Nr.2 Mrs. Sporty; Nr.40 Cafe Rondeel; Nr.5 Larissa Possehl, Friseurmeisterin + Make up Artist; Nr.13 Block Housel; Nr.15 a Berlin Milljöh, Das Kult-Bierlokal D. Manz;  
**Hagener Allee** Nr.6 Nik- Hil Exklusivmode, Schital + Naresh Sharma; Nr.14 Betten Bubert und Stoffideen; Nr.20 TMC Nails; Nr.22 Showcut Der Friseur; Nr.15 Herrenhaus Ahrensburg; Nr.17 Kofi Ahrensburg, Nordic Living & Lifestyle; Nr.19 Frank Ziegenbein, Lotto Toto Oddset;  
**Hamburger Straße** Nr.2 La Joliette, die Boutique; Nr.14 Amplifon Deutschland GmbH; Nr.1 Ryf of Switserland; Nr.3 Früchtestübchen, Yamrali Trading GmbH seit 1982; Nr.3 im Nessler Schuhmacherei und Schlüsseldienst; Nr.7 Konditorei-Café Gerads; Nr.15 Wöllner, Die Friseurmeister; Nr.17 Melli & Minzi, Sweet Clothing and Furniture; Nr.31 Möbius Friseur; Nr.31 Jytle's Woll-Oase; Nr.81 Weber Haarstudio;  
**Klaus-Groth-Straße** Nr.2 EG City Tabak Ahrensburg GmbH; Nr.2 Art Nails American Style; Nr.2 Allwörden; Nr.5 Mr. Baker, coffee to go; Nr.5 Cavallina;  
**Lohe** Nr.2 Weiße Wolke die Reinigung  
**Manhagener Allee** Nr.1 Casa Rossa; Nr.3 DUE Damenmode; Nr.4 Rieckhoffs Optik; Nr.10 Bade Perle; Nr.11 a Fisch Schloß, Spezialitäten des Meeres; Nr.15 Ernst Kretzschmann, Eisen-Haushaltswaren + Fahrrad GmbH;  
**Neue Straße** Nr.9 Mendoza Restaurant;  
**Otto-Siege-Straße** Nr.31 Top Form Club, Sportstudio Silvia Hugo;  
**Rathausstraße** Nr.6 a Sauberland Textilpflege;  
**Rondeel** Nr.2 Marie Louise, Einrichtungs-

Accessoires; Nr.2 Catul Cosmetic, Ulrike Herrmann;

**Stormarnstraße** Nr.2 Restaurant Rockefeller; Nr.11 Der Ahrensburger Herrenfriseur;

#### BARGTEHEIDE

**Am Markt** Nr.6a Restaurant Orfeo Greco; Nr.6b HaRRReich Regina Rieckmann; Nr.6c Müllers Futterkiste, Tierfutter und Zubehör; Nr.12 Haarstudio 1; Nr.9 REWE;  
**Am Markt/Theodor Stormstraße** Nr.1 Art of Hair, Jessica Bethien;  
**Theodor Stormstraße** Nr.1 b Restaurant Einstein; Nr.7 Spiegelbild Friseur, E. Selimi;  
**Bahnhofstraße** Nr.2 Friseur Fynnau; Nr.5a Findling, Qualität aus 2ter Hand;  
**Mittelweg** Nr.17 Da Mimmo, Ristorante Italiano;  
**Rathausstraße** Nr.3 a Einzelstücke, Stoffe & Textilien; Nr.7 Optiker Scheel; Nr.25 Bargteheider Buchhandlung; Nr.27 Haspa; Nr.29 Nordwest Lotto; Nr.16 Team Express, Reinigung; Nr.24 Coffee Lounge Das Original; Nr.32 Raiffeisenbank eG Bargteheide;

#### NORDERSTEDT

**Am Tarpenufer** Nr.6 Miss Work / Güsel Dogan, Schuster;  
**Mittelstraße** Nr.56 Augenoptik Mövers; Nr.60 Nordwest Lotto; Nr.62 Babylon;  
**Ochsenzollerstraße** Nr.192 Top Clean Textilpflege;  
**Ohechaussee** Nr.12 Gold-Blick Optiker; Nr.20 Meyer's Mühle; Nr.19 Hörgeräte Auric;  
**Ohlenhoff** Nr.1 Haustechnik Dunkelmann;  
**Poppenbütteler Straße** Nr.178 Dat Backhaus;  
**Schmuggelstieg** Nr.6 Selin Cinar Friseur; Nr.10 Tabakshop am Schmuggelstieg;  
**Segeberger Chaussee** Nr.53 Mercedes Behrmann; Nr.310 Beckmann Bauzentrum;



**Mende & Landes**  
Dachdeckermeister  
Bedachung - Fassade

Steildach  
Flachdach  
Fassaden- und  
Schornsteinverkleidungen  
Bauklempnerei  
Reparaturen

1970  
**45**  
2015

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



**HORST  
SÖHL**

**Wir verwirklichen Ihre Träume...**

**Rolläden  
Terrassendächer  
Markisen**

Mitglied im Bundesverband  
Rolläden und Sonnenschutz e.V.



**Wohldorfer Damm 12  
22395 Hamburg-Bergstedt  
Telefon (0 40) 6 43 10 01  
info@soehl.net • www.soehl.net**



50  
JAHRE

Seit 1965  
in Hummelsbüttel

**Achim Meier**  
Bauunternehmen

- Schimmel / Feuchtigkeitssanierung
- Wärmedämmung
- Betonsanierung • Altbausanierung

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



Sanitär - Heizung - Klempnerei - Bedachung - Kundendienst



GmbH

Inh. Carsten Peters

Zertifizierter Fachbetrieb  
für seniore- u. behinderten-  
gerechte Bäder/Installation

**STELTZER Sanitär**  
WILHEL-STEIN-WEG 8 - 22339 Hamburg

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

**EINE FEINE  
KLEMPNEREI!**

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

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

**CUT 4 YOU**  
 hairstyle by uschi boy  
**Friseur/in gesucht**  
 Job-Info: cut-4-you.de  
 Tel.: 040.18 05 58 81



**Inhaberin Uschi Boy**

**ONLINE BUCHEN**  
 rund um die Uhr  
 unter: cut-4-you.de

Friseur ■ Nagelstudio  
 Fußpflege  
 Langenhorner Str. Ost 3  
 22399 Hamburg

**Fahrer**  
 mit eig. PKW  
 zur Belieferung  
 unserer Austräger  
**gesucht!**



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



Sich entspannen und warmen Tee trinken oder eine Suppe löffeln hilft dem Immunsystem und damit auch der Haut.

# Winter-PFLEGE

Die Haut ist im Winter extremen **Anforderungen** ausgesetzt: Trockene Heizungsluft drinnen und kalte Luft draußen, heftiger Wind und ein durch Erkältungen geschwächtes Immunsystem setzen ihr zu. Damit sie ihre **Schutzfunktion** dennoch gut erfüllen kann, braucht sie **Hilfe**.

**Ü**berall auf der Haut produzieren Talgdrüsen unentwegt ein leicht säurehaltiges Wasser-Fett-Gemisch. Das hält die Haut geschmeidig und bildet eine Barriere: Von innen geht keine Feuchtigkeit verloren, von außen dringen keine Bakterien und Pilze ein. Bei weniger als acht Grad fährt die Haut jedoch die Produktion dieses Fettfilms zurück.

Damit wird die natürliche Schutzbarriere durchlässig. Kalte Luft ist sehr trocken und entzieht der Haut Feuchtigkeit. Denselben Effekt hat trockene Heizungsluft. Das Ergebnis: Die Haut wird spröde und rissig. Damit das nicht passiert, muss der geschwächte Säureschutzmantel ergänzt werden. Um das Austrocknen zu verhindern, kann man eine reichhaltigere Creme wählen. Orientie-

rung bei der Auswahl liefern der Hauttyp und die bereits verwendete Creme. Reichhaltiger heißt: Die Wintercreme sollte mehr Fette enthalten. Wer unter trockener Haut leidet, sollte eine Intensivcreme oder Salbe verwenden.

Sorgsam gereinigte Haut mit einem sanften Reinigungsprodukt und lauwarmen Wasser sowie ein mildes Gesichtstonic ohne Alkohol sind die Grundlage für die Pflege im Winter. Nach der eher lauwarmen und kurzen Dusche empfiehlt sich für den Körper ein Pflegeprodukt mit Harnstoff oder Hyaluronsäure.

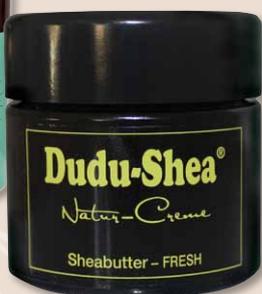
Auch die Hände benötigen jetzt intensive reichhaltige Pflege. Viel eincremen ist im Winter sehr wichtig. Und, wie immer, TRINKEN, viel trinken.



1



2



3

- 1) Die Superior Gold Mask von Judith Winter für 40€  
 2) Schimmernde Bodycream von The Ritual für 16€  
 3) Sheabuttercreme von Dudu für 20€ für Gesicht und Body

## DIÄTMÜDE? JETZT STOFFWECHSELN!

Mit der Sanguinum Stoffwechselkur begleite ich Sie rundum zu Ihrem möglichen Wunschgewicht.

Heilpraxis für Regulative Medizin  
**Petra Maria Brandt**  
 Heilpraktikerin  
 Saseler Weg 14  
 22359 Hamburg-Volksdorf  
[www.heilpraktiker-volksdorf.de](http://www.heilpraktiker-volksdorf.de)  
**0176 / 5 77 22 681**



 sanguinum

**GUTSCHEIN**  
für eine kostenlose  
Körperanalyse

## Mit HYPOXI endlich zur Wunschfigur!

**HYPOXI**

design your body

Da ein paar Röllchen am Bauch, dort einige Pölsterchen an Po und Hüften, Cellulite an den Beinen oder schlichtweg einige Kilos zu viel auf der Waage. Für all das gibt es eine Lösung: HYPOXI.



Interview mit: Christiane Schlüter, Inhaberin der Hamburger HYPOXI-Studios

**Warum sollten sich Frauen für HYPOXI entscheiden, wenn sie unzufrieden mit ihrer Figur sind?**

Um die Figur zu formen und die Haut zu straffen, müssen „problematische“ Körperteile direkt angesprochen werden. Genau das passiert bei der HYPOXI-Methode.

**Wie soll das funktionieren, ein gezielter Abbau von Fett an den Problemzonen?**

Während leichtem Training auf einem High-Tec Hypoxi-Gerät wirkt Unter- und Überdruck gezielt auf das Gewebe ein, in dem sich hartnäckiges Fett eingelagert hat, (beispielsweise am Bauch). Die Problemzonen werden durch den Wechseldruck viel intensiver durchblutet und der Abtransport von Fett beschleunigt. Das Resultat ist eine gezielte Umfangsreduktion in diesem Bereich, und nicht an den Stellen wo die Damen es nicht möchten. HYPOXI ist für mollige, aber auch schlanke Damen von 18 bis 85 Jahren geeignet.

**Und wie sind die Ergebnisse?**

Wir aktivieren mit HYPOXI den lahmen Stoffwechsel. Und wenn Sie unsere Ernährungstipps annehmen, können Sie in sechs Wochen eine Kleidergröße und in 3 Monaten knapp 2 Kleidergrößen reduzieren.

**Hilft HYPOXI auch, wenn Frauen ihre Haut straffen und Cellulite reduzieren möchten?**

Ja, sehr gut. Sie entspannen auf der HYPOXI-Dermologie-Liege, während 400 Aktivierungskammern die Haut mit Über- und Unterdruck trainieren. Dabei wird die Haut sanft nach außen gezogen und anschließend wieder nach innen gedrückt. Dadurch können Schadstoffe besser abtransportiert werden und die Haut wird straffer.

**Welche Schritte sollten interessierte Damen jetzt gehen?**

Um sich vorab zu informieren, warten 80 Kundenberichte auf unserer Homepage darauf, gelesen zu werden.

Zu finden unter:  
[www.hypoxistudios-hamburg.de](http://www.hypoxistudios-hamburg.de)  
 Mein Team und ich freuen uns auf Sie!

