

ALSTER

MAGAZIN

**JETZT
KOSTENLOS
MITNEHMEN**

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

**LOCAL PEOPLE
& LIFESTYLE**

TRAGISCH AKTUELL

AXEL SCHNEIDER MIT
VISIONÄREM THEATERSTÜCK
IN HARVESTEHUDE

„NEUE REIZE“

SO MACHTE SICH
YASMINA FILALI FIT
FÜR NINJA WARRIOR

WAS GEHT?

TIPPS & VERLOSUNG:
VON NOVAS BUCH BIS ZU
TICKETS FÜR „WET“

Herbststyle

LIVING AND FASHION FÜR DEN GOLDENEN OKTOBER



WIR SCHAFFEN WERTE



INDIVIDUELLE HÄUSER –
 HÖCHSTE QUALITÄT

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

Hansa Engel-WERK



BEQUEM

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



BOXSPRING

Handarbeit und feinste Stoffe, verbunden mit höchstem Komfort



ELEGANT

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

EIGENE HERSTELLUNG

Der Name Hansa Engel steht für Schlafkultur in Perfektion. 85 Jahre gewachsene Erfahrung, höchste Qualität, erstklassige Materialien und Verarbeitung lassen Betten und Matratzen entstehen, die ein wellness-mäßiges Schlafergebnis versprechen. Kommen Sie in unsere Ausstellungsräume und überzeugen sich selbst.

FLEXIBEL

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



HÖHENVERSTELLBAR

Variabel für Kopf, Fuß und Hub



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



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

Sex Lügen

VON WOLFGANG E. BUSS



Es scheint, als könnten große Teile der Menschen mit der schönsten Sache der Welt noch immer **nicht** richtig umgehen: Mit **Sexualität**. Bis zum heutigen Tag sind wir mit unserer Lust, Sinnlichkeit und Hingabe **nicht in Balance**. Statt über „liebend-lustvolles Miteinander“ liest man über: Harvey Weinstein, Bill Clinton, Brett Kavanaugh, Ronaldo, katholische Geistliche, Massenvergewaltigung, digitale Pornoflut, Regensburger

Domspatzen, Seitensprung-Portale, Genitalverstümmelungen, BDSM, #Metoo, sexuelle Übergriffe, Kölner Domplatte, Genderwahn, Friedensnobelpreis 2018.

Da läuft doch irgendetwas **schief!** Ausgerechnet jene Kirchenmänner, die über Jahrhunderte zur Sexualmoral predigten und rigide **in die Betten** ihrer Schäfchen hinein redeten, sind selbst üble Triebtäter. Klar, denn Priesterschaft und Zölibat sind sexualwissenschaftlich gefährlicher **Unfug**.

Ist jene **Doppelmoral** und Verlogenheit der Kern des Übels? Ja. Und **Anonymität**: 25 % (!) aller Internet-Suchanfragen drehen sich aktuell um **Pornografie**. 35 % des gesamten Datenverkehrs ist heute pornografischen Ursprungs. Frauen konsumieren etwas weniger als Männer. Auch 40 % aller unserer Kinder suchen Sex im Netz. Dazu zählen boomende „Dating-Portale“, in denen es ausschließlich um schnellen Sex geht. Dabei verändern und beschleunigen sie lediglich, was schon immer da war. Früher haben alle, ob Frauen oder Männer, auf dem Marktplatz, Dorffest oder in der Disco „gedatet“. Die Digitalisierung macht es zusätzlich sichtbar und messbar! Wird eigentlich schneller Sex deshalb gesucht, weil für Beziehung keine Zeit mehr bleibt?

Die Netz-**Anonymität** gepaart mit unserer Doppelmoral sind die Booster des Pornografiekonsums - und der ist so hoch wie niemals zu vor. Und dazu **kontrastiert**, das Menschen, die zu uns einwandern, es ihren Frauen sogar **verbieten**, ihr Haar zu zeigen - oder ihr Gesicht. Um sie zu „schützen“. Mit Kopftuch und Burka gegen die deutschen Schlampen?

