

ALSTER

MAGAZIN

LOCAL PEOPLE & LIFESTYLE

**JETZT
KOSTENLOS
MITNEHMEN**

oder als E-Paper via
magazine-fuer-hamburg.de

BUNTER WOHNEN

MIT FRISCHEN FARBEN
UND TAPETEN DIE
WOHNUNG STYLEN

BÜHNEN- FIESLING

TILL DEMTRØDER SPIELT
EINEN EGOISTISCHEN
POLITIKER IN
HARVESTEHUDE

MEHR LUST

KABARETTIST LARS
REICHOW ERZÄHLT
IN EPPENDORF VON
LEBENS Lust UND
RISIKO

GUTE VORSÄTZE FÜR 2018:

Achtsam werden

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



GUTE ARCHITEKTUR SCHAFFT MEHRWERT



INDIVIDUELL

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 Ihren individuellen Vorstellungen entspricht.

ERFAHREN SIE MEHR
unter www.mollwitz.de

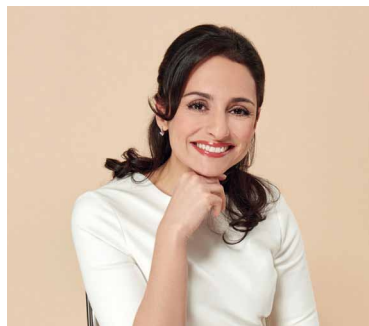
Mollwitz Massivbau GmbH | Schleusenredder 17a | 22397 Hamburg | T: 040 645 395 - 0 | info@mollwitz.de



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

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

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.

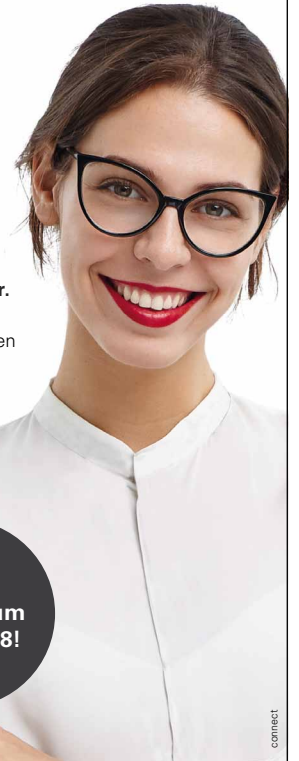
Drei geniale Ebenen möchte ich nennen, die alle **„nebenwirkungsfrei“** sind und garantiert wirken: **Loslassen** von alten, ungeliebten Gewohnheiten, Schule der **Achtsamkeit** und als drittes wichtiges Element die **Meditation**, als Übungsraum des Prozesses.

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 26**.)*

BRILLEN. WINTER-SALE.



Exklusiver Sonderverkauf bei Bajohr.

Beim Kauf einer neuen Brille erhalten Sie auf alle Marken-Fassungen aus dem letzten Jahr einen Rabatt von bis zu 30%*

BIS ZU
**30%
GESPART**

SALE
nur bis zum
17.02.2018!

* Ausgenommen Aktionsangebote und die Marken Chanel und Cartier.

Hamburg:
Eppendorfer Baum 18
Bajohr GmbH & Co. KG
www.bajohr.de

BAJOHR
OPTIC



Stilleuchten Götzl

Lampen und Schirme

Fasanenweg 2, 22145 HH
040/644 85 79

www.stilleuchten-goetzl.de

Öffnungszeiten:

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



Polsterei - Stuhlflechtere - Möbelaufarbeitung

GRÖNICH
Polstereibetrieb

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



5-Sterne Ferienhäuser in exponierten Lagen

www.traumhaussylt.de Tel.: 040 53 69 40 06



LEBENS**K**ünstler

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
oder telefonisch unter 040 69 666 74 - 0.
Weitere Infos unter www.ncl-stiftung.de.



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

12

Es darf
getanzt wer-
den: David
Guetta
kommt nach
Hamburg!



INHALT

Januar 2018

Alster-Magazin ONLINE LESEN!



Das Alster-Magazin als **kostenloses E-Paper** bestellen und jederzeit auf Handy oder Tablet lesen. Einfach Online auf www.magazine-fuer-hamburg.de, alles Gratis!



© Mediant Entertainment

10

Till Demtröder spielt in den Kammerspielen in „Vincent will Meer“ einen gemeinen Politiker, der für den Job seinen Sohn einsperrt.

Foto: Dean Chalkley

22

Markante Wand: Wir zeigen, wie Sie Wohnraum mit Wand-Akzenten Atmosphäre geben!



Foto: Arte Wallcoverings

Alster - Umzüge
erstklassig
zu günstigen Preisen

040
www. **29 12 12** .de

Umzüge & Lagerungen

Umzüge • Einlagerung • Seniorenzüge
Haushaltsauflösungen • Montage • Beratung
Telefon: 040 - 29 12 12
info@alster-umzuege.de • www.alster-umzuege.de

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

Einbruchzeit!
Seien Sie jetzt bereit mit Sicherheitsrollläden!
(alle 3 Minuten Einbrüche)

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

Büroeinrichtungen
Bürostühle
Arbeitszimmer
jede Abmessung und Oberfläche
1500 m² große Ausstellung

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

Kingsgard Reinigung

2 Hosen special € **7,99**

1 Hemd waschen & bügeln € **1,20**

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

Magazin

- 3 Kolumne
- 6 **News:** Eine spannende Lesung, ein Jubiläum und ganz viel Charity
- 8 Kabarettist **Lars Reichow** plädiert in Eppendorf für mehr Risikofreudigkeit
- 10 Ist gern ein Bühnen-Arschloch: **Till Demtröder**
- 12 Diese **Konzerte** läuten das neue Jahr ein
- 14 **Events:** ein Neujahrspunsch und ein Netzwerk-Event
- 34 **What's up in town:** Glamour und Promis bei den besten Events der Stadt

Servicethemen

- 16 **Alster med:** Das raten unsere Experten
- 18 **Besser hören & sehen:** Das sind die Brillentrends 2018!
- 21 **Beauty:** Schöne Haut auch im Winter
- 22 **Bauen & renovieren:** Schöne Wände für Ihr Zuhause
- 27 **Golf:** Weltklasse-Turniere direkt vor unserer Haustür!
- 28 **Immobilien:** Clever sparen lohnt sich
- 30 Kleinanzeigen/Impressum
- 32 Exklusive Standorte, an denen Sie unser Alster-Magazin finden!



© Yvonne Schmedemann

Der Winterhuder Marek Erhardt liest zugunsten von Schülern/innen, die Unterstützung benötigen.

Charity: Lesung mit Jazz

Der **Rotary Club Hamburg-Deichtor** richtet sein 3. Benefizkonzert „Lesung & Jazz“ aus, zugunsten des ASB Löwenhauses. Das unterstützt Kinder von 6 bis 14 Jahren, die in der Schule Schwierigkeiten haben „mitzukommen“ oder nach Schulschluss auf sich allein gestellt wären. Es liest der Schauspieler und **Winterhuder Marek Erhardt**. Für den musikalischen Part sorgt die **Blues-Sängerin Cleo** mit dem **Jazz-Pianisten Günther Brackmann**.

Wann: 8.2. um 19:30 Uhr. **Wo:** Bucerius Law School, Jungiusstraße 6. **Tickets:** 25 / erm. 10 € über rotary-konzert@web.de und an der AK. Mehr Infos: hamburg-deichtor.rotary.de

EUROVISION AUF KAMPNAGEL

Vom 1.-3.2. wird in der Jarrestraße im „EuropaCamp“ in Vorträgen, Podiumsdiskussionen, Workshops, Filmscreenings, Theater- und Performanceformaten Gegenwart und Zukunft der Union ausgelotet. Gemäß dem Motto des Festivals der ZEIT-Stiftung „**Rethink. Reload? Reclaim!**“ ist alles explizit zum Beteiligen und Einmischen geöffnet, denn „die EU ist mehr als nur ein Bürokratieapparat.“

Veranstaltungsprogramm und Tickets zu 14-22 € auf kampnagel.de



© Sanatorium Europa

Mariola Brillowska und Günter Reznicek präsentieren in einer performativen Lesung ihr Hörspiel „Sanatorium Europa“.

US-Star in HH

Kuratiert von der Galerie Schimming zeigt die **Barlach Halle K**, Klosterwall 13, noch bis zum 20. Februar die Ausstellung „**Black & White**“ mit Werken des US-Amerikaners **Alex Katz**. Einem der wichtigsten Vertreter des figurativen Realismus, der seine Anfänge während der Blütezeit des Abstrakten Realismus in New York hatte und als einer der Wegbereiter der Pop-Art gilt. Parallel zur Ausstellung zeigt die Galerie Schimming in Eppendorf bis zum 25.3. „Alex Katz in Colour“.



© Alex Katz

Shopper #7 von Alex Katz. Zu sehen in der Barlach Halle K. (barlach-halle-k.de)



Sternschnuppen-Vorsitzende Kirsten Fehlaer vom Hamburger Strahlenzentrum mit Sternschnuppen-Pate Otto Waalkes.

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



Fotos: Stephan Peirsch

Kunstprofi Jenny Falckenberg, Julian Wehmann (Landhaus Scherrer) und Schauspielerinnen Anna Carlsson (v.l.)



Unsere Neujahrs - Angebote

Garnelen -satt-
serviert mit Kartoffelstampf, Knoblauch-Dip und Brot. Inkl. Salatbuffet
pro Pers. € **19,90**

Spanischer BBQ-Grill -satt-
Beefsteak, Spare Ribs, Hähnchenbrustfilet und Garnelen, serviert mit mediterranem Gemüse und Bratkartoffeln. Inkl. Salatbuffet
pro Pers. € **19,90**

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



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



FACHBETRIEB
Rollladen- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk



Dieter Brose Meisterbetrieb · Innungsmittglied
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

SO WILD WIE MÖGLICH

Das neue Programm des **Kabarettisten Lars Reichow** heißt „Lust“. Am 22. Februar zeigt er es in Alma Hoppes Lustspielhaus in Eppendorf. Wir sprachen mit ihm über Motivation, Merkel und (Un-)Berechenbarkeit.