**Probetermine unter 0160/1842813**  
 oder in den Studios direkt.

**HYPOXI Sasel**  
 Stadtbahnstr. 32a  
 Tel: 38 65 07 34

**HYPOXI Marienthal**  
 Luisenstraße 16  
 Tel.: 65 25 351

[info@hypoxistudios-hamburg.de](mailto:info@hypoxistudios-hamburg.de)



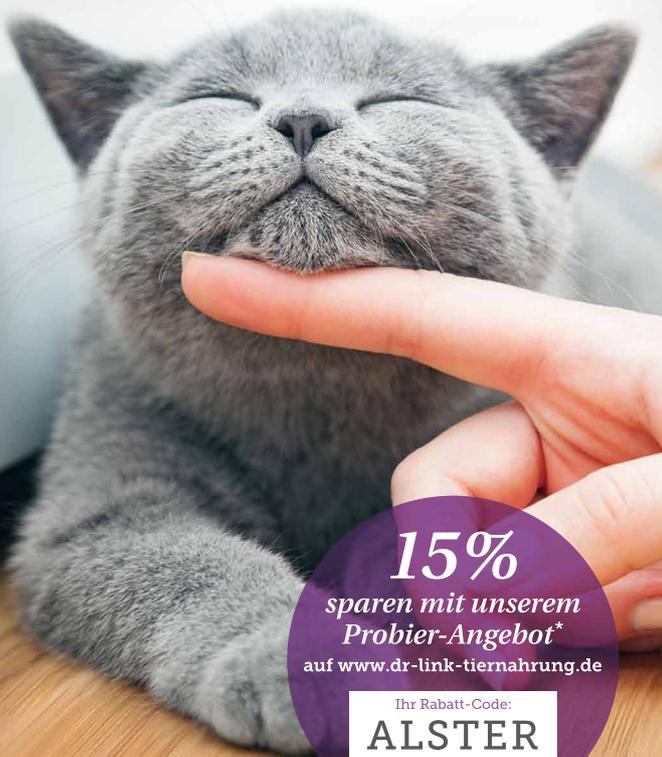
**GUTSCHEIN**

Testen Sie uns!  
**1 Gratis Doppelbehandlung**  
 im Wert von 60 Euro

(Gültig bis 23.02.2018)  
 Nur für Neukunden.



Liebe beginnt beim  
richtigen Futter



15%  
sparen mit unserem  
Probier-Angebot\*  
auf [www.dr-link-tiernahrung.de](http://www.dr-link-tiernahrung.de)

Ihr Rabatt-Code:  
**ALSTER**



Entdecken Sie die ganze Vielfalt der  
naturbelassenen Premium-Tiernahrung von  
Dr. Link® auf [www.dr-link-tiernahrung.de](http://www.dr-link-tiernahrung.de)

\*Angebot gilt für das gesamte Dr. Link® Tiernahrungssortiment für Hunde und Katzen. Dieser Gutschein ist nur im Online-Shop unter [www.dr-link-tiernahrung.de](http://www.dr-link-tiernahrung.de) einlösbar. Die Eingabe des Rabatt-Codes erfolgt im Warenkorb. Als Erstbesteller erhalten Sie einmalig 15% Rabatt auf den Warenwert. Nur ein Gutschein pro Bestellung, keine Barauszahlung möglich. Gültig bis 31.12.2017. Ab 25,90 € ist die Lieferung innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

Dr. Link® ist eine Marke der ZFT – Zentrum für Tiernahrung GmbH, Hamburg.



## AUFZUCHT

Es gehört zu den besonders faszinierenden Erfahrungen, Zeuge der **Geburt** kleiner Kätzchen zu sein und sie bei ihren ersten Schritten in die **Welt** zu begleiten. Wir sagen Ihnen, worauf sie bei der Aufzucht **achten** müssen.

**U**nmittelbar nach der Geburt sind die Kätzchen voll und ganz von der Mutter abhängig und bedürfen im Normalfall nicht allzu viel weiterer Pflege durch den Menschen. Sie sollten nach der Geburt und dann in wöchentlichen Abständen gewogen werden. Achten Sie darauf, dass die Kleinen eine gewisse Muskelspannung haben, stetig an Gewicht zunehmen und kräftig saugen. Zwischen den Saugzeiten sind junge Katzenwelpen ruhig, nur bei unzureichender Milchversorgung oder Krankheit schreien sie übermäßig viel.

Bei jeglichen Problemen und Unsicherheiten sollten Sie Ihren Tierarzt kontaktieren. Läuft alles normal, ist in dieser Phase der wichtigste Faktor die ausreichende Versorgung der Mutter mit Energie über das Futter. Am besten ist es, wenn Futter stets verfügbar ist und die Mutter Häufigkeit und Menge der Futtermittel selbst bestimmen kann. Ihr Energiebedarf während der Phase der Milchproduktion (Laktation) erhöht sich um ein Vielfaches.

Das Absetzen beginnt normalerweise mit drei bis vier Wochen und ist ein allmählicher Prozess. Die Mutterkatze meidet ihre Welpen, sodass diese zunehmende Mengen an fester Nahrung zu sich nehmen. Anfangs nehmen die Welpen allerdings nur etwa 5% ihrer Kalorienversorgung über die feste Nahrung auf. Im Alter von fünf bis sechs Wochen sind es schon fast 30%, die verbleibende Menge decken sie noch über die Muttermilch.



Bereits nach 6 Wochen werden die meisten Katzenbabys von ihrer Mutter entwöhnt und sollten dann zunächst mit Nassfutter gefüttert werden.

## von Katzenbabys

So geht es weiter, bis sich die Kätzchen schließlich unabhängig von ihrer Mutter ernähren können. Die meisten Kurzhaar-Hauskatzen werden mit etwa 6 Wochen entwöhnt, während Junge von Rassekatzen üblicherweise mit der achten bis neunten Lebenswoche entwöhnt werden.

Späteres Absetzen kann die Sterblichkeit in der Zeit nach dem Absetzen verringern, da das Immunsystem mehr Zeit zum Reifen hatte. Beim Absetzen sollte zunächst Nassfutter oder in Wasser oder Milchersatz eingeweichtes Trockenfutter, das eine breiige, aber nicht flüssige Konsistenz hat, gefüttert werden.

Geeignetes Futter ist das Dr. Link KITTEN Nassfutter. Diese Futtermittel können und sollten bis zu einem Alter von etwa 10 bis 12 Monaten gefressen werden.



In der Regel spielt der Mensch bei der Aufzucht der kleinen Katzen keine Rolle. Nur in Ausnahmefällen sollte eingegriffen werden, ansonsten schafft die Katzenmama das auch alles ganz alleine.

## Tierarztpraxis in Bergstedt



**Dr. Christina Ullmann**  
Bergstedter Chaussee 92  
22395 Hamburg

Dienstag ist Impftag -  
Impfungen zu besonders günstigen Konditionen

Tel. 040 - 644 30 690 • [www.tierarztpraxis-bergstedt.de](http://www.tierarztpraxis-bergstedt.de)

Mo.-Di. 9-13 Uhr und 16-19 Uhr,  
Mi. 9-13 Uhr Terminsprechstunde und 16-19 Uhr  
Do. 15-19 Uhr, Fr. 9-13 Uhr und 15-18 Uhr



## GESUNDHEITZENTRUM FÜR KLEINTIERE HH-VOLKSDORF

Dr. med. vet. Jürgen Schneider M. Sc.  
Tierärztliche Fachpraxis



In Kürze eröffnen wir unsere neugestaltete Physiotherapieabteilung. Frau Nina Heinemann, ausgebildete Hundephysiotherapeutin, übernimmt unsere Physiotherapieabteilung als selbstständige Praxis in unserem Gesundheitszentrum für Kleintiere.



Eulenkugstr. 1 | 22359 Hamburg | Tel. 040 / 603 47 75  
[www.tierarzt-dr-schneider-hamburg-volksdorf.de](http://www.tierarzt-dr-schneider-hamburg-volksdorf.de)





# Brillentrends: Es wird rund

Die 1980er-Jahre sind zurück – zumindest wenn es um Brillen geht. Wir zeigen, womit man **2018 den optimalen Durchblick** hat.

Die Brille im „John-Lennon-Style“: In den 1980er Jahren waren runde Brillen ein richtiger Hingucker und das Markenzeichen des Beatles John Lennon. Jetzt erleben sie ein Comeback! Besonders geeignet sind die Brillen für Menschen mit einem eckigen oder ovalen Gesicht. Auch modisch lassen sich die runden Brillen gut kombinieren – egal ob Hippie- oder Rock ‘n’ Roll – Look. Die Hornbrille ist geschlechtsneutral und kann von Männern und Frauen getragen werden. Dabei sollte allerdings auf die Rahmenstärke und Rahmenfarbe geachtet werden.

**Mut zur Farbe:** bunte Gestelle  
Menschen mit runden Gesichtern können anstatt zu runden Brillen besser zu eckigeren Formen greifen. Dabei darf bei den Brillengestellen gerne Farbe bekannt werden.

Die runden Brillen gib es ebenfalls in der Hornbrillen-Optik



© Essilor

©Göthl Switzerland



Die „John-Lennon-Brille“ rund und mit schmalen Gestell.

Für Menschen mit rundem Gesicht eignen sich leichte, eckige Formen.



© Esprit

© Strellson



2018 dürfen die Brillengestell gerne farbenfroher ausfallen.

# 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. Dieses wird in einer Operation gegen die natürliche Augenlinse ausgetauscht. Diese modernen Verfahren erfordern eine ausführliche Beratung und interessierte Patienten sollten die-

Laser-Behandlungen können das Sehvermögen deutlich verbessern, sagt Augenarzt Andreas Otto vom AOZ.

se Möglichkeit nutzen, um in den Genuss einer neuen Sehkraft zu kommen. Das AOZ Hamburg 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-Patienten-Beziehung. Das AOZ bietet auf insgesamt 400 qm Praxis und OP-Bereich die gesamte Palette der Augenheilkunde aus einer Hand.

Mehr Infos unter **Tel.: 53048877** und **www.aoz-hamburg.de**



ENDLICH **KEINE BRILLE** MEHR!

**EINFACH SPITZE!**

**AOZ**  
ANDREAS OTTO

Augen  
Operationszentrum  
Hamburg



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

☎ **040/53 04 88 77**  
**www.aoz-hamburg.de**



**SEHTEST  
HÄUFIG MERKT  
MAN GAR NICHT,  
DASS DIE SEHKRAFT**

NACHLÄSST  
WIR ÖFFNEN  
IHNEN DIE



Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch!  
Gerne nach  
Terminabsprache.

*Jürgen Deffner*

Harksheider Straße 6  
Hamburg-Poppenbüttel  
Telefon: 040 - 602 21 80  
Mo. - Fr.: 9.30 - 18.00  
Sa.: 9.30 - 13.00

# Augen prüfen

Die Sehstärke verändert sich über die Jahre kaum merkbar. Einmal im Jahr sollten Sie daher einen Optiker aufsuchen, der Ihre Augen überprüft.

Beim Optiker wird mithilfe eines Sehtest die Sehstärke bestimmt. Dazu wird im Autorefraktometer ein Bild gezeigt, welches zunächst leicht verschwommen ist. Durch Infrarotstrahlen wird der Brechwert der Augen automatisch gemessen. Der Optiker kann mit dem Ergebnis erste Rückschlüsse auf die Sehfähigkeit ziehen. Als nächstes wird mit dem sogenannten Phoropter die subjektive Refraktion (Augenglasbestimmung) festgestellt. Wird eine Fehlsichtigkeit festgestellt und eine Brille benötigt, berät Sie der Optiker gerne, welches Brillengestell zu Ihnen passt.

ANZEIGEN-SPEZIAL



## JEDE BRILLE EINZIGARTIG



Gregor und Klaas vom Hanseatischen Brillenkontor sorgen dafür, dass jeder Kunde seine individuelle Brille bekommt.

Im November 2017 eröffnete das **Hanseatische Brillenkontor** im Frähmredder 5. Hier werden einzigartige Brillen angeboten. Die besondere Auswahl an Designerbrillen kleiner Manufakturen wird in besonderem Ambiente präsentiert, halb gediegene Werkstatt, halb Kunstgalerie. Nachhaltigkeit, Transparenz und persönliche Betreuung sind den Inhabern Gregor Thomsen und Klaas Stolzenburg besonders wichtig. Die handgearbeiteten Manufakturbrillen und Brillengläser kommen größtenteils aus Deutschland. Als Highlight kann jeder Kunde, jede Kundin im Hanseatischen Brillenkontor selber Hand anlegen. Die beiden staatlich geprüften Augenoptiker laden Sie herzlich ein, Ihre Brillengläser selbst einzuschleifen – auf Wunsch mit individueller Gravur. Somit wird jede Brille wirklich einzigartig und der Brillenkauf zum Erlebnis! Gregor und Klaas sind montags bis freitags von 9.30 - 18.30 Uhr und samstags von 10 - 15 Uhr, oder nach Absprache für Sie da. Mehr Infos unter **Tel.: 368 499 02** und auf **hanseatischesbrillenkontor.com**



**Mahmoud Saadat**

FACHARZT FÜR  
AUGENHEILKUNDE

PRIVATÄRZTLICHE PRAXIS  
POPPENBÜTTEL  
Bilsenkrautweg 27,  
Tel.: 416 299 77

-  Diagnostik und Therapie mit modernster Technik
  - Grüner Star (Glaukom)
  - Grauer Star (Katarakt)
  - Makuladegeneration (AMD)
  - Diabetische Retinopathie
-  Kindersprechstunde/Sehschule
-  Lasertherapie
-  Ästhetische Lidchirurgie mit CO2-Laser
-  Führerschein-Gutachten
-  Gesichtsmodellierung mit Botox und Filler

PRAXIS FÜR ALLE KASSEN  
Hamburger Welle,  
Landwehr 2, Eingang C  
Tel.: 200 51 61



Ein schöner Spaziergang kann üble Folgen haben, wenn eine Person stürzt. Wir geben Tipps dem vorzubeugen.