Selbst der ehrwürdige **Friedensnobelpreis** 2018 befasst sich mit **sexueller** Gewalt: Beide Preisträger arbeiten zum Thema Opferchutz und Prävention sexueller Brutalität. Massen-Vergewaltigungen als strategisches Werkzeug? Liegt hier ein „Schöpfungsfehler“ vor? Warum bitte kann ein Mann eine Erektion bekommen, wenn er aus **Hass vergewaltigt**? Was ist da in uns Menschen/Männern angelegt? Hunderte von Millionen stimmen heute noch einer Genitalverstümmelung zu, sie schneiden ihren Söhnen aus angeblich „religiösen“ Gründen die Vorhaut ab oder noch abscheulicher, Mädchen mit rostigen Messern die Klitoris heraus. Immer ist ein **gestörtes** Verhältnis zur Sexualität die Ursache. Warum schneidet man den Kindern nicht einen Zeh ab oder ein Ohr? Nein, immer schnippeln die Glaubensbrüder ausgerechnet an den **Geschlechtsorganen** ihrer Kinder herum.

Durch große Teile der Sittengeschichte auf unserem Planeten zieht sich ein gewaltiges Problem. Mit nur **wenigen** lustvollen Ausnahmen. #MeToo ist eine Bewegung, die wütend und diffus auf alles oben Beschriebene reagiert - manche US-Manager fahren seit #MeToo nicht mehr alleine mit einer Kollegin im Fahrstuhl. Ist das die Lösung? Warum hat Sexualität immer etwas so tief **Verlogenes** in unserer Welt? Und scheint restlos verkorkst. Statt wunderschön, liebend, sinnlich zu sein. Weis irgendjemand einen Ausweg für eine bessere Zukunft - oder wird etwa alles noch schlimmer?

BESTSELLER-KOMPLETT-PREIS

Unsere beliebtesten Designer-Markenfassungen zum günstigen Komplettpreis* inkl. Einstärken- oder Gleitsichtgläsern.

PRADA

TED BAKER®
LONDON

GIORGIO ARMANI

EINSTÄRKEN-BRILLE KOMPLETT
189 €*

Abo-Preis:
7,50€ mtl.**

GLEITSICHT-BRILLE KOMPLETT

269 €*

Abo-Preis:
11,00€ mtl.**

* Aktionsangebote ausgenommen.
Gültig bis zum 31.10.2018.
** 24 Monate Laufzeit. 0% Zinsen.

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

SCHEIDUNG - ONLINE - VON ZUHAUSE

Formular: deutsch - englisch - فارسی - 中文

www.Anwaelte-am-Rathausmarkt.de

Alster-Textilpflege

Der Schneider - Der Wäscher - Der Reiniger

Unsere Leistungen

- Änderungsschneiderei
- Spezialreiniger
- Brautkleider
- Mangel/Wäscherei
- Hemden-Service
- Gardinen • Vorhänge
- Polsterbezüge
- Bettdecken • Kopfkissen
- Matratzenbezüge
- Lederreinigung
- Teppichreinigung

Daunendecken

für Einzelbett **28,50 €**

Daunenjacken &
-Mäntel **24,50 €**

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 8.00-19.00 Uhr,
Sa. 8.00-15.00 Uhr

Sierichstraße 30,
22301 Hamburg

Markisen und Sicherheitsrollläden von Atzert & Sohn

- aus eigener Produktion -

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



Rollläden, Markisen, Sonnenschutz
www.rolladenatzert.de, Ahrensburger Str. 66
22041 Hamburg
Tel.: 040/68 91 36 16,
Fax: 040/68 91 34 27

NOTDIENST

IT-Trainer HAMBURG

iPhone iPad TV W-LAN HIFI PC
TRAINING BERATUNG INSTALLATION

Sie haben Fragen zu Ihrem Fernsehgerät, Ihrem neuen Telefon, Ihrem PC/MAC? Sie möchten Ihr Leben aktiv mit moderner Technik gestalten, nur keiner erklärt Ihnen wie diese Geräte zu bedienen sind? Ich erkläre Ihnen die Grundlagen und richte alles für Sie ein, behebe Störungen und optimiere die Funktionalität.

Wie immer gilt : Keine Frage ist verkehrt !