„Ich kämpfe gegen die Langeweile“, sagt Lars Reichow.

Foto: Mario Andreyva

 **coolsculpting**
VERTRAUEN SIE NUR DEM ORIGINAL

Mit Coolsculpting kommen Sie dieses Jahr wirklich zu Ihrer Traumfigur. Lästige Fettpölsterchen schmelzen einfach dahin – und zwar **ganz ohne Diäten, Sport oder operative Eingriffe**. Gerne beraten wir Sie kostenlos in unserer Praxisklinik. Rufen Sie uns an: **040-80 600 100**

GOLDBEK  MEDICAL

Ästhetische Chirurgie | Dermatologie | Lasertherapie | Kosmetik
Goldbekplatz 2 | Hamburg-Winterhude | coolsculpting@goldbek-medical.de

~~NEUJAHRSVORSÄTZE 2015~~
~~2016~~
~~2017~~
① ~~2018~~
~~VEGAN ERFAHREN~~
~~KEINE STEIFHEIT! KEIN HAL~~
~~KEIN ERGEBNIS! SAFT ESSEN~~
② ~~100 SIT-UPS JE DEN MORGEN~~
~~GENÜG LUST HAIRE~~
③ ~~KEINE SCHOKOLADE!!!~~
~~WENIGER NUR AN TAGEN~~
~~DIE MIT #9~~
TERMIN FÜR COOLSCULPTING

Alster Magazin: **Nach der Freiheit im Großen und Kleinen beschäftigen Sie sich in Ihrem neuen Programm „Lust“ mit ebendieser. Wie kamen Sie zu dem Sujet?**
Lars Reichow: Reines Bauchgefühl. Mein letztes Programm „Freiheit“ hatte viel mit Überfluss, mit der Suche nach Freiheit, auch mit Menschlichkeit gegenüber denen zu tun, die keine Freiheit mehr haben, die auf der Flucht sind. Das neue Programm ist vielleicht noch politischer, noch zorniger, ich habe einen TrumpSong geschrieben. Aber ich rede auch über die kleinen Herausforderungen, z.B. was dabei herauskommt, wenn man seine Krankheit googelt oder wenn man seiner Mutter ein Smartphone schenkt. „Lust“ ist heiter, musikalisch und politisch entschlossen!

Lust hat ja nicht nur etwas mit Sexualität, sondern auch mit Motivation zu tun. Wie bewahren Sie sich die Lust, nach Jahrzehnten immer noch mit Verve auf die Bühne zu gehen?

Ich stehe jetzt 26 Jahre als Solist auf der Bühne. Und ich kann sagen, dass diese Zeit im Flug vorbei gegangen ist. Dafür gibt es nur eine Erklärung: Es hat Spaß gemacht! Mein Beruf ist mit viel Vorbereitung, viel Reisezeit verbunden, aber das Publikum im Theater gibt mir die Kraft zurück und ich bin auf der Bühne ein glücklicher Mensch. Ich liebe meinen Beruf. Es gibt nichts Schöneres, als Menschen zu Lachen, zum Weinen und zum Nachdenken zu bringen.

„Vielleicht gibt es doch Wichtigeres im Leben, als alles immer nur richtig zu machen“, sagten Sie mal. Was wäre das denn?

Viele Menschen in Deutschland leben, je älter und erfahrener sie sind, in einem Versicherungs- und Berechenbarkeits-Kokon. Wir genießen unsere Routine auf hohem Niveau, scheuen das Abenteuer und arbeiten kaum noch ohne Sicherheitsnetz und Schadenersatzforderung. Das macht uns auf Dauer zu gesunden, aber gelangweilten Wesen. Ich kämpfe gegen die Langeweile an und möchte so wild und so gefährlich leben wie möglich.

So richtig vor Lebenslust gesprüht hat dieses Land ja wohl noch nie, dennoch könnte man den Eindruck bekommen, dass es in Deutschland aktuell besonders freudlos und verzagt zugeht. Teilen Sie diese Ansicht?

Ich finde, jeder von uns hat die Möglichkeit, aus seinem Leben ein Feuerwerk zu machen. Wir werden wohl nicht mehr zu sambatanzen den Südamerikanern, aber wir sollten unsere Vorzüge, unsere Mentalität zu schätzen wissen und nicht immer damit hadern.

Das aktuelle Koalitionsgeschacher wirkt auch eher so, als würden die beteiligten Parteien sich recht lustlos zusammenraufen. Wie könnte man Ihrer Meinung nach ein wenig Leidenschaft in die Verhandlungen bringen?

Ich muss gestehen, dass ich die leidenschaftslose Hülle von Angela Merkel oft bewundert habe. Aber darunter muss natürlich auch ein Feuer der Lust brennen, ohne dass es zum Feuerwehreinsatz kommt. Politik ist ein ernstes, umständliches und anstrengendes Geschäft. Ich bin immer froh, wenn sich Leute dazu bereit erklären, die diesen Beruf ohne übertriebene Eitelkeit, mit viel Sachverstand und Entscheidungsfreude ausüben. Viele Politiker können mit dem Begriff Leidenschaft nichts anfangen. Ihre Lust speist sich aus dem Drang nach Macht und Einfluss. Das ist schade, aber erklärbar. *cl*

KARTEN ZU GEWINNEN!

In Zusammenarbeit mit Alma Hoppes Lustspielhaus verlost das Alster Magazin 3x2 Karten für den Auftritt am 22. Februar. Einfach Postkarte mit Stichwort „Lust“ ans Alster Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder Mail an c.luscher@alster-net.de. Einsendeschluss: 11. Februar. Wer nicht gewinnt: Karten gibt's auch unter Tel.: 555 6 555 6 und via almahoppe.de!



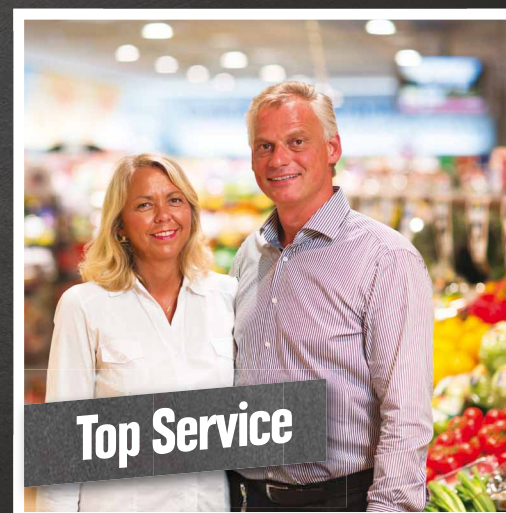
Lars Tammme

Frischemarkt
Wandelhalle

Frischemarkt
in der Airport-Plaza

Frischemarkt
im Bahnhof-Altona

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





Fotos: Anatol Kotte

Bringen in den Kammerspielen den erfolgreichen Film „Vincent will Meer“ auf die Bühne: Christopher Ammann, Moritz Leu, Till Demtröder, Angelina Häntsch und Marina Weis (v.l.).

„Auf der Bühne bin ich ein Arschloch“

In **Harvestehude** spielt **Till Demtröder** einen **fiesen Lokalpolitiker**. Der lässt mal kurz seinen Sohn einsperren, weil er ihn mit seinem Tourette-Syndrom im Wahlkampf stört. Zu sehen in der Tragikomödie **„Vincent will Meer“**. Das läuft gerade in den **Hamburger Kammerspielen**.



„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 (zwangsnervös) 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

verkaufsoffener Sonntag am 28.1.



EINZIGARTIG UND EXKLUSIVE QUALITÄT FÜR SIE

Kunstvolle Effekte der
Möbeloberfläche werden
in aufwendiger Handarbeit
ausgeführt.



Flur • Büro • Wohnzimmer • Esszimmer • Schlafzimmer

Ludwig-Erhard-Straße 1
20459 Hamburg
www.interiorhall.de

Tel: 040 / 49206-460
040 / 49206-461
Fax: 040 / 49206-459

INTERIOR  **HALL**
Möbel & Komfort



Wo er auftritt, darf getanzt werden. So wird es auch bei David Guettas Gig in der Barclaycard Arena sein!

Party-Meister

Als der „Meister der Mega-Party“ wurde David Guetta schon betitelt – und das nicht zu Unrecht: Schließlich wird in den Live-Shows des Franzosen ein wortwörtliches Feuerwerk an Pyroeffekten und Visuals abgebrannt. Als Special Guests bei der Live Tour hat er diesmal DEEPEND und HUGEL mit dabei. Der international mit Gold, Platin und Diamant-Alben ausgezeichnete Künstler tritt am 3. Februar in der Barclaycard Arena auf.
Info & Tickets: davidguetta.com

Live ins Neujahr

Von Party-Beats über Indie-Rock bis zu Singer-Songwriter-Shows – auch im Jahr 2018 hält die Hamburger Konzertszene **für jeden Musikgeschmack ihr Live-Event** bereit. Bei dieser Auswahl fiel uns es nicht leicht, eine Auswahl für Sie zu treffen. Doch wir haben es geschafft: Hier ist sie!

ALLES IN EINEM

Der melancholische Indie-Pop der britischen Band **Nothing But Thieves** vereint den Bombast von Muse, die Spielfreude von Kasabian, die Überraschungsmomente von Arcade Fire, den Indie-Rock der Foo Fighters, den Blues-rock von Led Zeppelin und den rock'n'rolligen Soul von Ray Charles. Am 28. Januar um 19 Uhr kann man die Tausendsassas bei ihrem Konzert in der Großen Freiheit 36 bewundern. Informationen und Karten: nbthieves.com





Foto: Lupi Spuma

VOLLE KRAFT VORAUSS!