# Tipps gegen Stürze

Mit zunehmenden Alter steigt die Gefahr zu stürzen und damit das Risiko für Knochenbrüche an. Danach gibt es meistens langwierige Folgen bis zur dauerhaften Pflege. Was dagegen tun?

Ein großer Teil der Stürze im Alter wäre vermeidbar, wenn es davor ein leichtes Training gegeben hätte. Dreimal pro Woche zwanzig Minuten reichen dafür bereits,“ dies glaubt Dr. Christian Hartmann, Oberarzt der Geriatriischen Abteilung des Hamburger Marienkrankenhauses. Kraftmangel und allgemeine Gebrechlichkeit seien die häufigsten Unfallursachen. Nordic Walking, Schwimmen, Radfahren, leichtes Krafttraining oder schon der regelmäßige Spaziergang seien dafür gut geeignet. „Es ist nie zu spät, damit anzufangen“, betont er.

## Hier 10 Tipps gegen das Hinfallen

Regelmäßiges Ausdauer- oder Krafttraining, um Gangunsicherheit,

Gleichgewichtsstörungen und verminderte Mobilität zu vermeiden. Augen und Ohren prüfen lassen und Schwächen mit Seh- und Hörhilfen korrigieren. An Treppen mit hohem Sturzrisiko Handläufe auf beiden Seiten anbringen. Den richtigen Umgang mit Handstock, Unterarmgehstützen oder Rollator üben, um sie sicher nutzen zu können.

Aufstehen von Stuhl oder Sessel mit Aufstehhilfen üben.

Bei Teppichen, Brücken oder Läufern einen Gleitschutz unterlegen und darauf achten, dass keine Ecken hochstehen.

Ausreichend Haltegriffe bei Toiletten und in Badezimmern anbringen. Feuchtigkeit oder Abfälle auf dem Fußboden wie Kartoffel- oder Apfelschalen sofort beseitigen.

Wenn nötig, ein Hausnotrufsystem einrichten, mit dem Hilfskräfte alarmiert werden können.

Auf gesunde, eiweißreiche Ernährung achten und einen Mangel an Vitamin D vermeiden.

## Sie möchten Ihr Grundstück verkaufen?

Wir kaufen Ihr Grundstück oder vermitteln dieses courtagefrei



### Ihre Vorteile – damit Sie kein Geld verschenken:

- Courtagefrei, keine versteckten Nebenkosten
- Hunderte gelistete, solvente Kaufinteressenten
- Kostenlose Prüfung Ihres Grundstücks durch unsere Architekten
- Familiengeführtes Unternehmen – Marktführer mit Tradition
- Gesamte Organisation bis zur notariellen Beurkundung

Wir freuen uns auf Sie!

Tel: 040/645 395-40  
grundstueck@mollwitz.de

Mollwitz Massivbau GmbH . Schleusenredder 17a . 22397 Hamburg  
[www.mollwitz-grundstuecksvermittlung.de](http://www.mollwitz-grundstuecksvermittlung.de)

  
**Mollwitz**

## Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



**Margarethenhof**

**Senioren & Pflegeheim  
Margarethenhof**

Wohldorfer Damm 156  
22395 Hamburg - Bergstedt

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



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

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



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

### Professionelle Friseure kommen zu Ihnen ins Haus!

Auch in erschwerten Situationen, z.B. bei Schlaganfall, MS, Demenz etc.

- **Trockenhaarschnitt**
- **Waschen • Legen • Föhnen**
- **Dauerwelle • Tönen**

- auch Arbeiten am Bett sind möglich

**Friseur und Pflege**



Rufen Sie an! Tel.:  
**60 68 44 40**

## A&V HAUS DUVENSTEDT

**wohnen, betreuen, pflegen GmbH**

Privat geführte Senioreneinrichtung im Herzen von Duvenstedt



- **Familiäre Atmosphäre**
- **Wohnen in hellen und großzügigen Zimmern**
- **Individuelle Einrichtung möglich und gewünscht**
- **Kurzzeit- und Verhinderungspflege**

Ansprechpartner:  
**Imme Voshage**  
ivoshage@hausduvenstedt.de

**A&V HAUS DUVENSTEDT**  
Poppenbütteler Chaussee 23  
22397 Hamburg

[www.hausduvenstedt.de](http://www.hausduvenstedt.de)      **040 / 607 64 0**

### GESUNDHEIT IST EIN MENSCHENRECHT

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

### HELFEN SIE MIT!

ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V. • Am Köllnischen Park 1  
10179 Berlin • [www.aerzte-ohne-grenzen.de](http://www.aerzte-ohne-grenzen.de)

Spendenkonto 97 0 97  
Bank für Sozialwirtschaft • BLZ 370 205 00

Bitte schicken Sie mir unverbindlich Informationen

über **ÄRZTE OHNE GRENZEN**

für einen Projekteinsatz

zur Fördermitgliedschaft

zu Testamentsspenden

zu Spendenaktionen

Name .....

Anschrift .....

E-Mail .....





Ihr ist der Zusammenhalt unserer Gesellschaft wichtig: Senatorin Melanie Leonhard.

# Senatorin Leon fördert Generatio

Das **Projekt KulturistenHoch2** bringt Seniorinnen und Senioren mit geringem Einkommen und Schüler zusammen und ermöglicht ihnen kostenlos kulturelle Veranstaltungen zu besuchen. **Wir sprechen mit der neuen Schirmherrin Senatorin Dr. Melanie Leonhard (SPD)** über ihr Engagement.

**Alstertal Magazin: Zum Jahreswechsel haben Sie die GRÜNE Katharina Fegebank als Schirmherrin von KulturistenHoch2 abgelöst. Wie kam es, dass Sie der Zweiten Bürgermeisterin nachfolgen?**

Melanie Leonhard: Schirmherrschaften werden grundsätzlich nur für ein Jahr übernommen. Und als ich gefragt wurde, habe ich gern zugesagt, die Schirmherrin zu sein. Der Senat hat das dann formell beschlossen. So war das.

**Was ist Ihre ganz persönliche Motivation dazu gewesen?**

Generationenprojekte wie das der KulturistenHoch2 sind wichtig für unsere Gesellschaft. Sie führen Junioren und Senioren zusammen und schaffen Begegnungen. Diese gemeinsamen Besuche bringen Senioren und Schülern Spaß, es entstehen neue Freundschaften und nebenbei wird der Zusammenhalt der Gesellschaft gestärkt. **Seit KulturistenHoch2 im September 2016 gestartet ist, sind 170 Senioren-Schülertandems aus sechs Hamburger Stadtteilen unterwegs gewesen. Ein beachtlicher Erfolg! Mit welcher Unterstützung von Ihrer Seite kann das Projekt rechnen?**

Schirmherrschaften bedeuten vor allem: Gesicht zeigen und mit dem eigenen Namen für eine Sache zu stehen und sie zu repräsentieren. Die Idee, dass Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren Kultur erleben, ist so einfach wie genial. Ich unterstütze als Schirmherrin dabei, Kultureinrichtungen auf dieses Projekt aufmerksam zu machen und es in noch mehr Hamburger Stadtteilen zu etablieren.

**Bis jetzt wird KulturistenHoch2 nicht durch einen festen monatlichen Förderbetrag von der Stadt Hamburg unterstützt. Wird sich daran etwas ändern?**

Foto: Christian Bittcher

## KulturistenHoch2

Durch Vermittlung von KulturistenHoch2 können einkommensschwache Seniorinnen und Senioren gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern kostenlos kulturelle Veranstaltungen wahrnehmen (Das Alstertal Magazin berichtete). Damit wird benachteiligten Seniorinnen und Senioren die Teilhabe an der Gesellschaft ermöglicht und der Austausch zwischen den Generationen gefördert. Weitere Informationen gibt es unter Tel. 46084535 und auf kulturisten-hoch2.de.

# hard nenaustausch

Das Projekt finanziert sich über Sponsoren, Stiftungen und ehrenamtlichen Einsatz – wie übrigens viele andere Projekte in Hamburg auch. Die kostenlosen Eintrittskarten liefert zum Beispiel der Kooperationspartner KulturLeben Hamburg e.V. und über weitere Partner werden Workshops finanziert. Ich finde es wundervoll, wenn Menschen Netzwerke knüpfen und etwas auf die Beine stellen, wovon wiederum andere Menschen profitieren. Warum muss da der Staat immer dazwischen hängen mit all seiner Bürokratie?

**Wir leben in einer stark alternden Gesellschaft. Kinderlose Senioren leben mit erhöhtem Risiko zur Vereinsamung. Welche Maßnahmen ergreift die Stadt Hamburg, um dem zu begegnen?**

Großstädte bieten zwar ein großes Angebot an Aktivitäten – aber wer geht schon allein auf den Dom oder ins Theater? Wir stärken deshalb Nachbarschaftsinitiativen, fördern ehrenamtliche Projekte und setzen uns im Rahmen unserer Möglichkeiten dafür ein, die Seniorenbetreuung sicherzustellen. Die Gesundheitsbehörde hat letztes Jahr ein Projekt gestartet, über das Seniorinnen und Senioren zum 80. Geburtstag besucht werden. Das sind alles kleine Bausteine, die die Teilhabechance älterer Menschen stärken. Aber zwingen können wir niemanden

Wolfgang Wagner

## Wir sind für Sie da.



MDK-Ergebnis  
2015  
**Sehr gut**  
(1,2)

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

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

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

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

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

## LEBENSQUALITÄT VERBESSERN K+T



Hilfsmittel für zu Hause und unterwegs, für Rehabilitation, Pflege und Therapie

### Hilfsmittel:

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

### Weitere Hilfsmittel für:

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

### Serviceleistungen:

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

### Wir sind für Sie da:

**Mo.-Do. von 8<sup>00</sup> bis 16<sup>00</sup> Uhr Fr. von 8<sup>00</sup> bis 13<sup>30</sup> Uhr**  
In unserer Ausstellung bieten wir Ihnen die Möglichkeit, viele Hilfsmittel auszuprobieren.

Sie erreichen uns telefonisch unter:

**040 - 60 60 450** K+T



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

# WANDELBAR

Warum nicht zum neuen Jahr ein wenig **frische Farbe** für die Wände? Ob Fototapete, Farbe oder Vlies – es lassen sich stylische Effekte erzeugen. Wir geben **Inspiration**, wie Sie Ihre Wände verschönern können.

*Fortsetzung auf Seite 76*



Cooler Combo: Ein klassisches Muster, kombiniert mit Metall-Look verleiht dieser Wand Charakter.

# QUALITÄT SEIT ÜBER 30 JAHREN

# FÜR ALLES NASSE

# SIND WIR KLASSE



**Inhaber Carsten Peters,**  
Installateur und Heizungsbaumeister  
mit Zertifizierung für Flachdach sowie  
senioren- und behindertengerechte  
Installation:

“Unser Steltzer-Team steht Ihnen rund  
um die Uhr mit einem Notdienst und  
kompetenter Fachberatung zur Verfü-  
gung.”

### Unser Leistungsspektrum:

#### Bäder aus einer Hand:

Installationen  
Maurer- und Fliesenarbeiten  
Elektro- und Lichttechnik  
Maler- und Tischlerarbeiten

#### Energiesparheizungsanlagen:

Installation kombinierter Solaranlagen zur  
Heizungsunterstützung und Brauchwasser-  
erwärmung.

#### Kundendienst:

Sanitär - Wartung von Gas- und Öl-  
heizungsanlagen - Brennwerttechnik -  
Pumpentechnik / Hebeanlagen -  
Verstopfungen

#### Arbeiten rund ums Dach:

Flachdachsaniierungen  
Schornsteinverkleidungen  
Regenrinnen und vieles mehr.

Rufen Sie uns an, wir helfen gern.  
Immer!