Ich freue mich auf Ihren Anruf unter
040-18123769 oder 0152-21992270



www.it-trainer-hamburg.de info@it-trainer-hamburg.de



Der Maßschuh Hamburg



Das maß-
geschneiderte
Weihnachts-
geschenk!



bekannt
aus Print,
Funk & TV

vor der Reparatur
- nach der Reparatur



Herr Yalçin Dayar

Hauptgeschäft Winterhude

Dorotheenstr. 132
22301 Hamburg
040/49293419

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 9:00 - 19:00
Mi.: 9:00 - 15:00
Sa.: 9:30 - 15:00

Eppendorf

EppendorferWeg 194
20253 Hamburg

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 9:00 - 19:00
Sa.: 9:30 - 15:00

www.massschuh-hamburg.de

INHALT

Oktober 2018

Magazin

3 Kolumne

8 News: Gewinnchancen, Konzerttipps und über ein „nachdenkliches“ Buch

12 Meinungsstark: das **6. Studioalbum der Band SONO**

14 Kammerspiele-Intendant Axel Schneider mit visionärem Theaterstück

16 Geht das zusammen? **TCM und Schulmedizin** - ein spannender Versuch!

18 Gutes tun und Spaß haben: Drei Unternehmer führen eine Charity-Rallye

20 Fitness am Puls der Zeit: **Yasmina Filali und die Lust am Parcours**

22 Inspirationen für einen **goldenen Herbst** - jetzt eindecken

26 Tipp: Entspannt durch den Herbst mit der **Spicy Balance-Massage**

42 What's up in town: 2 Events für den guten Zweck!

Servicethemen

24 Alster med: Warum Lächeln gegen Stress helfen kann

27 Feste feiern: Tipps wie Sie sich Halloween so richtig „schön“ machen können

30 Wintergärten: Grüne Zimmer mit hoher Wohlfühlatmosphäre

31 Sicher wohnen: Einbrechern den Kampf ansagen!

34 Immobilien: Profi-Einrichtungsideen für die neue Wohnung

38 Auto-Welt: Experten diskutierten über Antriebe der Zukunft

39 Kleinanzeigen/Impressum



Halloween lädt zum Basteln ein. Voller Freude den Kürbis aushöhlen, um dann tolle Fratzen hinein zu schnitzen. Und gleichzeitig so richtig schön matschen zu dürfen. Besser geht es nicht.

22

Im stylischen Outfit und mit diesen Farben lässt sich der Herbst drinnen und draußen genießen.



Foto: ESPRIT

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

**TOLLE PROGRAMMIERKURSE
& VIELE FERIENCAMPS**
Neueröffnung – Schnupperstunden bis 04.11.18
CODING - APPS - ROBOTICS
Für 6 - 16 Jährige! Anmeldung unter: logiscool.com

logiscool
Create. Code. Enjoy.

LOGISCOOL ALSTERTAL
Heegberg 10 a gegenüber AEZ
Tel.: 611 98 575 • 0162 96 55 689
hello.alstertal@logiscool.com
f Logiscool Alstertal

Matek **Orient Teppiche MALEK**
Bio-Handwäsche & Reparatur

Wir waschen und restaurieren Ihre Teppiche seit über 20 Jahren fachmännisch.
Kostenlose Abholung!

Herderstraße 42 ♦ 22085 Hamburg
Tel.: 040 - 227 9213
www.orientteppich-malek.de

Praxis-Einrichtungen
Büroeinrichtungen
Empfangstresen
jede Abmessung
und Oberfläche
1500m² Ausstellung

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





WET The Show macht Nasszellen zur Bühne

Vom 20. Oktober 2018 bis 31. März 2019 zeigen wagemutige Akrobaten ihre Kunst in und auf herkömmlichen Badewannen bei „WET The Show“. Im Theater Kehr wieder in der Speicherstadt präsentiert sich spritzige Unterhaltung in imposantem Lichtdesign und extravaganter Soundtrack, nicht zuletzt von WETs leibhaftiger Operndiva in Szene gesetzt. Tickets gibt's unter www.wet-the-show.de von 59€ bis 69,-€ (20% Ermäßigung für Schüler/Studenten), auf Wahl auch zusätzlich mit Menue in Restaurants in der Nähe buchbar. **Wir verlosen 2x2 Eintrittskarten** (ohne Menü). Wer gewinnen möchte, der sendet bis zum 31.10. eine Mail mit dem Stichwort WET an b.schuemann@alster-net.de.



Karten-
Verlosung

Internationale Akrobatik-Stars wie Anton Belyakov und Ximena Ameri zeigen, was mit Wannen geht.