Seit 2006 ist das Künstlerkollektiv, das sich selbst „Rakede“ bezeichnet, schon aktiv. So richtig bekannt wurden sie allerdings erst 2013 durch ein virales YouTube-Video: Über den Film, in dem die Bandmitglieder am Küchentisch sitzen und unter Zuhilfenahme einiger Bierflaschen und einem Heli-umluftballon eine Akustikversion ihres Songs „Bitte, bitte“ einspielen, wurde sogar international berichtet. Am 24. Januar sehen wir im Uebel & Gefährlich, was die Hip-hop-Electro-Rock-Reggae-Combo sonst noch draufhat. Mehr Infos und Karten: www.rakede.com

VOM WUNDERKIND ZUM WELTSTAR

Er kam aus dem Nichts: 2013 gelang **Jake Bugg** mit seinem ersten, selbstbetitelten Album ein Erfolg sowohl bei Kritikern als auch beim Publikum. Für seine mittlerweile vierte LP „Hearts That Strain“ machte er sich auf von Nottingham nach Nashville, um dort mit lokalen Größen zu kollaborieren. Die wahre Meisterschaft des 23-jährigen Singer-Songwriters können wir am 28.01. im Gruenspan bewundern. Infos & Karten: jakebugg.com



Foto: Universal Music



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 **€ 29,90¹**
zzgl. Zusatzarbeiten
und Material

Unser Angebot für Sie:
Audi CarCheck Winter¹
Wir überprüfen z.B.
Bremsanlage, Motoröl-
stand und Beleuchtung.

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

¹ Beinhaltet Prüfung besonders beanspruchter Funktionssteile, wie z. B. Sichtprüfung der Bremsanlage, Prüfung der Bereifung, Überprüfung von Kühlsystem und Motorölstand sowie Funktionsprüfung Scheibenwischeranlage.

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

Audi Zentrum Hamburg

Audi Hamburg GmbH
Kollaustraße 41-63, 22529 Hamburg
Tel.: 0 40 / 5 48 00-0
info@audizentrum-hamburg.de
www.audizentrum-hamburg.de

What's up in TOWN?



Unternehmer Michael Otto mit Gattin Christl



Spielen zusammen im Juli im Fährhaus: Jennifer und Michael Ehnert



Mäzenin Else Schnabel mit Verleger Wolfgang E. Buss



Die Schauspielerinnen Claudia Rischel und Jessica Stockmann (r.)



Punschgastgeberin und Fährhaus-Intendantin Britta Duah mit den Schauspielern Michael Lott, Eric Langner und Andreas Brucker (v.l.)

NEUJAHRSPUNSCH

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 Theater-Leiterin Britta Duah **Berliner und Punsch 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



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.)

SPEAKERS NIGHT

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 Tetje Mierendorf mit Schauspieler und Coach Lutz Herkenrath (r.)



FDP-Mann Burkhardt Müller-Sönksen mit Rebecca Mohnssen

Edler Starter

Silvester ist vorbei, aber zu feiern gibt es immer etwas. Wir zeigen ein feines Amuse Gueule – zusammen mit einem Glas Crémant d'Alsace ein schöner Auftakt.

Zutaten für 4 Personen:

8 Austern, 4 EL kleine Tapioka-Perlen (alternativ: Sago-Perlen), 50 g Passepierre-Algen (Salicornes, Queller), Eiswasser, Saft von einer Limette, 2 EL Olivenöl, 1 TL brauner Zucker, Pfeffer, Radieschensprossen

Zubereitung (40 Minuten)

1. Tapioka-Perlen in reichlich leicht gesalzenem Wasser nach Verpackungsangaben kochen und anschließend in einem Sieb kalt abspülen. Tapioka-Perlen dabei nicht rühren und einfach nur abtropfen lassen.
2. Algen waschen und mögliche harte Stellen entfernen und eine Schüssel mit Wasser und ein paar Eiswürfeln bereitstellen. Gewaschene Algen im leicht gesalzenen Wasser ca. 20 Sekunden blanchieren, mit einer Schaumkelle in das Eiswasser geben und abkühlen lassen. Abgekühlte Algen in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Tapioka-Perlen in eine Schüssel geben. Austern öffnen, Fleisch vorsichtig entnehmen, mit einem scharfen Messer in kleine Stücke schneiden und dazu geben.
3. Limettensaft, Olivenöl, Zucker und Pfeffer zu einem Dressing verrühren, vorsichtig zum Austern-Tatar geben, leicht verrühren und abschmecken. Tartar jeweils in einem Glas anrichten, mit den Radieschensprossen garnieren und servieren.

Weitere Rezepte gibt es auf deutschesee.de/rezepte



Foto und Rezept: Deutsche See Fischmanufaktur

Austern Tartar mit Algen



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 Himbeercoulis, 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

Häufig wiederkehrende Kopfschmerzen können in der Regel nach fachgerechter Diagnose gelindert werden.

Kopfschmerzen

müssen nicht sein

Egal, ob Migräne, Spannungskopfschmerzen oder eins der anderen zahlreichen Kopfschmerzsyndrome – eine gezielte Therapie, die eine genaue Anamnese und eine eingehende Diagnostik vorausgehen muss, ist nicht nur möglich, sondern auch erforderlich. Häufig verbergen sich hinter Kopfschmerzen andere Krankheitsbilder, wobei insbesondere an eine depressive oder somatoforme Störung gedacht werden muss. In dem Fall sind Therapieansätze wie Antidepressiva, Entspannungsübungen oder eine Psychotherapie angezeigt. Kopfschmerzen müssen nicht sein – sie sind in der Regel zu lindern oder zu beseitigen.



Expertentipp von
Dr. med. Joachim Elbrächter
Facharzt für Neurologie, Psychiatrie
und Psychotherapie



Praxis Dr. Joachim Elbrächter

Nach langjähriger Tätigkeit in Münster habe ich meine neurologisch-psychiatrische Privatpraxis in Rotherbaum eröffnet.

Aus meinem Leistungsspektrum:
EEG, evozierte Potentiale, EMG und NLG, Dopplersonographie.

Dr. med. Joachim Elbrächter
Facharzt für Neurologie,
Facharzt für Psychiatrie,
Facharzt für
Nervenheilkunde
-Psychotherapie-
Schlüterstraße 77
20146 Hamburg

www.stiftung-dr-elbraechter.de

Termine nach Vereinbarung unter der
Telefonnummer 040/41 42 35 22 oder
per E-Mail (dr.elbraechter@freenet.de)



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

Tipps
rund um
Gesundheit und
Wohlbefinden

Figur- Wünsche

fürs neue Jahr

Mit dem neuen Jahr ist auch die Zeit der guten Vorsätze gekommen. Jetzt kommt bei vielen der Wunsch auf, endlich etwas für die eigene Figur zu tun und schlanker, mit strafferer Haut neue Frühjahrsmode zu probieren. Es gibt einen Weg die guten Vorsätze für 2018 bequem durchzuhalten. Ohne Anstrengung, aber mit Erfolg. Mit der HYPOXI-Methode wird leichtes Training mit einer Unter- und Überdruckbehandlung kombiniert. So ist es möglich schon nach kurzer Zeit gezielt Fettpolster an Bauch, Po, Hüfte und Oberschenkeln zu reduzieren und gleichzeitig das Hautbild zu verbessern. Die Ernährungstipps ohne Magenknurren helfen dann zusätzlich das persönliche Ziel zu erreichen.



Im Laufe des Lebens sind die „Problemzonen“ immer schwieriger in den Griff zu bekommen.

Expertentipp von Christiane Schlüter
HYPOXI-Studios

edrubig-photo - stockadobe.com

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
www.strahlencentrum-hamburg.de



design your body

Das Medizinische Präventions Centrum Hamburg (MPCH) bestätigt:

Ein gezielter Abbau von Fett an den Problemzonen funktioniert mit Hypoxi. Weitere Infos auf unserer Homepage. Lesen Sie, was unsere Kunden über uns schreiben in über 100 Kundenbewertungen unter www.hypoxistudios-hamburg.de



Seit über 20 Jahren und in weltweit über 40 Ländern genießen Frauen ihren großen Erfolg mit der HYPOXI-Methode.

GUTSCHEIN

Testen Sie uns!

1 gratis Doppelbehandlung im Wert von 60 Euro

Für Neukunden, gültig bis 9.2.2018

Termine: Frau Schlüter Tel. 0160 - 184 28 13

Hypoxi-Studio Alstertal • Stadtbahnstraße 32A
22393 Hamburg • Tel.: 040 386 507 34
Hypoxi-Studio Marienthal • Luisenstr. 16
22043 Hamburg • Tel.: 040 652 53 51



Brillentrends: Es wird rund

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

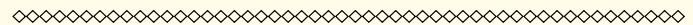
Die Brille im „John-Lennon-Style“: In den 1980er Jahren waren runde Brillen ein richtiger Hingucker und das Markenzeichen des Beatles John Lennon. Jetzt erleben sie ein Comeback! Besonders geeignet sind die Brillen für Menschen mit einem eckigen oder ovalen Gesicht. Auch modisch lassen sich die runden 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



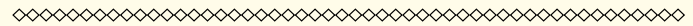
© Essilor



© Götti Switzerland



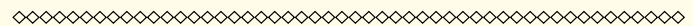
Die „John-Lennon-Brille“ rund und mit schmalen Gestell.