**STELTZER Sanitär**  
Inh. Carsten Peters

22339 Hamburg

Tel.: (040) 538 43 00

Fax: (040) 538 75 04

e-mail: [shk@steltzer-sanitaer.de](mailto:shk@steltzer-sanitaer.de)

[www.steltzer-sanitaer.de](http://www.steltzer-sanitaer.de)

 **JUNKERS**  
Bosch Gruppe



**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-Poppenbüttel  
Tel: 606 29 44 Mobil: 0172 400 60 18

**Werterhaltung anstatt Neukauf. Hochwertige Bau-, Haus- und Fahrzeugkosmetik**

vorher  nachher

- Reinigen
- Reparieren
- Färben
- Versiegeln

Alstertaler Oberflächen-Reparaturdienst • 22047 HH, Helbingstr. 52  
info@aor-hamburg.de • www.aor-hamburg.de • Tel. 040- 60 87 67 95

**GLASEREI IM ALSTERTAL**  
B. DENKER GMBH

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

Wir bieten mehr als GLAS

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

**Schlosserei - Metallbau**

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

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

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



Foto: Arife Wandbekleidung

Mit dieser plissierten Wandbekleidung erhält die Wand je nach Lichtverhältnissen einen schmunken Schimmer!



Foto: Komar

Das ausgefeilte geometrische Design der Blumenmuster offenbart sich dem Betrachter erst auf den zweiten Blick!

# WANDELBAR

Fortsetzung von Seite 74



Foto: Mr. Persvall

Die Tapete von Designerin Magdalena Lundkvist erzählt eine ganz eigene Geschichte.



**DRÄGERT**  
Gebäudetechnik GmbH

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

Bad Heizung  
Sanitär Dach Solar

## Nasse Keller? Feuchte Wände? Schimmel?



**ABDICHTUNGSTECHNIK**  
**K.u.S.**

Michael Lutz-Behrend  
Tel.: 04155 / 498 58 50  
www.kus-dalldorf.de

### Einbruchschutz



**Rollläden • Funkalarmanlagen •  
Garagentore • Plisse • Markisen**

**S**tephan  
**R**iedel  
**S**onnenschutztechnik

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

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



## Interesse an einer Anzeigenschaltung?

Ich berate Sie gern.

Tatjana Jung, Mediaberatung  
Mobil: 0157 578 522 16  
Tel.: 538 930 62  
Mail: t.jung@alster-net.de



**BAAR**

**BALKONE**



## Hochwertige Lösungen für jedes Haus!

Für Mieter, Käufer oder Investoren sind Balkone ein entscheidendes Kriterium bei der Immobilienwahl. Denn der Wert steigt mit dem Wohlfühlfaktor.

Erleben Sie mit unserem Traditionsunternehmen **BAAR BALKONE** innovative und qualitativ hochwertige Lösungen, attraktive Designs sowie eine fachgerechte Begleitung - vom ersten Planungsschritt bis zur Fertigstellung sind wir für Sie da.

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

**Einfach besser aufgestellt.**

**BAAR BALKONE GmbH** | Adolf-Oesterheld-Straße 27 | 31515 Wunstorf  
Fon 05031 912300 | [info@baar-balkone.de](mailto:info@baar-balkone.de) | [www.baar-balkone.de](http://www.baar-balkone.de)

# WANDELBAR

Fortsetzung von Seite 77

Zeitlos: Auch klassische Muster – mit einem charmanten Patina-Effekt – bleiben populär.

Stilisiert angedeutete Waldatmosphäre sorgt für einen Touch Natur in/an den eigenen vier Wänden



Foto: Mr. Perswall



Aufgeräumt: helle Farben wirken bodenständig und lassen sich durch clevere Akzente komplettieren.

Foto: Brillux

# 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 Sanitär-fachbetrieben. Mehr Informationen unter **Tel. 606 29 44** und auf **www.ipb-malermeister.de!**



Familienbetrieb aus Poppenbüttel: Malermeister Ingo Berndt (r.) mit Tochter Ann-Kathrin und Sohn Patrick.

Wintergärten|Terrassendächer|Glashäuser  
Beschattungen|Windfänge|Vordächer|Senkrechtscreens|Markisen



Besuchen Sie unsere **Schautage**  
Samstag & Sonntag  
17. + 18. Februar  
10-18 Uhr



Bau- und Architekturbüro



Fa. Hans Trumpa  
1972 - 2018

Poppenbütteler Weg 185 22399 Hamburg  
info@hatru.de www.hatru.de www.gewe.com

Ob Schneefall oder Sonneneinstrahlung: Ein gutes Hausdach kompensiert die Extreme und trägt zu einem gesunden Wohnklima bei.



# KLIMAPUFFER HAUSDACH

Ein Hausdach muss sowohl **Starkregen** und **Sturm** trotzen als auch **praller Sonne** und **Eiseskälte mit Schneelasten** widerstehen. Zudem trägt es zur positiven Wärmebilanz eines Wohngebäudes bei, wenn es fachlich richtig ausgeführt oder aufgerüstet wird.

**D**azu gehört ein auf das Gebäude angepasster Dachaufbau mit hochwertiger Wärmedämmung, so die Wüstenrot Bausparkasse AG. Abhängig von der vorhandenen oder geplanten Dachform steht ein passgenau und fugenfrei eingefügtes Dämmmaterial an vorderster Stelle. Ob die Dachkonstruktion eine Auf-, Zwischen- oder Untersparrendämmung vorsieht: Der Fachmann hat für jede Ausführung den geeigneten Werkstoff und die passende Verarbeitungstechnik.

## AUF DER SUCHE NACH DEM IDEALEN DÄMMSTOFF

So empfiehlt sich beispielsweise eine Aufsparrendämmung vor allem bei einer anstehenden Erneuerung der Dachdeckung und des Unterdaches, der wasserableitenden Schicht unter der Dachdeckung. Beim Material kann man auf gefalzte Dämmplatten aus Hartschaum oder Mineralfaserplatten zurückgreifen, möglich sind auch Holzweichfaserplatten. Für die Zwischensparrendämmung sind Mineralfaserdämmstoffe, Polystyrol- und Polyurethandämmstoffe oder Naturmaterialien wie Hanf oder Flachs geeignet. Neben dem Einbau von Dämmmatten werden heute zunehmend lose Dämmstoffe wie Zellulose- oder Mineralfaserflocken zwischen der luftdichten raumseitigen Verkleidung und dem Unterdach mit einem Schlauch einge-



Bei einem Unwetter sind Schwachstellen am Hausdach besonders gefährdet. Der Einbau spezieller Sturmklammern hilft, die Dämmung darunter zu schützen.

blasen. Bei einer Untersparrendämmung, die bei Renovierungen angewandt wird, bieten sich Verbundplatten aus Polystyrol oder Mineralfaser mit Gipskarton-/Gipsfaser- sowie Holzwoolleichtbauplatten an. Bauherren haben die Wahl zwischen mindestens 20 Materialien. Hier gilt es, die unterschiedlichen Materialeigenschaften und die Kosten mit Hilfe eines Experten genau abzuwägen.

## IM OBERSTÜBCHEN: SOMMERS KÜHL, WINTERS WARM

Das Dachgeschoss hat die größte Fläche zur Umgebung und wird daher auch am stärksten von der Außentemperatur beeinflusst. In einer typischen Frostnacht kann die Oberflächentemperatur des Daches auf minus 20 Grad Celsius und tiefer absinken. Bei einer Ausführung der Dachgeschoss-Dämmung ohne Dichtungslecks bleibt im Winter die Temperatur der Raumluft erhalten. Zudem werden die Tauwassergefahr und damit das Risiko der Schimmelbildung gebannt. Denn wo Tauwasser auftritt, ist meist der Schimmelpilzbefall nicht weit, der an Bereichen mit hoher Temperaturdifferenz entstehen kann. Bei einer fachgerechten Wärmedämmung lässt es sich unter dem Dach auch in der heißen Jahreszeit angenehm wohnen, da die sommerliche Strahlungswärme abgeblockt wird.

ANZEIGE

**Jetzt 30% Rabatt** - Winterangebot der Polsterwerkstatt Jansen vom 17.-24.01.2018  
Solides Handwerk, umfassender Service und 15 Jahre Garantie auf alle Dienstleistungen.



Alte Möbel in neuem Glanz. Das bietet jetzt eine neue Polstererei in Hamburg. Mit über dreißigjähriger Erfahrung bietet der Meisterbetrieb in der Frohmestr. 43 das ganze Spektrum an Polsterarbeiten an. Ob Überziehen, Aufpolstern oder Reparieren: Auarbeiten statt Wegwerfen heißt die Devise des Geschäftes, in dem mit handwerklichem Geschick und einer großen Auswahl an Stoffen der Traum vom geliebten Möbelstück wahr wird. Über 10000 Stoffe in zahllosen Dessins und Farben stehen dabei zur Auswahl und können in Ruhe und gewohnter

Umgebung von Ihnen in den eigenen vier Wänden ausgesucht werden. Auch hochwertige Ledermaterialien werden von der Polsterwerkstatt Jansen verarbeitet. Selbstverständlich ist die Abholung der Möbel in ganz Schleswig-Holstein kostenlos, ein firmeneigener Abhol- und Lieferservice sorgt für den einwandfreien Transport der Möbel. Ein hoher Anspruch an Qualität, fachmännische Beratung und Ausführung der Arbeiten stehen für das Team der Polsterwerkstatt im Vordergrund. Mit dem Kunden wird die jeweils für ihn passende Lösung erarbeitet und entsprechend sei-



ner Vorstellung umgesetzt. Und das zum bestmöglichen Preis. Auf Wunsch besuchen die Fachleute der Polsterwerkstatt die Kunden auch zu Hause und erstellen einen Kostenvoranschlag. Dem Kunden entstehen dabei selbstverständlich keine Kosten. Mit seinem umfangreichen Angebot dürfte die Polsterwerkstatt nicht nur für Liebhaber von antiken Möbeln, sondern für alle, die ihrem Lieblingsmöbelstück eine Frischekur gönnen möchten, zu einer interessanten Anlaufstelle und einem kompetenten Partner in Sachen Polsterarbeiten werden. Die Polsterwerkstatt Jansen ist von Montag bis Samstag in der Zeit von 10:30 bis 18 Uhr geöffnet.

**Winter-Angebot**  
Jetzt 30% Rabatt auf alle Stoffe und Leder - bis zu 100,- € Gutscheine auf unsere Arbeit.



**Weitere Informationen im Internet unter**  
[www.polsterwerkstatt-jansen.de](http://www.polsterwerkstatt-jansen.de)

**FrohmestraÙe 43**  
**22457 Hamburg**

**Öffnungszeiten**  
Montag - Samstag  
10:30 - 18:00 Uhr

**Kostenloser Abhol- und Lieferservice**  
☎ **040/ 36 94 81 93**

**Automatische Garagentor- und Pfortenantriebe**  
**Komplette Toranlagen und Notdienst**

**hewimatic®**

Tor- und Antriebstechnik  
Telefon 601 57 57

**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

**Erstklassiges Handwerk für**  
**Heizung · Sanitär · Bad · Dachsysteme**



**Jens Gottschalk GmbH**  
Niewisch 2 · 22848 Norderstedt  
Tel 040 528 28 68 · [www.jensgottschalk.de](http://www.jensgottschalk.de)



**Markisen und Sicherheitsrollläden**  
**von Atzert & Sohn**  
- aus eigener Produktion -

**Winterzeit/Einbruchzeit,**  
**seien Sie jetzt bereit mit**  
**Sicherheitsrollläden!**

Einbruchrate ist um 23%  
gestiegen

**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

**REINHARD MÜLLER** GmbH  
Autolackierungen · Design · Unfallreparatur

Mehr als Lack - ein Konzept mit Service und Qualität

**Nina Müller**  
Geschäftsführerin

Poppenbütteler Bogen 86  
22399 Hamburg  
Telefon 040 - 606 52 33  
Telefax 040 - 606 66 89  
www.lackmueller.de  
info@lackmueller.de



**GRATIS ZU JEDER WÄSCHE.**

Das Lächeln von Frau Kupietz.  
Und immer das Neueste aus der Nachbarschaft.

BEST CARWASH | Poppenbütteler Weg 94  
Mo-Fr 8:00-19:00 Uhr | Sa 8:00-18:00 Uhr | So 13:00-18:00 Uhr

bestcarwash-hamburg.de Gut. Besser. Best. **BEST CARWASH**

**Autolackier Karosserie Zentrum** seit 1963

**JÜRGEN SCHRÖDER**  
Tel. 040 - 538 933-0

**AUTOGLAS ZENTRUM** Hamburg-Nord

**KS AUTOGLAS** Klare Sicht, Klare Sache.

**Auf Zack. Beim Lack.**  
Wir bügeln Unfall- und Glasschäden wieder aus - bei allen Automarken.

Smart-Repair-Service  
www.jürgenschröder.com

Lademannbogen 145  
22339 Hamburg

Karosserie®  
Fachbetrieb



Der gebürtige Reinbeker Max Kruse, Benjamin Leuchter und Teammanager Patrick Bernhard (v.l.) mit dem Volkswagen Golf GTI TCR Modelljahr 2018 mit 350 PS.