Fotos: Alexander Dacos

SPENDEN- KABARETT

Einmal im Jahr heißt es in **Alma Hoppes Lustspielhaus** „Vorhang auf für das Spendenkabarett“. Diesmal machen die Eppendorfer Kulturmacher am **20. Oktober** um 14.30 Uhr gemeinsame Sache mit dem Lions Club Hamburg-Hoheneichen! Mit dabei für die gute Sache sind Felix Oliver Schepp (skurril-poetische Lieder), Benjamin Eisenberg (Analyst des Zeitgeschehens), Turid Müller (singende Teilzeitrebellin), Werner Momsen (Gesellschaftsbeobachter) und Kabarett Alma Hoppe (bissige Satire). Der Erlös kommt dem Gärtnerhof Stüffel e.V zugute, der seit 25 Jahren jungen Menschen mit Förderbedarf eine Ausbildungs- und Arbeitsmöglichkeit im Gartenbau bietet. Tickets für 20/24 Euro unter **Tel. 555 6 555 6** oder auf www.almahoppe.de



© Michael Hagenmüller

Felix Oliver Schepp bietet skurril-poetische Lieder zwischen Chanson und Klavierkabarett.

Media-Guide für Kids

Für die Ausstellung „**Entfesselte Natur. Das Bild der Katastrophe seit 1600**“ bietet die Hamburger Kunsthalle **erstmalig einen Kinder-Media-Guide in deutscher Sprache** an. Mit dem Gerät in der Hand können Besucher*innen im Alter von **6 bis 12 Jahren** die Ausstellung auf eigene Faust erkunden (ca. 1 Std). Die epochenübergreifende Ausstellung geht der bildlich-künstlerischen Aufbereitung von Naturkatastrophen in über 200 Gemälden, Zeichnungen, Skulpturen, Fotografien und Videoarbeiten nach. Eintritt: bis einschließl. 17 Jahre frei. Der Kinder-Media-Guide ist für 3 Euro im Kassen-Foyer erhältlich. Infos: www.hamburger-kunsthalle.de.



© Hamburger Kunsthalle



Kinder von 6-12 können jetzt einen Media-Guide in der Hamburger Kunsthalle nutzen.

Haspa fördert das diesjährige Krimifestival

Das **Hamburger Krimifestival** ist bereits zum 12. Mal ein Stelldichein hochkarätiger Krimiautoren aus dem in- und Ausland. Hörgenuss und Gänsehaut für die Gäste inklusive.

Ab Dienstag, 6. November, wird wieder **auf dem Kampnagel-Gelände** an der Jarrestraße ermittelt.

39 Schriftsteller geben sich hier quasi die Klinke in die Hand. Ermöglicht wird der Lesemarathon durch eine **großzügige Förderung der Hamburger Sparkasse (Haspa)**.

Ein „kriminelles Vorspiel“ gibt es bereits am Mittwoch, 24. Oktober, im Audimax der Uni: „Psychothriller-König“ Sebastian Fitzek stellt sein neuestes Werk „Der Insasse“ vor. Einen Tag später, am 25. Oktober, lädt die Haspa in ihre Filiale an in der Jarrestraße 28 von 17 bis 18 Uhr zu einer Signierstunde mit dem Rechtsmediziner Prof. Dr. Klaus Püschel und der Gerichtsreporterin Bettina Mittelacher ein. „Der Tod gibt keine Ruhe“ ist bereits das dritte Buch des Duos über spektakuläre Fälle aus der Rechtsmedizin. Wahre Geschichten – spannend und schockierend zugleich. Am 8. November sind die Beiden dann auf Kampnagel zu Gast.

Eröffnet wird das Krimifestival am Dienstag, 6. November, mit den schwedischen Bestseller-Autoren Michael Hjorth und Hans Rosenfeldt, die den Kriminalpsychologen Sebastian Bergmann durch den Saal K6 schicken. Einen besonderen Ohrenschaus bietet der Produzent und Sprecher Oliver Rohrbeck (deutsche Stimme von Justus Jonas aus der Krimireihe „Die drei ???“): Am Freitag, 9. November, leiht er den „Alster-Detektiven“ in einer Vormittagslesung für Kinder seine Stimme. Einen Tag später gestaltet er zusammen mit Kollegen das große Live-Hörspiel „Der Hexer“ von Kult-Klassiker Edgar Wallace. Gerade eine solch aufwendige und teure Produktion wäre ohne die Unterstützung der Haspa nicht möglich gewesen, wie die Programmleiter Volker Albers und Harald Butz betonen.