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



© Esprit



© Strelson



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

Tinnitus -

Das Geräusch im Ohr



Mahmoud Saadat

FACHARZT FÜR
AUGENHEILKUNDE



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

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

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



Lyric – das unsichtbare Hörgerät

Jetzt 30 Tage
kostenlos testen



- Wird bis zu 3 Monate direkt im Gehörgang getragen
- Kein Batteriewechsel, kein tägliches Einsetzen oder Herausnehmen
- Für alle Alltagsaktivitäten (Sport, Duschen, Schlafen etc.)

www.bode-hoerakustik.de

Harburg

Lüneburger Straße 27
21073 Hamburg
Tel.: 040-300 855 56

Winterhude

Alsterdorfer Straße 9
22299 Hamburg
Tel.: 040-41 35 72 61

BODE
HÖRAKUSTIK 
IHR SPEZIALIST IM OHR

Nicht zu sehen aber doch da: Tinnitus ist für Betroffene eine Last. Zu den häufigsten Kategorien für Ohrengeräusche zählen zum Beispiel Piepen, Pfeifen, Summen und Rauschen.

Es gibt viele Ursachen für einen Tinnitus wie verschiedene Krankheiten oder seelische Belastung. In Deutschland hatte beinahe jeder Vierte schon einmal einen Tinnitus in seinem Leben. Dieser kann auf vielfältige Art und Weise entstehen. Bei Hörminderungen ist es so, dass bestimmte Tonhöhen nur noch eingeschränkt wahrgenommen werden. Deshalb versucht das Gehirn die betroffenen Hörfrequenzen zu verstärken. Geschieht dies zu nachdrücklich, führt es dazu, dass wir einen nicht vorhandenen Ton in entsprechender Höhe hören. Sollte also eine Hörminderung zu dem Tinnitus geführt haben, hilft meistens schon ein Hörgerät, um das Problem zu beseitigen. Richtig schlimm wird ein Tinnitus wenn er chronisch, das heißt längerfristig, anhält. Hier sind die Ursachen meistens unklar. Behandlungen, die nachweislich wirken, gibt es bisher nicht. Eine kognitive Verhaltenstherapie (KVT) kann dabei helfen, im Alltag besser zurechtzukommen. Hier wird in der Theorie davon ausgegangen, dass es Gedanken und Verhaltensmuster gibt, die das Leben mit Tinnitus schwieriger machen. Um diese Gedanken und Verhaltensmuster zu erkennen, kann ein Psychotherapeut oder eine Psychotherapeutin zu Rate gezogen werden. Es sollen dann Möglichkeiten gefunden werden, die Wahrnehmung der Ohrgeräusche für den Betroffenen als weniger belastend zu empfinden.

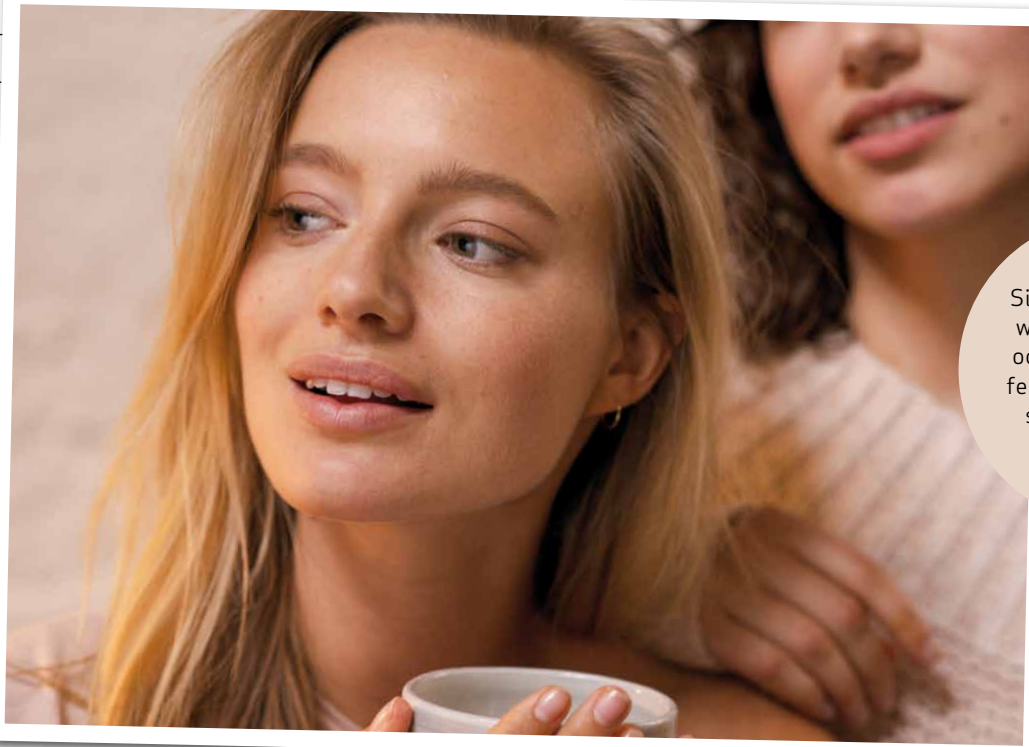
Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler des internationalen Forschungsnetzwerks Cochrane Collaboration haben die Wirkung der KVT untersucht. Bei der Studie mit 470 Teilnehmern und Teilnehmerinnen kam heraus, dass diejenigen die eine KVT in Anspruch genommen haben, ihre Lebensqualität höher bewertet haben als andere Vergleichsgruppen.

Insbesondere bei depressiven Symptomen ist eine KVT sinnvoll.

Unklar bleibt jedoch, wie lange die Wirkung der Therapie anhält, da die meisten Studien nur bis zu einem Jahr dauern.



Eine Hörminderung kann zu Tinnitus führen. Durch Hörgeräte kann das ausgeglichen werden.



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

Winterpflege

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.



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

Überall 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. Orientierung 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.

PROFESSIONAL
WAXING STUDIO
EPPENDORF

Pearl Waxing
by Deolinda Geske



Heinickestraße 2
20249, Hamburg

Eingang bei: Dein Ballkleid.de

040-466 544 06
www.pearl-waxing.de



Micropigmentation · Permanent Make-up
Ästhetische Gesichtsbearbeitungen

Hamburg · Kampen/Sylt
Dorotheenstraße 117
22301 Hamburg · Fon 0151 - 50 83 55 11
www.kunze-kosmetik-sylt.de

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



WANDELBAR



Foto: Erismann

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.

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!



TÜMLER & PEIL
ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE Seit 1865

TP

6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
 Scheren- u. Rollgitter
 Vordächer
 Motorisierungen
 feste Vergitterungen

Am Stadtrand 58
 22047 HH-Wandsbek

www.tuemler-peil.de

Beratung Montage Reparatur Wartung

SUN CONCEPT!
 Wolfgang Jermann - Sonnenschutz in Perfektion

→ Beratung
 → Planung
 → Durchführung

Individuell angepasster Sonnenschutz

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

Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Vorhänge
Insektenschutz

Spielen Sie mit Licht und Schatten.
 Wir beraten Sie gern, messen aus
 und bringen an.

Hoheluftchaussee 30 Mundsburger Damm 54
 20253 Hamburg 22087 Hamburg

Tel.: 040 / 42 32 32 15 • post@aktuellrollo.de
 Mo.-Fr. 10.00-18.30 Uhr, Sa. 10.00-14.00 Uhr

aktuell ROLLO

Fortsetzung von Seite 23

WANDELBAR



Foto: Komar



Foto: Mr Perswall

◀ Fernöstliche Oase: Ein japanischer Garten in 3D-Optik verströmt Ruhe.

▲ Die Tapete von Designerin Magdalena Lundkvist erzählt eine ganz eigene Geschichte!



Polsterwerkstatt Petermann

Meisterbetrieb über 30 Jahren

Kostenloser Hol- und Bringservice

Ihre Aufträge werden von uns preiswert und in hoher Qualität ausgeführt. Unser Ziel ist es, für jede Aufgabe die optimale Lösung zu finden und bestmöglich umzusetzen.

Wir beziehen und reparieren Polster aller Art

- Über 10.000 Stoffe zur Auswahl
- Polster überziehen
- Aufpolstern Schnürung
- Haftung
- Reparatur
- Leder
- Holz (Schreinerarbeiten)
- Betten überziehen



Kostenvoranschlag

kostenlos, direkt bei Ihnen zu Hause und **unverbindlich** bis 100 km.

Unser Betrieb ist spezialisiert auf das fachmännische Polstern und Neubeziehen Ihrer Polstermöbel.



Angebot
Bis zu 25% Rabatt auf alle Stoffe und Leder - bis zu 100 € Gutschein auf unsere Dienstleistungen.



Federkasten-Schaumstoff
Wir erneuern den kompletten Polster-, Feder-, Bänder- und Schaumstoffaufbau.



Leder
Wir verarbeiten hochwertige Ledermaterialien.



Aus ALT mach Neu-
nicht nur der Umwelt zuliebe. Eckbank, Couch, Stühle, Antikmöbel usw.

Tel. 040 - 34809480

Niendorfer Weg 11
22453 Hamburg

hamburger-polsterveredelung@outlook.de

Öffnungszeiten:

Mo-Sa 10:00-19:00 Uhr

Foto: Arte Wandbekleidung



Diese Vliestapete verfügt flächig über einen Glanz-Effekt, der sich je nach Lichteinfall ändert.

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**.

Franzi 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: 22. Januar 2018 um 18.30 Uhr
- Eppendorf: 23. Januar 2018 um 18.30 Uhr
- Alstertal: 25. Januar 2018 um 11.00 Uhr
- Am Michel: 26. Januar 2018 um 19.30 Uhr

Mehr Infos auf www.meridianspa.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!“.

Fotos: Magazin-Verlag

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.

Heute 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 Klö-

stern 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.“

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



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.

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



Vorjahresieger Phillip Price wird sicherlich wieder dabei sein wollen © Alexander Hartmann

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 Stay-sure 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. Infos: www.winstongolf-senior-open.com.

Porsche European Open: Vom 25. bis 29. Juli kommen die Stars des weltweiten Profigolfsports wieder auf die 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. Infos: www.europeanopen.com



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

HANSE GOLF-TICKETS GEWINNEN!