## Fußballprofi Max Kruse mit eigenem Rennstall

Starker Neuzugang für die ADAC TCR Germany: Fußballprofi Max Kruse (29) setzt in der Tourenwagen-Serie des ADAC einen eigenen Rennstall ein. Max Kruse Racing setzt auf einen Volkswagen Golf GTI TCR, der bei den insgesamt 14 Rennen von Benjamin Leuchter (30) gefahren wird. Bei Volkswagen Motorsport in Hannover nahmen der gebürtige Reinbeker und aktuelle Stürmer des SV Werder Bremen sowie der Profi-Rennfahrer einen 350 PS starken Golf GTI TCR des Modelljahres 2018 in Empfang. Die dritte Saison der ADAC TCR Germany startet im Rahmen des ADAC GT Masters vom 13. bis 15. April 2018 in der Motorsport Arena Oschersleben bei Magdeburg. SPORT1

überträgt auch 2018 die Rennen der ADAC TCR Germany im Fernsehen.

Fahrer Benjamin Leuchter ist ein guter Bekannter in der ADAC TCR Germany. Bereits 2016 startete er in der Serie und beendete die Saison als Fünfter. „Max Kruse Racing führt Fußball und Motorsport zusammen“, erklärt der Duisburger. „In beiden Sportarten führen die gleichen Handlungsmuster zum Erfolg. Man muss jeweils strikt an sich arbeiten.“

Neben den Einsätzen in der ADAC TCR Germany will sich Max Kruse Racing zukünftig auch in der Fahrsicherheit im Straßenverkehr und in der Nachwuchsförderung engagieren.



Der Aicon von Audi zeigt, wie sich die Ingolstädter die automobilen Zukunft vorstellen: windschnittig, rein elektrisch und ohne Lenkrad und Pedalerie.

PER AUTOPILOT  
RICHTUNG ZUKUNFT:

Foto: AUDI AG

# Die Audi Vision vom autonomen Fahren

Mit der Design-Vision Audi Aicon stellt Audi einen völlig autonom fahrenden Wagen der Zukunft vor – ohne Lenkrad, ohne Pedalerie. Als Designkonzept wagt der viertürige 2+2-Sitzer dabei sowohl beim Exterieur als auch im Interieur einen weiten Sprung in die Formgebung der nächsten Jahrzehnte. Gleiches gilt bei Innovationen in den Bereichen Antrieb und Fahrwerk sowie bei Digitalisierung und Nachhaltigkeit. Das rein elektrische Fahrzeug soll Distanzen zwischen 700 und 800 Kilometern mit einer Batterieladung zurücklegen können. Ohne dabei auf Komfort zu verzichten: 5.444 mm Länge, 2.100 mm Breite und 1.506 Millimeter Höhe – platzieren den Aicon im automobilen Oberhaus, im D-Segment. Der Radstand beträgt 3.470 mm – das

sind sogar noch einmal 240 Millimeter mehr als beim neuen Audi A8 in der Langversion! Auch im Inneren tut sich viel und so wird der viel zitierte Paradigmenwechsel in der automobilen Welt – im Audi Aicon wird er sichtbar. Denn es fehlen auf den ersten Blick alle Bedien- und Anzeigenelemente. Lenkrad, Pedale, Batterien von Tasten und Anzeigeelementen – Fehlanzeige. Stattdessen: ruhige, weite Flächen. Die Passagiere werden umfasst von der sanft geschwungenen, nach vorn leicht ansteigenden Armauflage entlang der Türen. Vor ihnen finden sich statt eines Armaturenbretts eine großzügige Ablagefläche und das Zentraldisplay unterhalb der Frontscheibe. Man darf gespannt sein ob und wann diese neue Autowelt keine Zukunftsmusik mehr ist.





Hamburg am Strom.  
Jetzt auf Elektromobilität umsteigen.

**Der neue VW e-Golf 100 KW (136 PS)\*, 1-Gang-Automatik, Reichweite: 300 km (NEFZ)<sup>2</sup>**

\* Stromverbrauch in kWh/km: kombiniert 12,7; CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: 0; Effizienzklasse A+

**Ausstattung:** White Silver Metallic, CCS-Ladedose, e-Sound, Kabel für Wechselstrom-Ladestation, Licht- und Sicht-Paket inkl. Light Assist, Winterpaket und Winterreifen (Stahl) u.v.m.

<sup>1</sup> Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig, für gewerbliche Einzelabnehmer mit Ausnahme von Sonderkunden für ausgewählte Modelle. Bonität vorausgesetzt. Alle Werte zzgl. gesetzlicher Mehrwertsteuer. Das Angebot gilt für Wirtschaftsunternehmen am Standort Hamburg, Dienststellen und Unternehmen der Freien und Hansestadt Hamburg. Der Abnehmer erklärt rechtsverbindlich, den staatlichen Umweltbonus für das betreffende Fahrzeug nicht zu beantragen. Die Bereitstellung der Fahrzeuge ist stückzahlmäßig begrenzt.

Sonderzahlung:	0,- €
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Vertragslaufzeit:	36 Monate
Mtl. Leasingrate	218,- € <sup>1</sup> zzgl. MwSt.
<small>(zzgl. Überführungskosten i.H.v. 684,87 € zzgl. MwSt. und Zulassungskosten)</small>	

**Service mit Leidenschaft.**

Stockflethweg 30 | Hamburg | Tel. 040 . 52 72 27-0  
 Wendestraße 150-160 | Hamburg | Tel. 040 . 25 15 16-0  
 Bornkampsweg 4 | Hamburg | Tel. 040 . 89 69 1-0

  
Volkswagen

Auto Wichert 17 x in Hamburg und Norderstedt

An 365 Tagen im Jahr ist unser Notdienst für Sie da

Auto Wichert GmbH
www.auto-wichert.de
info@auto-wichert.de



Der Jaguar F-TYPE wurde beim Design-Wettbewerb ausgezeichnet.

## BEGEHRTE AUSZEICHNUNG

Leser und Leserinnen der Fachzeitschrift *auto motor und sport* haben über die schönsten Sportwagen des Jahres 2017 entschieden. An der Wahl waren 16602 Personen beteiligt.

Wie schon in der Vergangenheit holte ein F-TYPE einen der begehrten Preise. 2017 stand neben dem F-TYPE Cabriolet auch die Coupé-Variante des Jaguar Sportwagens beim Designwettbewerb *autonis* auf dem Siegertreppchen. Beide Fahrzeuge holten jeweils einen der zehn Hauptpreise. Der Zweisitzer gewann mit 26,7 Prozent der Stimmen die Wertung für

die „Beste Design-Neuheit 2017“ bei den Sportwagen und das F-TYPE Cabriolet gewann mit 32,4 Prozent in der Kategorie der Cabriolets. Beim seit 2007 ausgetragenen Designpreis *autonis* hatte das F-TYPE Cabriolet bereits in der Vergangenheit den Pokal für das aufregendste Frischluft-Auto erhalten. Das F-TYPE Coupé erhielt den Preis als Designneuheit 2017 im Bereich Sportwagen. Der F-TYPE erhielt beim Voting 26,7 Prozent der Stimmen. Insgesamt nahmen rund 90 Neuheiten in zehn Wertungsgruppen am Leservoting teil.

AB SOFORT BEI IHREM JAGUAR PARTNER.

### DER NEUE JAGUAR E-PACE



AB 34.950,- €

THE ART OF PERFORMANCE

Jaguar E-PACE D150 FWD Schaltgetriebe (110 kW/150 PS) Kraftstoffverbrauch l/100 km: 5,6 (innerorts); 4,2 (außerorts); 4,7 (komb.); CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: 124; CO<sub>2</sub>-Effizienzklasse: A+; RL 80/1268/EWG. Abb. zeigt Sonderausstattung.

**HUGO PFOHE** GmbH

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH, Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg

Hindenburgstraße 167  
22297 Hamburg

Telefon 040 500 60 500  
[www.hugopfohe.de](http://www.hugopfohe.de)

Wurde zum Besten seiner Klasse gewählt: der Volvo XC60.

# SICHER UNTERWEGS

© Volvo

Der neue Volvo XC60 ist von der europäischen Prüf- und Sicherheitsorganisation Euro NCAP mit dem „Best in Class 2017“ Award ausgezeichnet worden. Das Premium-SUV überzeugt in zwei Kategorien: als bester „Großer Offroader“ und als Fahrzeug mit den besten Test-Ergebnissen des vergangenen Jahres. Der Volvo XC60 erzielte mit 98 Prozent einen fast perfekten Wert beim Insassenschutz für Erwachsene, und ist bei den Assistenzsystemen mit einer Wertung von 95 Prozent in der Klasse der großen Offroader 20 Prozentpunkte besser als der Zweitplatzierte im letzten Jahr. „Der neue Volvo XC60 ist eines der sichersten Fahrzeuge, das Volvo jemals gebaut hat“, kommentiert Malin Ekholm, Vice Presi-

dent, Volvo Cars Safety Center, den Erfolg. „Er steckt voller neuer Technik, die den Fahrer unterstützt, Beifahrer und andere Verkehrsteilnehmer wie Fußgänger und Fahrradfahrer schützt sowie das Kollisionsrisiko verringert.“

Mit dem Euro NCAP Award tritt der Volvo XC60 in die Fußstapfen des Volvo XC90, der 2015 ebenfalls zum besten großen Offroader gekürt wurde und die besten Ergebnisse in diesem Jahr erzielte. Ein weiterer Euro NCAP Gewinner war der Volvo V40 in der Klasse der kleinen Familienfahrzeuge. „Unsere Vision ist, dass bis 2020 niemand mehr in einem Volvo zu Tode kommt oder schwere Verletzungen davonträgt“, erklärt Ekholm.



Abb. zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



## VOLVO XC90 D5 AWD AUTOMATIK KRÜLL PREMIUM EDITION.

ALLRAD UND 8-GANG AUTOMATIKGETRIEBE  
SENSUS NAVI MIT FREISPRECHEINR. UND APPLE CARPLAY  
LEDER KOMFORTSITZE MIT SITZHEIZUNG (VORN)  
PARK ASSIST PILOT INKL. EINPARKHILFE VORN + HINTEN  
VOLL-LED SCHEINWERFER ‚THORS HAMMER‘  
VERKEHRSZEICHENERKENNUNG UND STAUASSISTENT  
PILOT ASSIST FÜR TEILAUTONOMES FAHREN  
DIGITALE INSTRUMENTIERUNG

FÜR € 399/NETTO  
MONAT

€ 0,- ANZAHLUNG

\***Geschäftskunden-Leasing** der VCFS für gewerbliche Einzelabnehmer, ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach für den Volvo XC90 D5 AWD Geartronic Krüll Premium Edition, 173kW (235 PS). Bei 30.000 km Gesamtfahrleistung, 36 Monate Laufzeit, € 0,- Anzahlung. Bonität vorausgesetzt. Wir sind für mehrere bestimmte Darlehensgeber tätig und handeln nicht als unabhängiger Darlehensvermittler. Weitere Motorenvarianten und Ausstattungen gegen Aufpreis möglich. **Angebot zzgl. Frachtkosten i.H.v. € 719,- und zzgl. MwSt.. Nur solange der Vorrat reicht.**

Kraftstoffverbrauch Volvo XC90 D5 AWD Geartronic (in l/100 km): innerorts/außerorts/kombiniert: 7,5/6,0/6,6; CO<sub>2</sub>-Emission (g/km): kombiniert 173. RK C, Effizienzklasse B. Alle Volvo XC90 Modelle: kombiniert 8,1 - 2,1; CO<sub>2</sub>-Emission (g/km): kombiniert: 184-49. Effizienzklasse C - A+. (Gemäß VO (EG) Nr. 715/2007; gesetzliche Messmethode, konkreter Verbrauch abhängig von Fahrweise, Zuladung etc.) SchadstoffEinstufung: Euro 6d-TEMP.



SASEL, MEIENDORFER MÜHLENWEG 29, TEL.: 040/ 60 17 19-0

KRUELL.COM

SONNTAGS SCHAUTAG VON 11.00 - 17.00 UHR.

KEINE BERATUNG, VERKAUF, PROBEFAHRTEN.

HAUPTSITZ: AMC KRÜLL GMBH, RUHRSTRASSE 100, 22761 HAMBURG

# AUS ALT MACH NEU!

Dieses Objekt war mal ein rustikales Häuschen mit Holzbalkon, jetzt wirkt es wie ein Neubau – obwohl die Substanz bei der Sanierung weitgehend erhalten blieb!



Durchblick: Weniger Trennwände,  
mehr Fenster und schon kommt das  
Hausinnere besser zur Geltung!

## TUDSEN

IMMOBILIEN



### IMMOBILIENKAUF

Wir helfen Ihnen bei der Suche nach Ihrer Immobilie.  
Teilen Sie uns Ihre Immobilienwünsche mit!