„Die emsigen Veranstalter von den Heymann Buchhandlungen, dem Literaturhaus und dem Hamburger Abendblatt haben wieder einmal ein exzellentes kriminalistisches Gespür bewiesen“, lobte Frank Ennen, Regionalleiter Uhlenhorst-Winterhude bei der Haspa. Deshalb habe man die Veranstaltungsreihe gern wieder unterstützt. Er wünscht den Besuchern „genau die richtige Menge Adrenalin für fünf Tage voller Nervenkitzel“. In den Haspa-Filialen in Als-



Oliver Rohrbeck (rechts) leiht nicht nur „Justus Jonas“ von den „Drei ???“ seine Stimme. Er ist auch Regisseur und Produzent der Krimi-Hörspiele „Die Alster-Detektive“, deren Hörbücher er auf dem Foto beim Krimifestival signiert. Dort spricht er den Vater von Detektivin Johanna. Mit seinem Team steht er beim Live-Hörspiel „Der Hexer“ am 10. November auf der Kampnagel-Bühne.

terdorf, Winterhude und Uhlenhorst gibt es übrigens ein Gewinnspiel zum Krimifestival, bei dem Tickets für das Live-Hörspiel und signierte Bücher zu gewinnen sind. Außerdem sind Haspa-Mitarbeiter beim Finale am Sonnabend, 10. November, mit einem Stand auf Kampnagel präsent.

Eintrittskarten können in den Heymann Buchhandlungen, in der Abendblatt-Geschäftsstelle am Großen Burstah 18 – 32 sowie online auf der Website www.krimifestival-hamburg.de erworben werden. Weiteren Infos sind dort sowie im 76-seitigen Programmheft zu finden, das kostenlos an den Vorverkaufsstellen und in den Winterhuder Haspa-Filialen ausliegt.



Präsentiert am 9.11. um 18.30 Uhr ihr „Best of Bodenstein“ auf Kampnagel und gibt Einblick in den kommenden Thriller: Nele Neuhaus.

Haspa-Filiale in Winterhude wird umgebaut

Die Haspa-Filiale am Winterhuder Marktplatz 21 d bleibt vom 2. bis 19. November geschlossen, da sie zu einem Nachbarschaftstreff umgebaut wird. In dieser Zeit sind Geldautomaten und Kontoauszugsdrucker zugänglich. In der SB-Zone stehen Mitarbeiter für Fragen zur Verfügung. Die Berater arbeiten währenddessen an benachbarten Standorten. Filialleiter Ole Steffen und sein Team feiern am 20. November von 9.30 bis 18 Uhr mit ihren Kunden die Wiedereröffnung.

Bundesliga-Finale auf der Alster



Das Finale der 1. Segel-Bundesliga findet in diesem Jahr wieder in Hamburg statt – vom 18. bis zum 20. Oktober. Einer der 18 teilnehmenden Segelclubs wird dann nach insgesamt 6 „Spieldagen“ und 423 gesegelten Wettfahrten zum Deutschen Meister gekürt! Nach 5. Regatten führt der Vorjahressieger und dreifache Champion, das Team des Norddeutschen Regatta Vereins. Auf dessen Gelände, Schöne Aussicht 37, wird es am 19. und 20. 10. ein „PublicViewing“ der Wettfahrten geben. Segelbegeisterte und die, die es werden wollen sind herzlich willkommen, die Aktion auf dem Wasser „hautnah“ zu erleben. Mehr Infos gibt es auf www.segelbundesliga.de

Gewann in Tutzing und ist Favorit auf der heimischen Alster: das Team des Wassersport-Verein Hemelingen um Steuermann Carsten Kemmling (2017 noch für NRV).

Forum Ohlsdorf



Tag der offenen Tür

info-messe happy END

VORSORGE / PFLEGE / STERBEN / BESTATTEN

Sonntag, 11.11.2018
11 bis 17 Uhr

Fuhlsbüttler Str. 758 ♦ 22337 Hamburg

www.happyend-messe.de

Abschluss in Harvestehude



Spielt im November im Logensaal der Kammerspiele: der Harvestehuder Singer/Songwriter Julian Sengelmann.

Regelmäßig laden die Macher des Logensaals zum „**GROOVY TUESDAY**“. Am **27. November** gibt in der Konzert-Reihe der Sänger, Schauspieler, Moderator, Theologe, Vater und Autor **Julian Sengelmann** (ja, der Mann ist fleißig) um 20.15 Uhr seinen feinfühligsten Deutsch-Pop zum Besten. Zu hören sind Songs des aktuellen Albums „13“ und sicherlich auch „Feier dich selbst“. Der Song war im Sommer ein großer Hit. Karten gibt es für 12,50€ an der Kasse, über **Tel. 040 41 33 44 0** und auf www.hamburger-kammerspiele.de



Auch heute modernisiert Carlo von Tiedemann noch regelmäßig bei NDR 90,3.