Auf der Hanse Golf können sich Golffans 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 Infos und alle Aussteller gibt es unter: 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. Einsendeschluss: 9.2.

footinMotion®

Unser Neujahrsangebot*
**Bewegungsanalyse
(komplett) + individuelle
Einlagenversorgung
nur 199,- €**

- professioneller Check-up zum Saisonstart durch unsere Sportwissenschaftler
- Optimierung der Bewegung

*gültig bis zum 28.02.2018

Ultimative Einlagen für den Golfsport und Freizeit! Fester Halt, optimierte Druckverteilung, Leistungsverbesserung

**Eppendorfer Landstr. 12, 20249 Hamburg
Tel.: 040 / 23 93 52 69, www.footinmotion.de**

Hanse Golf

Die Golfmesse im Norden

INFORMIEREN, SPIELEN & SHOPPEN

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

HANSEGOLF.COM

HG Alster Magazin *) 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**

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



Wenn es um Ihre Immobilie geht

Grundeigentümer-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



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

“Unsere Bauherren sind Visionäre”



HGK

WIR BAUEN EXKLUSIVE HÄUSER

Neuer Wall 10 • 20354 Hamburg • T 040 - 369 486 96 • www.hgk-hamburg.de

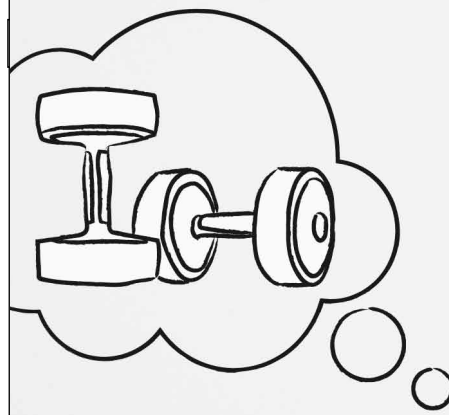


Foto: Bausparkasse Schwäbisch Hall

SPAREN AL

Bei guten Vorsätzen in puncto Geldangelegenheiten zahlt sich Ausdauer besonders aus. Dann klappt's auch mit der Traumimmobilie!

Immobilien 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 gesteigerter 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

RIESTER LOHNT SICH **DOPPELT**

Mit Wohn-Riester kann man sich nicht nur den Wunsch nach den eigenen vier Wänden erfüllen. Gleichzeitig investiert man schon frühzeitig in die private Altersvorsorge und sichert sich ein mietfreies Leben im Alter. Das Besondere am riestergeförderten Bausparvertrag: Die staatlichen Zulagen gibt es sowohl in der Spar- als auch in der Darlehensphase. Beim Sparen erhöhen sie das Eigenkapital und während der Finanzierung fließen sie in die Tilgung des Bauspardarlehens. Die Eigentümer sind dadurch deutlich schneller schuldenfrei. Auch wer bereits in der eigenen Immobilie lebt, kann von der Förderung profitieren: Ein für die Eigenheimfinanzierung genutzter Baukredit lässt sich mit Wohn-Riester umschulden. Das gilt unabhängig davon, wann die Immobilie erworben wurde.



ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN

Unsere Marktnähe ist Ihr Erfolg!

Jeder Markt und jede Region ist unterschiedlich. Nur wer „seinen“ ganz persönlichen Markt und die regionalen Besonderheiten gut kennt, kann individuelle und marktgerechte Lösungen finden. Neben Fachkompetenz bedarf es deshalb eines Höchstmaßes an Sensibilität.

Genau darin sehen wir unsere Aufgabe. Nutzen Sie unsere Erfahrung für Ihre Immobiliensuche, eine umfangreiche Werteschätzung oder den Verkauf Ihrer eigenen Immobilie.

Unser überregionales Netzwerk unterstützt uns dabei, Ihre Immobilie einem großen Interessentenkreis zugänglich zu machen.

Gern stehen wir Ihnen in allen Fragen rund um die Immobilie zur Verfügung.

DAHLER & COMPANY Alster-Ost

Poelchaukamp 15 | 22301 Hamburg |

Telefon 040.87 87 87-0 | aussenalster-ost@dahlercompany.de

www.dahlercompany.de



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

Barbara Suhr,
Mediaberatung

Mobil: 0172 / 923 36 82

Tel.: 538 930 54

Mail: b.suhr@alster-net.de



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

S VORSATZ

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.



Sylt: Winterschnäppchen

bis zum 15. März 2018

Westerland und Wenningstedt

Appartement-Brüdig, Inh. Bärbel Lundershausen

Tel.: 0 46 51/ 58 58 • www.appartement-bruenig.de • Fax: 0 46 51/ 58 59

Wir suchen ab Januar 2018 eine **zuverlässige und agile Reinigungskraft** bzw. Haushaltshilfe für unseren privaten Haushalt.

Ihr Einsatz wird an **zwei Tagen in der Woche** benötigt. Zu Ihren Aufgaben zählen u. a. Wäsche waschen, Böden reinigen und die übliche Unterhaltsreinigung.

Chiffre: 25693 • Barkhausenweg 11 • 22339 Hamburg

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

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

Das nächste
Alster-Magazin
erscheint am
9. Februar 2018

auch als E-paper
via **magazine-
fuer-hamburg.de**

IMPRESSUM

Verlagszentrale:

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

Buchhaltung:

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

Redaktion:

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

Verteilung/Vertrieb

040 / 538 34 52

E-Mail:

redaktion@alster-net.de
anzeigen@alster-net.de

Internet:

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;
Annegret 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;
Helmut Wegner (Reise + Tourismus),
Tel. 538 930-12

Verlagsanschrift: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg;

Herausgeber/Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.) **Chefredakteur:** Kai Wehl | **Stellv. Chefredakteur:** 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 Alster-Magazin wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt und liegt zusätzlich in **ausgewählten Unternehmen für Sie bereit.**

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

Infos unter: www.magazine-fuer-hamburg.de/Jobs

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.
Erscheinung: 18. Mai 2018

Jetzt noch bis 31. Januar Frühbucherrabatt nutzen!

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

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



Foto: AUDI AG

**PER AUTOPILOT
RICHTUNG ZUKUNFT:**

Die Audi Vision vom **autonomen Fahren**

Mit der Design-Vision Audi Aicon stellt Audi einen völlig autonomen 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 Anzeigenelementen – 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 Zentralsdisplay unterhalb der Frontscheibe. Man darf gespannt sein ob und wann diese neue Autowelt keine Zukunftsmusik mehr ist.

The advertisement features a blue toy Volkswagen Beetle on a snowy surface, carrying a large red heart-shaped gift tied with a red and white string. The background is a soft-focus winter scene with snow falling. The Audi Wichert logo is in the top right corner.

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

- 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



Volkswagen



Nutzfahrzeuge



SKODA



SEAT

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

Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN

Sharepoints!

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

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

ABC-Straße Nr.44 Shalimar, The Indian Restaurant; Nr.46 im ABC -VIA Roma
Beauty, Anti Aging Skin Care;
Alsterchausee Nr.3 Kunsthaus an der Alster; Nr.30, Theater im Zimmer
Alsterdorfer Markt Nr.6 Tabak-Börse, Zeitschriften etc.; Nr.8 Apotheke am Alsterdorfer Markt, Homöopathie, Kosmetik; Nr.8 Edeka aktiv Markt, Lebensmittel; Nr.10 alster-arbeitGmbH, Second Hand Shop; Nr.10 flore pleno, Floristik und Wohnambiente; Nr.10 Selami`s Dönerhaus, Döner Imbiss; Nr.12 infostudio; Nr.14 Kesselhaus, Restaurant; Nr.18 Eiscafé il Gelato, Eisdiele; Nr.7 alsterspectrum;
Alsterdorfer Straße Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.2 VIA ROMA Ital. Damenschuhe; Nr.6 First Class Clean Textilpflege; Nr.8 Linda Beauty Salon Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.30 Th.Kümpfer, Uhren; Nr.44 Arabella, Restaurant; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.56 Betten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.84a Reimers & Weber hairstyle; Nr.84a Cafe MAY; Nr.88, Schmackofatz, Tiernahrung; Nr.90 Back-Shop, Steh-Cafe; Nr.90 Alster-Grill-Eck; Nr.254 Zoo-Markt Alsterdorf; Nr.258 el cava, Restaurant; Nr.260 Perfect Nails, Nageldesign; Nr.274 Alexandros; Nr.286 SEHKRAFT Optik in Alsterdorf, Optiker; Nr.288 Roxie, Restaurant/Café; Nr.290 Asian Imbiss Seoul, Asia-Imbiss; Nr.292 Konditorei Fastert, Konditorei; Nr.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzen-Bäckerei; Nr.9 Bode, Höraustik; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echtzeit Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Sauberland, Reinigung; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessoires; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Blende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell`s, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Land; Nr.61 Bäckerei Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.69a Königskinder, Friseur; Nr.69a Super Blume; Nr.79 Second Style; Nr.79 Croquerie; Nr.85 Echt Asien, Sushi Restaurant; Nr.99 S, Ibis-Kiosk; Nr.103 Mass-Schneiderei; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Friseursalon Mojan, Friseur; Nr.271 Sprungfeder, Raumgestaltung; Nr.277 Änderungsfortdienst, Änderungsschneiderei; Nr.281a Blumen Exotica, Blumen;
Alsterort Nr.18 Zahnarztpraxis Katarina Bellgart