### IMMOBILIENVERKAUF

Unser Ziel ist, den besten Käufer  
für Ihre Immobilie zu finden.



### IMMOBILIENBEWERTUNG

Wir bewerten Ihre Immobilie.  
Seriös, kompetent und zuverlässig.

#### SASEL – BAUGRUNDSTÜCK .

950 m<sup>2</sup> Süd – Grundstück in kleiner Sackgasse für Einfamilienhaus oder Doppelhaus. Ausweisung W - I - O. Ein optisch zweigeschossiges Haus ist erlaubt. Liebevoller Gartenanlage. Altbestand. B, Gas, 180,2 kWh, BJ 1968, F. € 575.000,-. Baugrundstücke.

#### VOLKSDORF – VILLA ANNO 1927 .

Zweigeschossige Rotklinkervilla liebevoll renoviert und saniert. Etwa 203 m<sup>2</sup> Wohnfl. mit vielen alten Stilmerkmalen. Pitchpinedielen, Holztreppeanlage. Etwa 1.160 m<sup>2</sup> reizvolles Grdst. nahe Ortskern. B, Gas, 172,9 kWh, BJ 1927, F. € 1.075.000,-. Häuser und Villen.

#### VOLKSDORF – ROTSTEINHAUS BJ. 2007 .

Zweigeschossiges Rotsteinhaus, auch ideal für mehr als 3 Kinder geeignet. Etwa 190 m<sup>2</sup> Wohnfl. + Vollkeller mit Wohnraumhöhe. 655 m<sup>2</sup> Süd – Grdst. in absolut ruhiger Lage. B, Strom / Erdwärme, 17,7 kWh, BJ 2007, A+. € 1.195.000,-. Häuser und Villen.

#### OHLSTEDT – ROTKLINKERVILLA BJ. 2012 .

Zweigeschossige Rotklinkervilla mit etwa 289 m<sup>2</sup> Wohnfläche. Sehr hochwertig und gepflegt. Hohe Decken, Eingangshalle, Holzdielen, Kamin. 1.430 m<sup>2</sup> wunderschönes Grdst. Garage. B, Strom-Mix/Erdwärme, 19,2 kWh, BJ 2011, A+. € 1.650.000,-. Häuser und Villen.

#### GESUCHT !

Für Kunden unserer Firma suchen wir ein Baugrundstück in ruhiger Wohnlage von Wellingsbüttel oder Volksdorf mit oder ohne Altbestand. Ab 800 m<sup>2</sup>, sehr gern auch größer. Kaufpreisvorstellung bis € 850.000,-. Ihr Ansprechpartner: Jan Tudsens. Baugrundstücke.

#### GESUCHT !

Für Kunden, die bei einem soeben abgewickelten Verkauf nicht zum Zuge kommen konnten, suchen wir ein Einfamilienhaus in Wellingsbüttel, Sasel oder Volksdorf für 4 Personen, Wohnfläche ab ca. 120 m<sup>2</sup>. Kaufpreisvorstellung bis € 800.000,-. Häuser und Villen.

**040 / 609 019 30**  
Kontorhaus Eulenkrugstr. 7

**www.tudsens.de**  
22359 Hamburg Volksdorf

Fotos: Erich Spahn



Der Balkon erhielt einen moderneren Zugang. Das Holz wurde durch Glas und Metall ersetzt.

## Ihr Zuhause | Ihr Stil

Unser **neues Musterhaus** entsteht.  
Sehen Sie mehr unter  
[www.hessmassivbau.de](http://www.hessmassivbau.de)

# HESS

MASSIVBAU

- G • Bauzeitgarantie
- M • Festpreisgarantie
- B • Individuelle Architektenplanung
- H • Seit 1988 in Hamburg-Wellingsbüttel

[www.hessmassivbau.de](http://www.hessmassivbau.de) Classenstieg 4 | 22391 Hamburg | Telefon (040) 53 60 091



Die teilüberdachte Terrasse bietet nun Offenheit zur Küche hin, von der man auch im Winter einen schönen Blick hat.

Viele Häuser aus den 1970er- und 1980er-Jahren gehen derzeit in jüngere Hände über. Dass sich ihr Charme mit cleveren Umbaumaßnahmen ins 21. Jahrhundert überführen lässt, zeigt ein aktueller Bildband.

**D**abei reicht die Bandbreite der Projekte von sensiblen Konzepten, die durch leichte Eingriffe den originalen Charakter der Bauwerke bewahren, bis hin zu radikalen Umbauten – vom schlichten Bungalow bis zur noblen Villa. Denn in puncto Umbau ist heutzutage vieles möglich. Autor und Architekt Johannes Kottjé weiß, wovon er schreibt, schließlich unterstützt der Diplomingenieur als Bausachverständiger und Berater deutschlandweit Architekten, Bauherren, Hausherren und -käufer. Aus dieser Position heraus ist er prädestiniert für ein solches Buchprojekt. Die Entwürfe aus Deutschland, Österreich und der Schweiz werden umfangreich mit professionellen Fotos, informativen Texten und übersichtlichen Planzeichnungen vorgestellt. Ein umfassender Praxisteil erläutert die konstruktiven Besonderheiten und geeignete Sanierungsmaßnahmen. Der Autor erklärt, auch unter Zuhilfenahme von Vorher-Nachher-Fotos, was warum wie verändert wurde, wo es sich lohnte Altes zu bewahren und wann man neue Ideen eingefügt hat. Nebenbei erklärt er auch am Beispiel die Besonderheiten der Architektur der 70er- und 80er-Jahre und wie sie sich zur heutigen unterscheidet. Das Buch eignet sich nicht nur für Personen, die ihr eigenes Traumhaus auf Basis eines älteren Gebäudes errichten möchten, sondern auch für Architekturliebhaber und interessierte Laien, die sehen möchten, was heutzutage in puncto Modernisierung und Renovierung möglich ist, wenn man die richtige Vision und fachmännische Unterstützung hat!

Johannes Kottjé, Häuser der 70er und 80er Jahre - Renovieren umbauen modernisieren, Deutsche Verlags-Anstalt, geb., 176 Seiten, 49,95 Euro



**Immobilienverkauf: stressfrei & sicher**

Für Sie leisten wir unter Einsatz unserer Markterfahrung, moderner Werbemedien und Verkaufstechniken den umfassenden und zügigen **Verkauf**, aber auch die **Vermietung** Ihres Hauses, Grundstückes oder Ihrer Wohnung.

Unser **TIPP**: Ihr Immobilienvermögen in eine **Rente** umwandeln - ohne auszuziehen - Wir beraten Sie gerne!



[www.Bibow-Immobilien.de](http://www.Bibow-Immobilien.de)

Tel. 040 / 608 75 100

**TRUMM**  
Immobilien GmbH

**sofort frei**



**Volksdorf:** Gepflegte 3-Zimmer-Eigentumswohnung im Erdgeschoss, ruhig u. idyllisch gelegen, Terrasse, Fahrstuhl u. Tiefgaragen-Stpl., Wohnfl. 103 m<sup>2</sup>, Bj. '85 **€ 435.000,00** zzgl. Courtage  
Verbrauchsausweis Gas / 115 kWh/(m<sup>2</sup>a) / D

Bauträger & Makler seit 1978 ■ [www.TrummImmobilien.de](http://www.TrummImmobilien.de) ■ ☎ 59 61 00

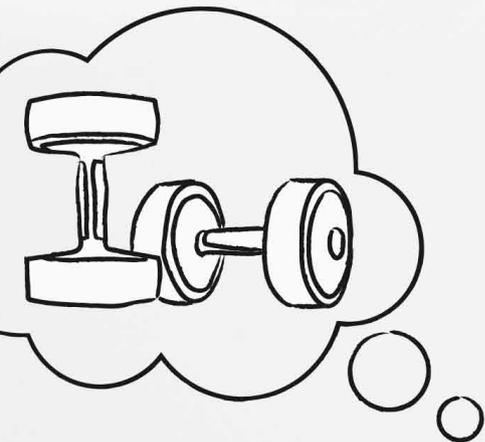
“Unsere Bauherren sind Visionäre”



**HGK**

WIR BAUEN EXKLUSIVE HÄUSER

Neuer Wall 10 • 20354 Hamburg • T 040 - 369 486 96 • [www.hgk-hamburg.de](http://www.hgk-hamburg.de)



Mit dem neuen Jahr beginnt wieder die Zeit der Vorsätze. Dran bleiben beim Sparen!



Foto: Bausparkasse Schwäbisch Hall

IMMOBILIEN SERVICE  
**ZIMMERMANN**  
WILHELM ZIMMERMANN

**Zwangsversteigerung  
oder Rettung**



Lassen Sie uns gemeinsam eine Zwangsversteigerung abwenden: Wir verhandeln mit Ihrer Bank und verkaufen zu marktüblichen Konditionen, nicht an Schnäppchenjäger. Unser Ziel: Gewinn, auch für Sie!

Frahmredder 7  
22393 Hamburg  
Telefon: 040 - 600 10 60  
www.zimmermann-ivd.de



*Hamburgs  
exklusives und  
lebendiges*

**WOHNMAGAZIN**



**Hamburgs feines Magazin für Wohnen, Einrichten, Handwerk, Bäder, Schlafen, Aufzüge, Kamine, Kunst, Bewirtung, Sicherheit, Energie, Wintergärten, Finanzierung, Garten und gutes Leben.**

Nur in Hamburgs feinen Stadtteilen oder online erhältlich.  
Erscheinungstermin: 18. Mai 2018

**Jetzt noch bis 31. Januar Frühbucherrabatt nutzen!**

Wir beraten Sie gerne: Tel.: 040 - 538 93 00

# SPAREN ALS VORSATZ

Bei guten Vorsätzen in puncto **Geldangelegenheiten** zahlt sich Ausdauer besonders aus. Dann klappt's auch mit der **Traumimmobilie!**

**I**mmobilien sind für die Bundesbürger die attraktivste Art, Geld anzulegen – laut Investmentbarometer 2017 der GfK setzen drei von vier Sparern auf die eigenen vier Wände. Kein Wunder, denn die selbstgenutzte Immobilie rentiert sich gleich mehrfach, erklärt Carolin Großhauser von der Bausparkasse Schwäbisch Hall: Wohneigentümer sparen langfristig nicht nur die Miete. Als Bausparer werden sie auch mit verschiedenen Förderungen belohnt. Ein Riester-Bausparvertrag wirkt dank hoher staatlicher Zulagen auf die eigenen Sparleistungen wie ein Tilgungs-Turbo für die Finanzierung. „Ab 2018 kann eine vierköpfige Familie dank gesteigerner staatlicher Zuschüsse für Ehepartner und Kinder im Jahr bis zu 950 Euro extra für die Finanzierung aufbringen. Hinzu können handfeste Steuervorteile kommen“, erklärt Großhauser. Für 512 (Alleinstehende) bzw. 1.024 Euro (Verheiratete) jährliche Sparleistung erhalten Bausparer die Wohnungsbauprämie in Höhe von 8,8 Prozent.

Das sind maximal 45 bzw. 90 Euro extra im Jahr. „Vergleichbare Zinsen auf ihr Ersparnis erhalten Sparer heute woanders nicht“, weiß Großhauser. Die Förderung ist an Maßnahmen rund ums Bauen und Wohnen gebunden. Um die Wohnungsbauprämie zu erhalten, dürfen Alleinstehende ein Bruttoeinkommen von bis zu 31.600 Euro haben. Bei einer Familie mit zwei Kindern darf das Bruttoeinkommen sogar 80.600 Euro betragen. Neben der Wohnungsbauprämie profitieren Sparer noch von der Arbeitnehmersparzulage.

Diese erhält, wer die vermögenswirksamen Leistungen seines Arbeitgebers auf einen Bausparvertrag einzahlt. Bei bis zu 470 Euro Sparleistung kassieren Sparer so 43 Euro extra im Jahr. Hier liegt die Jahres-Bruttoeinkommensgrenze bei bis zu 22.500 Euro für Alleinstehende. Eine Familie mit zwei Kindern kann die Zulage mit einem jährlichen Bruttoarbeitslohn von bis zu 62.300 Euro erhalten.

Tipp von Großhauser: „Sparer, die keine vermögenswirksamen Leistungen erhalten, können sich die Förderung trotzdem sichern, indem sie sich einen Teil ihres Gehalts direkt auf ein Bausparkonto überweisen lassen.“ Wer die selbstgesteckten Sparziele nicht direkt wieder über Bord wirft, sondern bis zum Erwerb des Wohneigentums durchhält, wird am Ende nochmal belohnt: Berechnungen des Statistischen Bundesamtes zeigen, dass Immobilienbesitzer im Ruhestand durchschnittlich 599 Euro im Monat mehr zur Verfügung haben, weil sie Mietkosten sparen.