GEBURTSTAGSSPECIAL

FÜR CARLO!

Am 20. Oktober feiert Kultmoderator Carlo von Tiedemann seinen 75. Geburtstag. Grund genug für den NDR einem seiner dienstältesten Moderatoren ein eigenes Geburtstags-special zu widmen. Um kurz nach Mitternacht geht es **am 20.10. von 0.15 Uhr bis 1.15 Uhr** eine geballte Stunde um den Werdegang des beliebten NDR-Urgesteins, das seine Karriere 1971 beim Norddeutschen Rundfunk begann und seitdem in etlichen TV- und Hörfunk-Projekten mitgewirkt hat. Im Film kommen neben seinen vier Kinder und einer Enkelin auch zahlreiche Freunde und Wegbegleiter des Moderators zu Wort.

Programmieren für Kids

Die erste **Logiscool** in Deutschland hat gerade in Hamburg ihre Pforten geöffnet – im Heegbarg 10a in Poppenbüttel. Dort können 6- bis 16-Jährige vereinfacht und spielerisch programmieren lernen – in verschiedene Kursen oder Camps, z.B. für Minecraft, Scoolcode, Robotics oder Webdesign. „In den Kursen wird nicht nur am Laptop herumgespielt sondern wirklich programmiert und ganz ‚cool‘ das mathematische Denken gefördert“, erklärt Phillip Rosen, Leiter Logiscool in Hamburg. Mehr Infos: **Tel. 0162 96 55 689** und **www.logiscool.com**



Bringt seit kurzem in Hamburg Kindern und Jugendlichen das Programmieren bei: Phillip Rosen.

Freier Eintritt ins Markk

Ab sofort bietet das **Museum am Rothenbaum** **donnerstags von 16 bis 21 Uhr freien Eintritt** an. Während der langen Öffnungszeiten werden die Ausstellungen und das weitere kulturelle Angebot des Hauses einem breiten Publikum zugänglich gemacht, darunter auch berufstätigen MuseumsbesucherInnen. Bisher konnte das Museum freitags ab 14 Uhr umsonst besucht werden. Weitere Infos unter: **www.markk-hamburg.de**



inkl Salatbuffet

- Spare Ribs** € 14,90
- BBQ Grill** € 19,90
- Garnelen** € 24,90

Montag - Samstag / ganztägig (bis Ende November 2018)

Großneumarkt 58, 20459 Hamburg

Tel.: 040 608 672 75

www.RIO-GRILLBAR.com



ENDLICH ENTSPANNT ZUR WUNSCHFIGUR!



Das **Medizinische Präventions Centrum Hamburg (MPCH)** bestätigt:

Ein gezielter Abbau von Fett an den Problemzonen funktioniert mit **HYPOXI®**

Weitere Infos in unseren vielen Kundenstimmen unter: **www.hypoxistudios-hamburg.de**

GUTSCHEIN

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

Für Neukunden, gültig bis 20.11.2018

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



Foto: Anna-Lena Ehlers

Preisverleihung für die digitalste Stadt. Wien gewinnt. Dr. Andreas Mattner, Alexander Otto und Vertreter der Stadt Wien (v.r.)

Hamburg muss **viel lernen!**

Die von Unternehmer und Mäzen Alexander Otto gegründete Stiftung „Lebendige Stadt“ hat Dortmund und Wien als „digitalste Städte“ ausgezeichnet. Gesucht wurden Projekte, die Vorbild- und Nachahmungscharakter für andere Städte und Kommunen haben. Die Preisverleihung fand mit rund 350 Gästen im Potsdamer Orangerieschloss statt, die im Rahmen des Klimakongresses der „Lebendigen Stadt“ stattfand. Kommunen müssen für ihre Bürger „Vorbilder“ sein, zum Thema Klima ebenso wie Verkehr. Schlechtes Beispiel Hamburg: Es schaffte ohne Not seine bestehende E-Mobilität (Straßenbahnen) ab und beließ seinen Flughafen mitten in Wohngebieten.