Am Dalmannkai Nr.6 Nissis Kunstskulptur, Galerie und Restaurant; Nr.6 Aynur Ayhan; Nr.8 Atelier Abele;
Amelungsstraße Nr.5 Schockmann Schuhe; **Am der Alster** Nr.72-79 Energy Clinic, Hotel Atlantic;
Alsterufer Nr.1 Bornhold „Die Einrichter“; Nr.1-6 Schanzen Bäckerei;
Ballindamm Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Ballkönigin, Abendmode & Schneiderei; Nr.40 Touch Jewelry, Schmuck; Nr.13 Jyske Bank;
Ballindamm Europapassage Info im 1. OG; Nr.40 funke-ticket, Ticket Shop; Kult; L`Italiana Galateria, Eispalast GmbH; TE Hamburg, Textilhandels GmbH; Kodak Express; ElKline GmbH, Mode; E-Plus Retail; Stofftiergarten; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Wiener Kaffeehaus Julius Meinl; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon; Steiff Kids Fashion & more GmbH; Levi`s Store; Harley Davidson Fashion Hamburg; Meinecke`s Barbershop; Yin & Yang, Restaurant & Bar;
Barmbeker Straße Nr.38, Dat Backhus; Nr.148 Orax-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 C&M, Friseur; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.5 rooster cafe mit schwung; Nr.45 Haspa; Nr.47 Anno Sierck, Lotto-Toto-Oddset; Nr.55 Goldbek Apotheke; Nr.153 REBIKE, Schnell Reparatur Service; Nr.153 Tauchen-Hamburg, Taucherartikel; Nr.165 Dialog, Restaurant; Nr.167 Jay Tis, Steakhouse; Nr.169 Fröndlichst, Restaurant; Nr.177 Kaffee mit Geschmack; Nr.177 Schuh/Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weine; Nr.181 Storting-Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie;
Bleichenhof Passage Kryolan City Hamburg, Professional Make-up, Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;
Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung-Schneiderei; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrbad; Nr.11a Nur Hier;
Brandende Nr.7 Biffar;
Cäcilienstraße Nr.2 Tafelberg, Restaurant;
Colonnaden Nr.22 Weinhandlung Brodtthage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattschneider, Sanitätshaus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode;
Dammstorstraße Nr.25 SchuDe Demart; **Dorotheenstraße** Nr.48 Hotel Cristobal, Hotel; Nr.54 Schewel, Modeatelier; Nr.54 Haar Pur, Friseur; Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurant; Nr.54

Ristorante Caruso; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.112 Schanzen-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Rewe Stanislawski & Laas GmbH & Co.oHG Nr.116 Kaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.116 Schumacher; Nr.128 Blumen; Nr.132 Der Maßschuh, Schuhe; Nr.134 BfB, Hockey; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 misaki Sushi Restaurant; Nr.174 Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.176 Udsloopen, Cafe Nr.182 IL Gelato, Eiscafe; Nr.182a La Strada, Restaurant; Nr.184 ann idstein, Deko; Nr.184 Herzammer, Schenken+Wohnen; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.107 Wohnwerte Hamburg Immobilien; Nr.188 envy fashion; Nr.188 Ky Lam, Asia Restaurant; Nr.190 Dorotheen Eck, Restaurant; Nr.190 Thasos, Grill Imbiss; Nr.35 Restaurante La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.159 Babette Becher, Floristik; Nr.161 Ihre Reinigung;
EKZ Nedderfeld Gürt, Outlet; Star Car, Autovermietung; Ernstsings-Family, Kleidung; Mc Paper; ISS-Gut gutbürgerlich, Restaurant; 1.Etage: Eyespriznen, Brillen; 1.Etage: Klink, Friseur; 1.Etage: Nails; Reisewelt Hamburg; 1.Etage: New Nails, Nagelstudio; 1.Etage: Oliver Grey, Schuhe;
Eppendorfer Baum Nr.4 Früchte Gleitzmann, Feine Früchte - Feines Gemüse; Nr.6 Marc O` Polo, Mode; Nr.8 Classico Women, Mode; Nr.12 Meister Parfumerie seit 1888; Nr.14 Meissler & Co Immobilien; Nr.16 P. Eisenherz, Kindermode; Nr.16 Labels for Less, Mode; Nr.18 Lühr Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelke, Pasta-Olio-Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.23 Ellipia-Kinder, Kurse & Cafe GmbH; Nr.24 World Coffee, Restaurant; Nr.24 02 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosule, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaus; Nr.34 mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Speichersstadt offerörsters; Nr.42 Paulina expert in style, Umstandsmode; Nr.44 four; Nr.5 HAGEL, The Hair Company, Friseur; Nr.7 JF Flebbe GmbH, Männermode; Nr.9 Glenfield, Fine Knitwear; Nr.9 Pura Vida, Schmuck; Nr.11 Optik Martin Carl, Optiker; Nr.11 AUST, Collezione d'Italia; Nr.11 Quartier 11; Nr.13 Lienau hat das Zeug z. Spielen, Spielwaren; Nr.31 Peter Polzer, Friseur; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk;
Eppendorfer Landstraße Nr.2 Haspa, Bank; Nr.4 Blumenhaus Radau, Blumen; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.12 footinmotion; Nr.19 ARTEM Bluse und Hemd; Nr.32 Wolffheim&Wolffheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; Nr.54 Petite Gourmande, Coniserie; Nr.54 Van Laack, Mode; Nr.56 Das Buch, Buchhandlung; Nr.56 Augenblick, Optiker; Nr.58 Happy Heels, Schuhmacherei; Nr.58 Ihr Sonnenstudio, Sonnenstudio; Nr.70 Deutsche Bank, Bank; Nr.74 Ristorante da Franco, Restaurant; Nr.76 Anneli Rieck, Goldschmiede; Nr.80 Schlüsselzentrum, Schlüssel; Nr.80 Terzozentrum Hamburg, Hörgeräte; Nr.84 Lampen Wetter, Lampen; Nr.84 Apotheke, Apotheke; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Duntas, Obst und Gemüse; Nr.92 top o top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.102 Samt & Sonders, Geschenke; Nr.106 Sigkid; Nr.112 Verena Moden, Mode; Nr.112 Klemann Brillen, Brillen; Nr.112a Friseur Löhndorf; Friseur; Nr.120 Second-Hand, Second-Hand; Nr.122 Dietrich Niesitka, Teppichböden; Nr.130 Thomas Cook, Reisebüro; Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holzauflaufbereitung; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.1 JB Exclusiv, Mode; Nr.5 Shirley Mae, Schuhe; Nr.9 Namenlos, Friseur; Nr.9 Cord Stehr, Weine; Nr.11 Optiker Carl, Optiker; Nr.19 Nygaards, Kinderschulle; Nr.19 ARTEM, Bluse

und Hemd; Nr.21 Geers Höraustik, Höraustik; Nr.31 Greeni, Cafe/Restaurant; Nr.39 Loop, Kindermode; Nr.43 Edeka Schlemmermarkt, Supermarkt; Nr.45 Vital-Center Eppendorf; Nr.53 Rvf of Switzerland, Coffeur; Nr.61 Bar Italia, Restaurant&Weinbar; Nr.65 masoud-schule, Schuhe; Nr.111 Varia Hochwertige Präsente + Wohnaccessoires; Nr.121 Bstner, Änderungsschneiderei; Nr.123 Jutta Basner Friseurmeisterin;
Eppendorfer Marktplatz Nr.2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr.2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/Möbel; Nr.5 Haspa, Bank;
Eppendorfer Weg Nr.168 JLOVES; Nr.170 Gala Atelier, Die Änderungs-Schneiderei; Nr.176 Dal Fabbro, Weinbar; Nr.180 Fischfeinkost Egon Geißler; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenried; Nr.244 EA Taliano, Antipasti - Pasta - Bar; Nr.244 Trainingsraum, Ems Training; Nr.248 Müller`s Jeans & Interiors; Nr.248 Ganter, Konditorei; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Büning, Creative Wohnunggestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr.256 Azzuro shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.264 Loewen, Gastwirtschaft; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.268 moin moin Immobilien; Nr.270 Unzer trennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meerschen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.189 Lady Perle, Schuhgeschäft; Nr.193 Cafe Brodsky, Russische Cuisine; Nr.193 Cd Bistrot; Nr.195 Stadteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.229 lille syst, trendige mode; Nr.229 Outfit Friseur; Nr.235 Steinberg - the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseur; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddie Caliscan; Nr.255 Cafe Amira; Nr.255 LD Leder Design Hamburg, Shop + Manufaktur; Nr.255 Hebammenpraxis im Kleinen General; Nr.265 Zimmerchen; Nr.269 Eiscafé Dante; Nr.271 Shape Haircutters; Nr.279 Kinderreich, Party und Spiel; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode ab Gr.42; Nr.283 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Weinbar, Weinstudio;
Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.44 Wichern, Haarinstiut; Nr.48 Je suis I., Secondhand fashion; Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.48 keiko; Nr.50a Hülsen Petit Fisch Bistrot, Fischbistro; Nr.58 Käse, Wein und mehr; Nr.66 Wohndecor, Raumgestaltung; Nr.70 Primacrema, Feinkost; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.; Nr.57 Flugbüros, Flüge;
Fährhausstraße Nr.8 HPM Vermögensverwaltung;
Friedr. Schütter Platz Ernst Deutsch Theater; Theatergastonomie Schütters;
Fuhlsbüttel Straße Nr.756 Hamburger Friedhöfe-AöR;
Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger&Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode; Mercadeh-Shoes; Umkleidekabine, T-Shirt Druck;
Gänsemarkt Parfümerie: Görtz 17; Eiscafe San Remo; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; Block House, Restaurant; Super Cut, Friseur; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Hums; **Geibelstraße** Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.4 Kartenhaus, Tickets; Nr.6 Futterneid, Tiernahrung; Nr.8 Number Nine, Textilien; Nr.20 Smart Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 R5 - Möbel GmbH; Nr.42 Pithaus Möbel; Nr.48 Kiosk; 48; Nr.56 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.3 Pop-Up; Nr.11 Deseo, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 C2M, Friseur; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister, Juwelier; Nr.25 quando Vietnamese, Street Kitchen; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.31 halleLula! Schönes für Engel und Bengel; Nr.33 Boutique 33; Nr.37 Pasteleria Porto, portugiesische Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.59



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



einsnullens, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante;

Geschw.-Scholl-Straße Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen; Nr.23 Eppenlove Cafe und Laden;

Goldbekplatz Nr.2 Goldbek Medical;