Das sind maximal 45 bzw. 90 Euro extra im Jahr. „Vergleichbare Zinsen auf ihr Ersparnis erhalten Sparer heute woanders nicht“, weiß Großhauser. Die Förderung ist an Maßnahmen rund ums Bauen und Wohnen gebunden. Um die Wohnungsbauprämie zu erhalten, dürfen Alleinstehende ein Bruttoeinkommen von bis zu 31.600 Euro haben. Bei einer Familie mit zwei Kindern darf das Bruttoeinkommen sogar 80.600 Euro betragen. Neben der Wohnungsbauprämie profitieren Sparer noch von der Arbeitnehmersparzulage.

## Wir bauen schöne Häuser!

Von der Planung bis zum fertigen Haus. Alles aus einer Hand!



**S&T LANDHAUS**  
30 Jahre Sicherheit & Qualität

S&T Landhaus GmbH,  
Schenefelder Landstraße 173, 22589 Hamburg,  
040 / 870 860-0, info@st-landhaus.de, www.st-landhaus.de

Schlüsselfertige Massivhäuser bieten viele – bei S&T Landhaus erhalten Sie Qualität seit 30 Jahren! Überzeugen Sie sich selbst.





**Porschen**  
Ihr Finanzierungsexperte im Norden.

**Ungebundene Beratung /  
Vermittlung von Baufinanzierung**

Finanzierungsexperte Guido Porschen  
Poppenbüttler Hauptstr. 31  
22399 Hamburg  
Tel. 040 645 05 415

guido@porschenhamburg.de • www.porschenhamburg.de

**ABEL IMMOBILIEN** 

**Makler & Bauträger**

**24 JAHRE**

Fragen Sie Ihren Makler nach seiner **Erfahrung** und seinen **Referenzen**

**Wir suchen für unsere Kunden Häuser und Grundstücke**  
abel-immo.de  
Tel. 6000 91 60

**Handwerker/Gärtner/  
Marktbesicker!!!**

Hallenflächen  
ca. 300m<sup>2</sup> und  
25m<sup>2</sup>- 100m<sup>2</sup>  
zu vermieten.  
Hamburg-Sasel  
Büro: 040-633 177 50  
Mobil: 0172-953 65 75

**immobilien**  
VOLKER WARKE

**Hanseatisch  
vertrauensvoll!**

■ seit 1977

**Volker Warnke Immobilien**  
Saseler Kamp 25  
22393 Hamburg  
vw@immo-warnke.de  
www.immo-warnke.de

**040/601 78 74**

Grundstücksbewertung  
- unabhängig - marktgerecht

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

Ihr Ansprechpartner für  
GuTe-Immobilienberatung

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

Wenn Sie an  
**Immobilien-  
Anzeigen**  
Interesse haben,  
berate ich  
Sie gern.

**Barbara Suhr  
Mediaberatung**

Mobil: 0172 / 923 36 82  
Tel.: 538 930 54  
Mail: b.suhr@alster-net.de

**NEUBAUPROJEKT**  
Kleinwohnungen  
Nähe AEZ in Planung  
ca. 50-65 m<sup>2</sup> Wfl., 2 - 2,5 Zi. Aufzug  
Projektstart 2018, Interessentenliste  
courtagefrei direkt vom Bauherrn

**VERKAUF**  
sanieretes Endreihenhaus  
in Henstedt-Ulzburg  
ca. 100 m<sup>2</sup> Wfl. auf 235m<sup>2</sup> Grund,  
4Zi., Keller, 2 VG, unausgeb. Dach-  
boden, hell, Carport, Steinfassade,  
Rolläden, Bj. 1998, EA in Arbeit,  
**260.000€** zzgl. Courtage 5.25% netto

W O H N KONZEPT  
IMMOBILIEN GmbH  
Langenstücken 29, 22393 Hamburg  
info@wokoimmobilien.de  
Telefon 040 - 636 036 96

# Von Scheidung und Teilung

Das Alstertal-Magazin stellt auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge **aktuelle Urteile** zur Rechtsprechung rund um die Immobilie vor. Diesmal geht es um einen **möbellosen Geschiedenen**, ein zu **großes Haus** und mehr!

## SCHLECHT GETEILT?

Für eine Eigentümergemeinschaft gibt es ein maßgebliches, grundlegendes Dokument – und das ist die Teilungserklärung. In ihr legen die Eigentümer gegenüber dem Grundbuchamt fest, wie das Eigentum an einem Grundstück aufgeteilt wird. In einem Zivilprozess hatte eine Partei auf eine andere, bei einem Notar hinterlegte Urkunde mit abweichenden Quadratmeterzahlen verwiesen. Darauf waren zusätzlich handschriftliche Anmerkungen notiert.

Die zuständige Zivilkammer verwies nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS auf die alleinige Gültigkeit der im Grundbuchamt befindlichen Urkunde: „Auf diese Urkunde in der Teilungserklärung ist und bleibt abzustellen. Insbesondere auch vor dem Hintergrund, dass nicht ersichtlich ist, warum und weshalb handschriftliche Änderungen in der Urkunde des Notars (...) vorgenommen worden sind.“ (Landgericht Dortmund, Aktenzeichen I S 13/15)

## BELASTENDE SCHEIDUNG?

Scheidungsprozesse bringen es immer wieder mit sich, dass einer der Partner zu Gunsten des anderen auf große Teile des Mobiliars verzichten muss. Der Betroffene darf allerdings nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS nicht unbedingt darauf hoffen, dass die Neuanschaffung als außergewöhnliche Belastung steuerlich anerkannt wird. (Bundesfinanzhof, Aktenzeichen VI B 18/16)

**Der Fall:** Ein Amtsgericht hatte in einem familienrechtlichen Verfahren die Anordnung getroffen, dass die bisherige eheliche Wohnung von der Ehefrau für die Dauer von sechs Monaten alleinig genutzt werden dürfe. Dem Ehemann fehlte daraufhin fast jegliches Mobiliar. Er wollte im Gegenzug in seiner Steuererklärung die Anschaffung von Einrichtungsgegenständen geltend machen, was der Fiskus und das zuständige Finanzgericht allerdings verweigerten.

Fortsetzung auf S. 94

Urteile um die IMMOBILIE

ng



Die offizielle Teilungsurkunde gilt, sagt das Landgericht Dortmund. Eventuelle andere Dokumente müssen bei Eigentümergemeinschaften zurückstecken.

Grafiken: LBS/Tomiczek

## Beste Lagen in Hamburgs Norden

Persönliche Beratung: 040/63 64 63-0



Volkdorf

Großz. DHH, 10 Zimmer, ca. 230 m<sup>2</sup> Wohnfläche, Baujahr 1934 - Erweiterung 1959, Keller, D'Garage, 866 m<sup>2</sup> Grdst, B-217 kWh-Gas, € 695.000,-



Volkdorf

Modernes RH in ruhiger Lage, 6 Zimmer, ca. 135 m<sup>2</sup> Wohnfl., ca. 241 m<sup>2</sup> Grundstück (Erbbaurecht), Erbbauzins bezahlt, Carport, Bj. 1986, V-Gas-75 kWh, € 395.000,-



Sasel

Haus in Haus, erstkl. 6-Zi.-Whg., ca. 180 m<sup>2</sup> Wohnfläche, I.OG + DG, S/W-Balkon, Voll- & Duschbad, gr. Keller, TG-Platz, Bj. 1996, V-Gas-116 kWh, € 660.000,-



Hummelsbüttel

Perfekt geschnittene 4-Zimmer-Wohnung, I. OG, ca. 99 m<sup>2</sup> Wohnfläche, Balkon, Baujahr 1971, Keller, B-Gas-170 kWh, € 320.000,-



Sasel

Villenbauplatz, ca. 966 m<sup>2</sup> Süd-Grundstück, W 1 o. GRZ 0,2, EFH o. DH möglich, Altbauseubstanz vorh., € 590.000,-

Häuser und Baugrundstücke, besonders im Alstertal und den Walddörfern, erfreuen sich weiterhin einer großen Nachfrage! Daher können wir auch Ihre Immobilie zu besten Konditionen vermitteln. Für eine umfassende Beratung stehen wir Ihnen jederzeit gern zur Verfügung.

Witthöft Immobilien GmbH / Tel. 040/63 64 63-0 / info@witthoeft.com / www.witthoeft.com  
 Zentrale Sasel / Saseler Ch. 203 / 22393 Hamburg Immo-Shop Wellingsbüttel / Rolfinckstr. 15 / 22391 Hamburg



## Sie planen den Verkauf Ihrer Immobilie?



Wir suchen für unsere Kunden Einfamilien- sowie Doppelhäuser in Sasel, Wellingsbüttel, Poppenbüttel und angrenzend bis € 1.000.000,-  
Bitte rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern kostenlos und unverbindlich!

Immobilienvermittlung mit  und Verstand

Lesen Sie doch bitte einmal, was unsere Kunden auf unserer Homepage oder auf „werkenntdenbesten.de“ über uns schreiben. Denn ehrliche Kundenworte sagen mehr als jede Werbung!



Wir leben hier. Wir arbeiten hier. Wir kennen „hier“

Seit **20** Jahren dreht sich bei uns alles um Sie:



Unseren Kunden!

mail@alstertalmakler.com

www.alstertalmakler.com ☎ 040 - 531 31 05



## Wenn es um Ihre Immobilie geht

Grundigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832



Vorsitzender:  
Torsten Flomm  
Rechtsanwalt

- | Recht und Steuern
- | Bauen und Renovieren
- | Technik und Energieeinsparung
- | Wertermittlung
- | Kauf und Verkauf
- | Finanzierung und Versicherung
- | Vermietung und Verwaltung

Neutrale Experten-Beratungen rund um Haus, Grundstück oder Ihre Eigentumswohnung. Erfahren Sie mehr über Ihre weiteren Vorteile:

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



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

Fortsetzung von S. 92

**Das Urteil:** Der Bundesfinanzhof ließ die Revision gegen das Ersturteil nicht zu. Es gebe keinen Klärungsbedarf, denn durch die bisherige Rechtsprechung des Gerichts sei einsehbar, „dass die Neu- oder Wiederbeschaffung von Möbeln nach einer Scheidung (...) als Folgekosten der Scheidung keine außergewöhnliche Belastung darstellt“. Hier sei noch erschwerend hinzugekommen, dass dem Ehemann die Nutzung des Hausrats noch gar nicht endgültig, sondern nur vorübergehend entzogen worden sei.

### VIEL PLATZ FÜR ZWEI

Wer Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II beansprucht, der muss es sich gefallen lassen, dass die Behörden sein Vermögen genau unter die Lupe nehmen.

Wenn jemand Eigentümer eines 205 Quadratmeter großen Wohnhauses ist, dann kann das Amt nach Auskunft des Info-dienstes Recht und Steuern der LBS die gewährten Leistungen lediglich als Darlehen an den Betroffenen und nicht als Zuschuss ausgeben. (Sozialgericht Detmold, Aktenzeichen S 18 AS 924/14)



Ein zu großes Haus muss bei Bezug von Sozialleistungen verkauft werden. Bis dahin werden die Leistungen lediglich als Darlehen gezahlt, entschieden Gerichte.

Grafiken: LBS/Tomicek



Wer nach einer Scheidung Mobiliar neu anschaffen muss, kann das nach aktueller Rechtsprechung nicht als außergewöhnliche Belastung geltend machen!

**Der Fall:** Eine Mutter bewohnte mit ihrer Tochter gemeinsam ein Haus, das sich in ihrem Eigentum befand. Als die Mutter wegen Hilfsbedürftigkeit Sozialleistungen in Anspruch nehmen wollte, stellte sich die Frage, ob man bei einem Haus dieser Größe noch von einem geschützten Schonvermögen sprechen könne bzw. ob nicht verlangt werden könne, dass sie diese Immobilie verwerte, um so selbst für ihren Unterhalt aufkommen zu können.

**Das Urteil:** Das zuständige Sozialgericht wies darauf hin, dass nach laufender Rechtsprechung des Bundessozialgerichts selbst bei einem Vier-Personen-Haushalt nur eine Wohnfläche von 130 Quadratmetern als angemessen betrachtet werde. Bei weniger als vier Personen reduziere sich diese Fläche. Die beiden Frauen lebten mithin auf viel zu großem Raum, um noch von einem Schonvermögen sprechen zu können. Ein Verkauf des Hauses sei möglich und der Eigentümerin zumutbar. Nachdem das nicht sofort zu realisieren sei, erhalte die Betroffene Übergangsweise die Sozialleistungen lediglich als Darlehen – nicht jedoch als Zuschuss.