Über eine unterschätzte ERKRANKUNG

Laut Statistik erkrankt jeder fünfte Deutsche einmal in seinem Leben an einer behandlungsbedürftigen Depression. Eine ernstzunehmende und folgenschwere Erkrankung, die auch die Menschen im Umfeld, insbesondere die nächsten Angehörigen, betrifft. Auch **Moderatorin und Schauspielerin Nova Meierhenrich**. Ihr Vater litt über ein Jahrzehnt an dieser tückischen Krankheit. Am Ende wählte er den Freitod. Mit großer Offenheit berichtet Nova Meierhenrich über diese Zeit. Ergänzt durch Beiträge von Dr. Mazda Adli, einem führenden Depressionsforscher, soll das Buch für die Erkrankung sensibilisieren, mit Vorurteilen aufräumen und Aufklärung leisten. **Nova Meierhenrich, Wenn Liebe nicht reicht, Softcover, Edel books, 17.95 Euro**



© Karlin Schöning

Möchte Mut machen und Betroffenen die konkrete Hilfestellung bieten, Nova Meierhenrich.

**NEU IN
ROTHERBAUM**

Zahnarzt-Zwillinge

Dr. Thomas Bethke und Dr. Steffen Bethke haben die Praxis „**identical - Zahnheilkunde & Prophylaxe**“ in der Rothenbaumchaussee 5 eröffnet - „privat und alle Kassen“. Schwerpunkte dieser Praxis sind die ästhetische Zahnmedizin, Sportzahnmedizin, Implantologie sowie Parodontitis und periimplantären Erkrankungen. Dank der CEREC-Methode wird Zahnersatz in nur einer Sitzung hergestellt. Ein hochmodernes Mikroskop wird bei allen Wurzelbehandlungen eingesetzt. „In unserer Wohlfühlpraxis bieten wir professionelle Zahnheilkunde, modernste Technik sowie gut ausgebildetes und fürsorgliches Personal. Unsere Berufung ist es, Menschen zu helfen und zu heilen. Ihr Wohlbefinden liegt uns am Herzen, denn Ihre Gesundheit und Ihre Zufriedenheit sind unsere besten Referenzen“, erklären Dr. Thomas Bethke und Dr. Steffen Bethke. Weiterer Pluspunkt der Praxis, sie kann ihren Patienten exklusive Parkmöglichkeiten in einem öffentlichen Parkhaus gegenüber anbieten. „Rufen Sie uns gerne an. Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserer Praxis!“ Sprechzeiten: Mo. bis Fr. 7:30 - 19:30 Uhr und samstags nach Vereinbarung! Mehr Infos gibt's unter **Tel. 040 41917788** und auf **www.identical-praxis.de**



Zwillinge führen gemeinsam eine Zahnarztpraxis: Dr. Thomas Bethke und Dr. Steffen Bethke (r.) - einmalig und neu in Hamburg!

„Zahnärzte aus Leidenschaft, ab sofort für Sie da!“

Neu in der Rothenbaumchaussee 5: „identical - Zahnheilkunde & Prophylaxe“

Tschentscher und die Länderchefs

Hamburg hat turnusmäßig für ein Jahr den Vorsitz der Konferenz der Regierungschefinnen und Regierungschefs der Länder übernommen, die auch als Ministerpräsidentenkonferenz (MPK) bezeichnet wird. Aus diesem Grund empfängt Bürgermeister **Peter Tschentscher alle Länderchefs vom 24. bis zum 26. Oktober** in der Stadt, um über die aktuellen Themen der Politik in Deutschland zu beraten. Hamburg hat als Thema die Digitalisierung der Verwaltung angemeldet. Infos: www.hamburg.de/mpk



Foto: Jonas Bormann

Hat Ende Oktober Deutschlands Länderchefs zu Gast: Bürgermeister Peter Tschentscher.

Theater in Winterhude

Neun Tage frei: Was nach purer Erholung klingt, entpuppt sich im Laufe der gleichnamigen Komödie, die am 16. November ihre Premiere in der Komödie Winterhuder Fährhaus feiert, als fatale Fehlplanung. Familienvater Joe möchte seiner Frau Maria eine Auszeit gönnen. Er kümmert sich um alles, während seine Gemahlin in Barcelona weilt. Als plötzlich auch noch Joes beste Freunde mit ihren Frauen nach Spanien reisen und Joe zuhause alleine auf alle Kinder aufpassen muss, ist das Chaos perfekt.

Tickets und Infos: www.komodie-hamburg.de

Meike Harten wirkt als Gattin Yvonne in der Komödie mit.