Grasweg Nr.2 Ihr Friseur; Nr.6 Cafe Quiddig;

Grindelallee Nr.18 Cafe Campus; Nr.32 Spiesserei Speis & Trank; Nr.32 Print- und Cophaus GmbH; Nr.34 Cafe 'Dilo'; Nr.40 Papier & Co., Bürobeford; Nr.40 Base / E-Plus Shop Uni Hamburg; Nr.44 SHALOM, Israel Bjioux u. Kunstgewerbe; Nr.80 Lavante Deli & Coffeshop; Nr.80 text & töne, An v. Verkauf von Büchern, CDs & DVDs; Nr.104 a McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.114 Pace Coffee, the fairest Coffee; Nr.116 Back Works; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas“; Nr.134 Arrabiata, Orient Bistro; Nr.136 Die Brille Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lüchau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.164 everglaze, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.186 BOBS FRISOR; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.17 Campus Suite; Nr.21 Studioline Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Qrito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneideri am Grindel; Nr.83 Internetcave; Nr.83 Ali 's Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut; Nr.89 SO NA MJ, koreanisches Restaurant; Nr.105 Reckrad, Fahrräder; Nr.129 Monkey Donuts; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanke; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.131 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacheri; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt;

Grindelberg Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Parcelus-apotheke, Schwermittel, Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE; Nr.39 S.Z. Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party; Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Station; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituosen-Lotto;

Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch;

Großer Grassbrook Nr.9 Hafenhünger; Nr.9 Hafencity Schuhmacherei;

Hagedornstraße Nr.53 Zahnarztpraxis Dr. Marcus Richter;

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

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

Hamburger Meile EG Information; EG, Ernstings Family; EG, LUCKY Clean & Heets; EG, MC Paper; EG Nailys; EG 19, Friseur Essanelle; EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA; EG 28 Apollo Apotheke; EG 29, Friseur Nicolas; EG 31 Bäckerei Junge; EG 40 Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst; EG 44 Camel Shop; EG 45 Stichweg Textilreinigung; EG 47 Spiele Max; EG 52 Friseur; EG 62 Freigang Shirts; OG Apotheke Apollo 2; OG 108 Vodafone; OG 116 Bäckerei Nit; OG 116 Nur Hier; OG 117 Dat Backhus; OG 118 Reformhaus Engelhardt; OG 122 Eiscafe Fiere; OG 140 Samsibar; OG 147 Jens Koch; OG 27 Tom Tailor; OG 27 Sparo Bank; OG 55 Haspa; OG 85 Thalia Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 98 Pan Asia; OG 121 Schuback, Parfümerie;

Hanseviertel Roedel, Handschuhe; Quartier 30, exklusive Mode; Leysieffer kleiner Shop, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Leysieffer, Confiserie und Konditoreispezialitäten; Lindner; La Moda, Abendkleider; Caffe Rouge, Cafe Bistrot; Falke-Store, Strümpfe; Samsibar-Sylt, Fashion; Hamburg Business Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituosen; im Hanseviertel, Tott & Co., Herrenschuhe;

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

Hebelstraße Nr.15 elklime GmbH;

Hegestraße Nr.8 FOLKER H, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12 Restaurant Da Remo; Nr.50 Umland Delikatessen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren, Astheten; Nr.31 SMITH 's, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen;

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

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

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

Heubergredder Nr.34 Mode & Accessoires;

Mede; Nr.34 Blumenhaus Daebler, Blumen; Nr.34 Villa Sails, Relax- u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistrot/Restaurant; Nr.48 Lotto, Kiosk;

Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerei/Cafe; Nr.27 Mein Friseur, Friseur;

Hofweg Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr.8a Seimeyer, Cashmere Couture; Nr.14 Cafe O Fado, Portugiesische Spezialitäten; Nr.20 Maxim Lebensmittel; Nr.22 Casa Nova, Eiscafe; Nr.24 Haspa; Nr.46 Hofweg Apotheke; Nr.46 Kape, Bistrot; Nr.48 Zeitschriften-Shop; Nr.50 La Fee; Nr.54 my favorite store, hochwertige Mode für Damen und Herren; Nr.68 Jody-ZRad, Fahrräder; Nr.72 Farda, Syrische sRestaurant; Nr.98 Burg Apotheke; Nr.102 HENNY'S Restaurant & Events; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 FLOQUA gmbh Body Energising Studio; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg; Nr.61a Rindchen 's, Weinkontor; Nr.63 Emmas Konditorei Cafe Deli; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.77 Viale Grande, Restaurant; Nr.81 Edeka Niemerszeim, Edeka; Nr.99 SAFA, Schuh + Schlüsselstein; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe;

Hoheluftchausee Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Nr.28 Sub Way Sandwiches Hf 2; Nr.13 Style Lounge, Friseur; Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLÖ, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.32 Vodafone Shop; Nr.32 Broterbe Gaues; Nr.52 My Way, best of asia; Nr.56 Eiscafe Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 JoCo Friseur; Nr.56 Oberdörffers Apotheke; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic, Elektronik & Hifi; Nr.88 Haarstudio Luro; Nr.90 Margot Randolph, Blumen; Nr.90 Copy As, Nr.92 Hoheluft Feinkundig; Nr.97 Essen + Haushaltswaren Harms; Nr.45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.85 News-Cent Point; Nr.85 News + Cent Point, Schreibwaren/Presse; Nr.119 Funk-Schloss-Notdienst;

Hudtwalckerstraße Nr.8 Dr. Trettin, Neurologie; Nr.16 Paolo, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhaus Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit, Sexdessous; Nr.24 Schwi-Computer, Computer; Nr.24 Moringa, Das Plus an Lebensqualität;

Nr.28 Bobby's Burger; Nr.28 Schamotte, Pizza Suppen Salat; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 Winterhuder (Restaurant & Cafe)

Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse; Nr.19 Nur Hier, Bäckerei; Nr.23 G.Freytag, Hüte; Nr.29 Nine to Five, Shoes & More; Nr.31 Concept Leger, Mode; Nr.33 Effenberger, Bäckerei; Nr.35 Heymann, Bücher; Nr.37 Da Lui, Restaurant;

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

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

Jarrestraße Nr.2 Kampnagel, Internationale Apotheke; Nr.26 H & B, Bäckerei; Nr.26 Kiosk Avanti; Nr.28 Haspa; Nr.42 DUBARA, Döner; Nr.44 Rewe, Lebensmittel; Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 Döner-Queen; Nr.59 Lebensmittel/Imbiss Sultan Arslan; Nr.42 Jarre-Apotheke;

Jungfernstieg Nr.16 City Fresh, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistrot Caffé Gelato; Nr.51 Optiker Bode;

Kaufmannschiuss Brahmsheller, Wein u. Bierstube; Böcker Design Optik, Optiker;

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

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

Kronschiff Nr.15 Wijnhu, Weiner; Nr.33 ON Stage, Training Center;

Krönerstraße Nr.2 Kult Kiosk Mühlenkamp

Länge Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.60 Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1 My Nails, Nageldesign; Nr.23 Georgie Friseursalon; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.29 Bio Company Supermarkt; Nr.47 cafe due; Nr.47 Eiscafe Triboll; Nr.57 Werkhaus, Fashion; Nr.63 Cafe Uhlraub; Nr.67 Vasco da Gama, Restaurant; Nr.73 Weinkauf St.Georg; Nr.83 O' Pote, portugiesische Spezialitäten; Nr.87 Mercado iberico, spanische Lebensmittel; Nr.87 Kiosk 87, Zeitschriften; Nr.87 Alicia Weltmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost-Läuf;

Latzenkamp Nr.4 Lotto + Toto; Nr.6 Elbschön, Friseur; Nr.8 Cafe Memorandum;

Löhweg Nr.28 Queen for a Day, Mode; Nr.28 Cengiz Aydin, Master Hair Stylist; Nr.36 Haarunst, Claudia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Style your Cake, Süßigkeiten; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sannman; Nr.48 Zuckerperle, Mode; Nr.50 UMS Ute Münzer Spies, Make up; Nr.50 die-Fasserie, Wein,Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerlei Harms; Nr.58 Jolie Karla-Maria

Ostersetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner

Änderungsschneider; Nr.31a Cafe Estoril Z; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungsschneider; Nr.43 Askrافي Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst; Britta Gramann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltsstübchen; Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 ANIMAL finearts;

Lenhartzstraße Nr.16 LoBo Frisuren gmbh, Meisterhafte Haargestaltung;

Levantehaus Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren, Bar, Levante, Restaurant; Drössel & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar The Store Shop, Kleidung; Marc O'Polo, Kleidung; Schubbekes Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Tschabal Osterr, Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmets; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Sushi Factory;

Lilienstraße Nr.8 Body Focus GmbH;

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

Löwenstraße Nr.4 Der Löwenschuster;

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

Ludolfstraße Nr.43 Trattoria Campo, Restaurant; Nr.53 Alma Hoppes Lustspiel Haus; **Maria-Louisen-Straße** Nr.92a Edey-Kaesow, Augenarzt; Nr.100 St.Johannis Apotheke; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Luise; Nr.7 Feischerei R.Schuster;

Marinstraße Nr.6 Saadet 's Porrig, Cafe+Schneiderei; Nr.14 Saigon, Restaurant; Nr.64 Edeka Arff im Spektrum am UKE; Nr.11 Neo Cafe;

Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.26 Grundig Couture; Nr.28 Ristorante Da Mario, Pizzeria; Nr.1 Vodafone Shop im Pöseldorf Center; Nr.1 La Scarpa, Boutique; Nr.3 Chocolate Society; Nr.3 Koob & Theissen Immobilien GmbH; Nr.3 Pluto Das Restaurant in der Milchstraße; Nr.3 OLGUN Änderungsschneider; Nr.11