**ERÖFFNET**  
City-Shop Eppendorf  
Martinstraße 28  
20251 Hamburg

## WIR MACHEN NACHBARN



### BEGEHRTES GRUNDSTÜCK IN VOLKSDORF

ca. 1.114 m<sup>2</sup>  
ruhige Anliegerstraße mit  
Wendehammer  
familienfreundliches  
Umfeld  
Ortskernnähe

B-Plan Volksdorf 42  
ideal für EFH o. DH  
150m<sup>2</sup> bebaubare  
Grundfläche  
WRlo 2Wo  
bebaut mit Altbestand

Kaufpreis 610.000 €



RESCHKE IMMOBILIEN

Starten Sie in das neue Jahr 2018  
mit einer Bewertung Ihrer Immobilie.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Shop Volksdorf  
Wiesenhöfen 4  
22359 Hamburg

+49 40 64 20 88 20  
reschke-immobilien.de



# What's up in TOWN?



Unternehmer Michael Otto mit Gattin Christl



Mäzenin Else Schnabel mit Verleger Wolfgang E. Buss



Die Schauspielerinnen Claudia Rieschel und Jessica Stockmann (r.)

Fotos: Kai Wehl



Spiele zusammen im Juli im Fährhaus: Jennifer und Michael Ehnert



Punschgastgeberin und Fährhaus-Intendantin Britta Duah Punsch mit den Schauspielern Michael Lott, Eric Langner und Andreas Brucker

## PUNSCH&BERLINER

Seit 30 Jahren Tradition an der Alster, der Neujahrspunsch in der Komödie Winterhuder Fährhaus: Rund 500 Gäste aus Politik, Wirtschaft und Showbiz genossen auf Einladung von Theaterleiterin Britta Duah Punsch und Berliner im Foyer des Hauses. Neben vielen Gesprächen konnte auch wieder dem satirischen Jahresrückblick von Gerd Spiekermann gelauscht werden und der Kunst des Musicaldarstellers Petter Bjällö. Ein gelungener Jahresauftakt! Infos zum Theater: [komoedie-hamburg.de](http://komoedie-hamburg.de)



Whisky-Experte Thomas Weinberger und Schauspieler Matthias Schloo (r.)



Planetariums-Chef Thomas W. Kraupe, Grünen-Politiker, Unternehmer und Handelskammer-Mitglied Dominik Lorenzen sowie Laufexperte Boris Bansemer (v.l.)



Moderator Hinnerk Baumgarten und Radisson Blu-Direktor Oliver Staas (r.)

## SPEAKERSNIGHT

Im 26. Stock des **Radisson Blu Hotel, Hamburg** startete die **Netzwerkreihe „Speakers Night“** Anfang des Monats in die Saison 2018. Vor einem exklusiven Kreis an Persönlichkeiten aus Unterhaltung, Wirtschaft und Politik referierte Speaker Tobias Lobe, Journalist und Medienexperte, zum Thema „Content Marketing: Wie Sie mit guten Stories Kunden gewinnen“. Dazu gab es bei bester Aussicht auf die Stadt Whisky von „Slyrs“ und ein „Flying Buffet“ von Küchenchef Marcus Michalek, u.a. mit Kalbstatar auf Toast mit Wachtelspiegelei und rosa Entenbrust auf Preiselbeeren und Kartoffel-Marmelade.



Schauspieler Telje Mierendorf mit Schauspieler und Coach Lutz Herkenrath (r.)



FDP-Mann Burkhardt Müller-Sönksen mit Rebecca Mohnssen

Fotos: Kai Wehl

**Sylt: Winterschnäppchen**  
bis zum 15. März 2018  
**Westerland und Wenningstedt**  
Appartement-Brünig, Inh. Bärbel Lundershausen  
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • [www.appartement-bruenig.de](http://www.appartement-bruenig.de) • Fax: 0 46 51/ 58 59

**1a REINIGUNG**  
Textilpflege  
**maximum**

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

**Betten - Spezial - Pflege:**  
herrliche Frische

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

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

**Orga-Talent gesucht**  
Sind Sie überzeugend am Telefon?  
Arbeiten selbstständig, strukturiert,  
sind sicher in Wort, Schrift, MS-  
Office u. haben Lust auf Veranstaltungen  
u. Medien? Dann sollten wir  
wir sprechen: M. **0170-56 47 991**

Große Auswahl für Baby und  
Kleinkind. Ladengeschäft: Mittelstr.  
62, 22851 Norderstedt, Parkplatz  
Glashütter Markt, Tel.: **60 92 91 36**  
oder [www.babyton.de](http://www.babyton.de)

Defekte PCs zum Ausschichten  
ohne Festplatte abzugeben. Tel:  
**040 538 9300**

**Strandhus Mira**

**Good morning  
Ihr Ostseeblick**



**Ferienhaus 1. Reihe an  
der Steilküste Dahme,  
direkte Naturstrandlage,  
ganzjährig, 4-7 Personen**

**Tel. 0162 / 33 60 205**  
[anguli@gmx.de](mailto:anguli@gmx.de)

**Entrümpelung,  
Möbel-Transport  
Umzug, Garten +**  
Haushaltsauflösungen, Sperrmüll,  
Bauschutt, Messie-Wg, Büro u.  
Geschäftsaufösungen, Renovie-  
rungen, Elektro- u. Fußboden-  
arbeiten (Fliesen, Laminat),  
Gartenarbeiten, Tiergehegebau

**Firma HS:**  
**0152-23498685**  
[www.firmahs.repage8.de](http://www.firmahs.repage8.de)

Ihre Kleinanzeigen können Sie uns auch per  
E-Mail schicken: [w.wagner@alster-net.de](mailto:w.wagner@alster-net.de)  
Hinweis: Leider können aufgrund der  
Vielzahl der Eingänge nicht alle Anzeigen  
berücksichtigt werden.

**Das nächste  
Alstertal-Magazin erscheint  
am 23. Februar 2018**

auch als E-paper via  
[magazine-fuer-hamburg.de](http://magazine-fuer-hamburg.de)

**Wir suchen:**

# Mediaberater/in

**Wir wachsen weiter** und suchen für unser  
Vermarktungsteam eine/n Mediaberater/in in  
Festanstellung (oder als Freie/r Handelsvertreter/in).

Gefragt sind Engagement, Verkaufstalent und relevante  
Vorerfahrungen. Wir bieten Ihnen als Hamburgs  
Marktführer erstklassige Print-Produkte, die mehr als  
25 Jahre erfolgreich im Markt sind, Weiterbildung nach  
persönlichem Wissensstand und natürlich ein  
gutes Team!



Bewerbungen bitte an:  
Magazin-Verlag Hamburg GmbH • Wolfgang E. Buss  
Barkhausenweg 11 • 22339 Hamburg  
Telefon: 040 538 9 300 • [w.buss@alster-net.de](mailto:w.buss@alster-net.de)

Infos unter: [www.magazine-fuer-hamburg.de/Jobs](http://www.magazine-fuer-hamburg.de/Jobs)

## 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](mailto:redaktion@alster-net.de)  
[anzeigen@alster-net.de](mailto:anzeigen@alster-net.de)

**Internet:**  
[www.magazine-fuer-hamburg.de](http://www.magazine-fuer-hamburg.de)

**Fax:** 040 / 538 9 30 11

ALSTER MAGAZIN, ALSTERTAL MAGAZIN,  
HAMBURG WOMAN, MEDIZIN EXKLUSIV,  
HOME & LIFE, AEZ-INSIDE

**ANZEIGEN-VERMARKTUNG nach Schwerpunkten:**  
Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel),  
Tel. 538 930-55;  
Petra Boness (Hamburg), Tel. 538 930-33;  
Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50;  
Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0;  
Mia Heubel (Hamburg), Tel. 538 930-71;  
Tatjana Jung (Hamburg), Tel. 538 930-62;  
Anngret Linke (Winterhude), Tel. 538 930-67;  
Sabine Merbach (AEZ), Tel. 538 930-17;  
Sabine Meyerrose (Sasel), Tel. 538 930-52;  
Simone Niklaus (Wellingsbüttel, Duvenstedt,  
Lemsahl-Mellingstedt), Tel. 538 930-14;  
Andreas Rohloff (Autohäuser), Tel. 538 930-51;  
Boris Scheffler (Hamburg) Tel. 538 930 -18;  
Barbara Suhr (Makler/Immobilienwirtschaft),  
Tel. 538 930-54;  
Helmuth Wegner (Reise + Tourismus),  
Tel. 538 930-12

**Verlagsanschrift:** Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;  
**Herausgeber/Verleger:** Wolfgang E. Buss (vi.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Stellv. Chefredak-  
teur:** Christian Luscher | **Redaktion:** Corinna Dreessen, Katrin Gochermann, Wolfgang Wagner  
**Produktion/Anz.-Disponentin:** Carmen Garrot, Birgit Schümann | **Buchhaltung:** Carmen Garrot  
**Chefgrafiker:** René Kriese | **Grafik:** Juliane Duczmal, Susanne Kaps, David Nagel, Carolin Weißling  
**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

© 2018 Magazin Verlag Hamburg

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

# What's up in TOWN?



Fotos: Kai Wehl

Rita Ora mit Initiator und Channel Aid-Gründer Fabian Narkus



Musiker mit zusammen knapp 3 Mio. YouTube-Followern: Sänger MAX (USA), Sängerin Nicole Cross (Deutschland) und Pianist Costantino Carrara (Italien).

## CHARITYKONZERT

Die FABS Foundation hilft Menschen, denen es nicht so gut geht - u.A. mit dem YouTube-Kanal „Channel Aid“. Der zeigt Videos bekannter YouTuber und generiert durch Werbung Gelder für den guten Zweck. Damit es in der Charity-Kasse richtig klingelt, hat Gründer Fabian Narkus Superstar Rita Ora und die Musiker MAX, Nicole Cross und Costantino Carrara in die (ausverkaufte) Elphi geholt und das Konzert live gestreamt. Im Publikum war viel Hamburger Prominenz! Infos und kommende Konzerte (CRO 2.7): [fabs-foundation.com](http://fabs-foundation.com).



Starköchin Cornelia Poletto mit Tochter Paola



Schauspielerin Nina Boff mit Benni Barz



Moderatorin Mirja Dumont mit Tochter Tara



Gastgeber: Hotelierehepaar Christa und Eugen Block



Der emeritierte Hamburger Weihbischof Hans-Jochen Jaschke und Kaffe-König Albert Darboven (r.)



HSV-Ikone Willi Schulz und Schauspieler Marek Erhardt (r.)



Barkassen-Meyer-Chef Hubert Neubacher und Haspa-Vorstands-sprecher Dr. Harald Vogelsang (r.)

## NEUJAHRSPUNSCH

**Gettogether in Rotherbaum:** Rund 360 Gäste stießen auf Einladung des Poppenbüttlers Eugen Block beim 8. „Neujahrspunsch unter'm Vordach des Grand Elysée Hamburg“ auf 2018 an – mit Glühwein und Blockbräu-Pils, bei Trüffel-Bratwürstchen und heißer Suppe. In bester Stimmung, denn das Jahr 2017 sei das erfolgreichste Jahr des Hotels gewesen, verriet Block in seiner Ansprache und blickte deswegen auch entsprechend optimistisch auf dieses Jahr, für das er sich wieder viel vorgenommen hat: „Wir planen etwa die Eröffnung einer Rooftop-Bar, mit Blick über die Dächer Hamburgs.“



Unternehmergeschwister: Christina und Philipp Block

Fotos: Kai Wehl



# INDIVIDUELL



## GUTE ARCHITEKTUR SCHAFFT MEHRWERT

**JEDES MOLLWITZ-HAUS IST EIN UNIKAT** und wird genau auf Ihre Wünsche abgestimmt. Anspruchsvolle Architektur und hochwertige Handwerkskunst gehen bei uns Hand in Hand – und garantieren ein Ergebnis, das den individuellen Vorstellungen unserer Kunden entspricht. Äußerst sorgfältige Ausführungsplanungen sichern Ihnen als Bauherrn eine hohe Bauqualität. Wir legen großen Wert auf eine langfristige Zusammenarbeit mit unseren Handwerksbetrieben. Dieses gewährleistet Ihnen einen reibungslosen Bauablauf.

### SIE MÖCHTEN IHR GRUNDSTÜCK VERKAUFEN?

**Zuverlässig . Fair . Kompetent**

Wir kaufen Ihr Grundstück oder vermitteln es direkt und provisionsfrei an suchende Bauherren.

---

Mollwitz Massivbau GmbH  
Schleusenredder 17a · 22397 Hamburg  
T: 040 645 395 - 0 · [www.mollwitz.de](http://www.mollwitz.de)



JETZT  
**0€**  
AUFNAHME-  
GEBÜHR

# HAPPY NEW YOU

Lea Light powered  
by FIT FOR FUN

Gleich anmelden und in 2018  
richtig fit werden.

5 x in Hamburg | 040/65 89-0 | [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)

\*Dieses Angebot gilt nur bei Abschluss eines 12- oder 24-Monatsvertrages und für ein begrenztes Kontingent. Es ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.