Mittelweg Nr.18 Beyer Klinik; Nr.20 Die 2 Frisuren; Nr.24 La Bottega; Nr.24 Ristorante Torcello, Italiener; Nr.26 six 26, Restaurant/Bar; Nr.30 Hautkultur, High Care; Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138 Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Änderungs Atelier Pöseldorf; Nr.140 Blumenpavillon Pöseldorf; Nr.146 TH 2 Finest Food; Nr.148 Commerzbank; Nr.172 Broders CULINARIUM; Nr.21 Ercan & Kindereit, Schneider; Nr.21 Änderungsschneider, Schneider; Nr.25 Shop Mittelweg; Nr.25 Schanzbäckerei; Nr.27 Il Gelato, Eisdiele und Lattemacchiatto; Nr.31 Bistrot Masur; Nr.31 Curie, Kneipe; Nr.41a Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Hypo Bank; Nr.123 Pöseldorf Apotheke; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopäde; Nr.157 Haspa; Nr.161 Raven, Restaurant; Nr.165 Apotheke Carjell's; Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.173 Blumen Jürs am Mittelweg

Mönkebergstraße Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE; Nr.29 Friseur-Großes;

Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikel; Nr.6a Kaffee elbold, Cafe + Rösterei; Nr.8 Edelsatt, Imbiss; Nr.8 Pittarello, Restaurant; Nr.10b Masana Fashion; Nr.12 Qrito, Restaurant; Nr.12 MAD about Juice; Nr.14 Weinlust Weinhandl; Nr.16 d'Agate, Antipasti etc.; Nr.16 Liman, Fischrestaurant; Nr.16 Die Suppenndule, Imbiss; Nr.18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Vocke; Nr.34 Haspa; Nr.38 AUST Medien GmbH, Lebensmittel; Nr.42 Gerda; Nr.42 Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien; Nr.46 La Padianna; Nr.48 Melano; Nr.54 Trüffel Schwein; Nr.1 Restaurant Paleta; Nr.1 Portici, Restaurant; Nr.3 piu espresso bar; Nr.3 Xocolaterie Hamburg; Nr.13 Adam-Eve, Beauty Lounge; Nr.15 Engelhardt, Reformhaus; Nr.17 Fisch Büttcher, Fischgeschäft; Nr.19 Bonbao, Restaurant; Nr.21 Enjoy it, Eis; Nr.23 Alfa, Reinigung; Nr.29 Tageszeiten, Restaurant; Nr.29 Dr. C. Rosenboom, Zahnarzt; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33 Haspa; Nr.35 Buttico Lindner, Lebensmittel; Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger, Bäckerei; Nr.45 Edeka Niemerszeim; Nr.59 Jacques Weindpot; Nr.59 Fatch Restaurant; Nr.63 Tanzklub, Die Tanzschule;

Mundsburger Damm Nr.24 Esso-Station; Nr.30 Unser Textilerreinigung; Nr.36 Cafe Bäckerei Morgenstund; Nr.36 Outlehouse, Stoffe & Mehr; Nr.52 Aktuell Rollo; Nr.56 HISTORIA Hamburg, Münzen; Nr.35 Randhawa, Blumen; Nr.35 Obst & Geschäft; Nr.37 Gerda Hüsch, Dekoration; Nr.39 Likopol polnische Lebensmittel und Feinkost; Nr.47 Total Station; Nr.51 Tobias Grau, Licht & Raum; Nr.45 Il Nonnino, Ital. Restaurant; Nr.55 Kiosk; Nr.55 Plott, Copy-Shop; Nr.59 Doc Morris, Apotheke; Schuhe; Nr.61 Subway, Imbiss; Nr.63 Double Coffee, Cafe; Nr.65 Unique Mode;

Mundsburger Tower Nur Hier, Bäckerei; ICHIBAN Japanisches Restaurant; Sonnenstudio; nah & frisch- eat & fresh to go; COCOON - Hair, Friseur; Louisiana Restaurant

Nederfeld Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus;

Nr.22 Wibo-Werk, Heizungen; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36 Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.40, Renault, Autohaus; Nr.80 Renault Niederlassung; Hamburg, Autohaus; Nr.98 B.O.C., Fahrräder; Nr.21 Smart, Autohaus; Nr.55 Peugeot, Autohaus; Nr.65 Toyota, Autohaus;

Nederfeld/Offakamp Nr.10 BMW Niederlassung Hamburg;

Neuer Jungfernstieg Nr.9 Hotel Vier Jahreszeiten;

Neuer Wall Nr.42, Cravatterie Hamburg Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.26 Waßmann, Juwelier; Nr.42 Ewigle Lampe; Nr.46 Loro Piana; Nr.50 SOR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.54 habitat, Möbel-Store; Nr.80 JOOP! Store Hamburg; Nr.80 ST. EMILE Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.43 Jill Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.61 Marlies Möller, Friseur; Nr.77 Walter Steiger;

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

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

Osaallee Nr.6 Lieblingsplatz; Nr.6 RR Plus, Friseur;

Papenhuder Straße Nr.24 Hand-Werk, schöne Wolle; Nr.24 Pappenheimer, Wirtscaft; Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscherei-Cafe; Nr.32 Koch- u. Designhaus; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.40 Uhlenhorster Apotheke; Nr.40 Taucherzentrum; Nr.42 Kinderspiel, a little fun; Nr.56 Hanse-Home Immobilien; Nr.58 Blumengeschäft; Nr.25 Lange, Feinwäscherei; Nr.27 Xocolaterie Hamburg; Nr.35 Rexrodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pritsch; Nr.67 Ob&Gemüse; Nr.67 Änderungsschneiderei;

Parkallee Nr.15 Feinkost Sarika;

Poelchaupt Nr.2 Broterbe Gaues; Nr.4 Anne Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden, Maßanfertigung-Änderung; Nr.4 Lotto am Poelchaupt; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.24 Bazaar Boutique; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus Nr.1 Ristorante Salentino; Nr.1 TIP Reifer; Nr.3 Eiscafe am Poelchaupt; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK !Schuhe, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse Lebensservice; Nr.15 Dahler & Company; Nr.17 Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl Heinz Schwartau; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi, Mode; Nr.23 Schmucktochter Carolin Winkler; Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 Hackbarth 's Interlex Studios;

Pöseldorf Center Corner, Mode;

Reihenbauschausee Nr.10 Grand Elysee, Hotel; Nr.48 Brodersen Restaurant; Nr.70 Bolero Restaurant; Nr.70 Dat Backhus; Nr.70 Schönheit am Rothenbaum; Nr.76 Apotheke am Rothenbaum; Nr.76 Bäckerei; Nr.49 Dat Backhus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.101 Cuccina d'Elisa, Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur;

Sandorkai Nr.44 Andronaco

Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar;

Schlanckreye Nr.73 Bäckerei Allah;

Schloßallee Nr.44 Haspa;

Semperstraße Nr.18 Kiosk Forsmannstraße; Kiosk;

Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.42 Marco Hops, Exklusive Damenmode; Nr.90 Alster Textilpflege;

Spitalstraße Nr.2 Niker, Nr.8 priomod; Nr.16 Deutsche Bank; Nr.1 Dat Backhus; Nr.1 Runners Point, Warenhandl; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 WIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser;

Tarpenbuckstraße Nr.56 Praxis f. Krankengymn. & Physiotherapie, Diätke Dörrie; Nr.62 Fahrschule Hoepfner;

Ulmenstraße Nr.2 Le Beau Voisin

Überseeboulevard Nr.2 Kids House & Co, Kindermode; Nr.2 Hafen Sperei; Nr.2 Nbody is perfect; Nr.4 Witzy Knitters, Outlet Hafencity;

Wurgstraße Nr.7 Poldi Imbiss;

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

Winterhuder Marktplatz Nr.2 Le Chic, Friseur; Nr.2 Schuback, Parfümerie; Nr.4 Outlet, Matratzen; Nr.6-7 media@home; Nr.16 D.FWulf, Reformhaus; Nr.16 Viva la Wurst; Nr.1 Krenzfelds, Obstgeschäft; Nr.1 Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARIStA, Asia-Quick restaurant; Nr.5 Curvy Shapes; Nr.17 L. Osteria Haspa, Bank; Nr.37 Apotheke;

Winterhuder Weg Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.114 Kumpfhauer, Cafe Bistrot; Nr.116 Haspa; Nr.20 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.122 Sculp Cut, Friseur; Nr.122 wax, natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold Cafe Bistrot; Nr.144 Haspa; Nr.19 La Pasta Da Vino, Ristorante Italiano; Nr.57 Fruchthaus Bescherer, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Matratzen Concord;

Sharepoint werden unter: Tel.: 040 - 538 34 52

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, v.l.)

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.



Starköchin Cornelia Poletto mit Tochter Paola



Schauspielerin Nina Bott 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-Vorstandssprecher Dr. Harald Vogelsang (r.)

NEUJAHRSPUNSCH

Gettogether in Rotherbaum: Rund 360 Gäste stießen auf Einladung von Hotelier 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 in der Geschichte 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

Dr. Susanne Steinkraus

Skin Treatment

Authentisch - Natürlich - Schön
Die neue Adresse für Ihre Haut

Auf Basis unserer hohen Fachkompetenz und langjährigen praktischen Erfahrung sind wir in der Lage, das gesamte Spektrum der medizinischen und ästhetischen Dermatologie für unsere weiblichen und männlichen Patienten abzudecken. Wir konzentrieren uns auf die gesundheitliche Vorsorge für die Haut genauso leidenschaftlich wie auf Ihre Genesung und Wiederherstellung nach einem Hautleiden sowie auf gewünschte ästhetische Verschönerung. Die dermatologische Kosmetik rundet unser ganzheitliches Konzept ab.

Jungfrauenthal 13
20149 Hamburg

T: 040 / 41 42 32 54
F: 040 / 41 42 32 58

praxis@steinkraus-skin.de
www.steinkraus-skin.de



Dr. med.
Susanne Steinkraus



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

*Dieses Angebot gilt nur bei Abschluss eines 12- oder 24-Monatsvertrages und für ein begrenztes Kontingent. Es ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.