© Olaf Deharde

LA MADERA
RESTAURANTE

... für Stimmungsvolles Feiern

Mehr Infos zu Räumlichkeiten, Speisen und Preisen unter www.la-madera.de/feiern

Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg
Tel.: 040 / 380 76 165 - Fax: 040 / 380 76 164
www.la-madera.de

Don Kosaken Chor Serge Jaroff®
Leitung Wanja Hlibka

Karten bei: **GERDES** Konzertkasse

040-440298

Weihnachtskonzert
Sonntag, 23.12.18, 18 Uhr
Laeiszhalle-Musikhalle Hamburg



droste
markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

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

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

meiendorfer mühlenweg 21
tel.: 040 - 300 607-40

www.markisen-droste.de



FACHBETRIEB
Rolladen- und
Sonnenschutz-
techniker-
Handwerk



Martin Weiland, Lennart A. Salomon und Florian Sikorski (v.l.) sind SONO und machen seit über 16 Jahren erfolgreich melancholischen, tanzbaren Synthie-Pop.

Aussagekräftiges Zufallsprodukt

Eigentlich wollte **SONO** „nur“ einige Singles produzieren. Aber der **Uhlenhorster Martin Weiland** und seine beiden „Band-Kollegen **Lennart A. Salomon** und **Florian Sikorski** haben dabei so viel Material produziert, dass daraus das 6. Studioalbum des Trios wurde: **HUMAN**.

Der Titel ist Programm, er entstammt der Singleauskopplung „Somewhere Beyond The Sea“. „Das klingt ganz hübsch und romantisch, es geht aber um die Geschichte eines Flüchtlings auf dem Mittelmeer“, erklärt Martin Weiland ernst. Die Band beschäftigt das Thema Flüchtlingsstrom stark. „Der Song endet mit den Worten ‚... human ... we are still human.‘ Eine wichtige Aussage. Und deswegen darf nicht in Frage gestellt werden, ob Personen, die in Seenot oder am Sterben sind, gerettet werden dürfen. Wir sind alle Menschen und jeder sollte sich um jeden kümmern. Das klingt pathetisch, aber so ist es nun einmal. Um das in Erinnerung zu rufen, entstand die Single.“
Übrigens in enger Kooperation mit „Sea-Watch e.V.“, einer gemeinnützigen Initiative, die sich der zivilen Seenotrettung von Flüchtenden an Europas Grenzen verschrieben hat. „Die Einnahmen der Single gehen komplett an ‚Sea-Watch‘. Dafür durften wir für unser Video Filmausschnitte der Initiative nutzen. Man kennt ja Bilder aus dem Fernsehen, es geht noch viel heftiger. Das ist extrem bedrückend.“ Die Bilder des sehenswerten und sehr düsteren Videos – das einen nicht meinungslos zurücklassen wird – passen zur melancholischen Musik der drei. „Privat sind wir sehr fröhliche Menschen, lachen viel und haben jede Menge Spaß zusammen. Aber fröhliche Musik machen, das können wir irgendwie nicht.“
Tanzbar war – nicht umsonst hat ihr Track „Keep Control“ 2001 die #1 der amerikanischen Billboard Dance Charts erreicht – und ist

ihre Synthie-Pop-Musik aber geblieben. Zum Glück für die Fans in 10 neuen Songs, satt nur einiger Singles. „Das wäre in den heutigen Streaming-Zeiten ein wenig dem veränderten Hörverhalten der Menschen geschuldet gewesen. Aber wir wissen, dass viele unserer Fans keine Playlisten mögen, sondern klassische Albumkäufer sind. Außerdem wollten wir auf Tour gehen. Die aber nur auf wenigen Singles, statt auf einem neuen Album fußen zu lassen, fanden wir nicht so schön. Schließlich möchte man ja auch viel Neues auf die Bühne bringen.“ Dafür bedürfe es eines Longplayers, zumal sie auch viel Neues zu erzählen gehabt haben, so der Uhlenhorster. „Aber wir sind keine Weltverbesserer und beziehen uns nicht nur auf Weltpolitik, sondern auch auf Privates“, so Weiland. Dabei hatten sie erstmals so richtig freie Hand. Weil SONO die neue Scheibe mit eigenem Label selbst herausgebracht hat und weil sie aus musikalischen Gründen keine Kompromisse eingehen, oder mögliche Erwartungshaltungen erfüllen wollten. „Wir haben 1 zu 1 unsere Ideen von Sound, Produktion und Songwriting umgesetzt.“

Kai Wehl

TIPP:

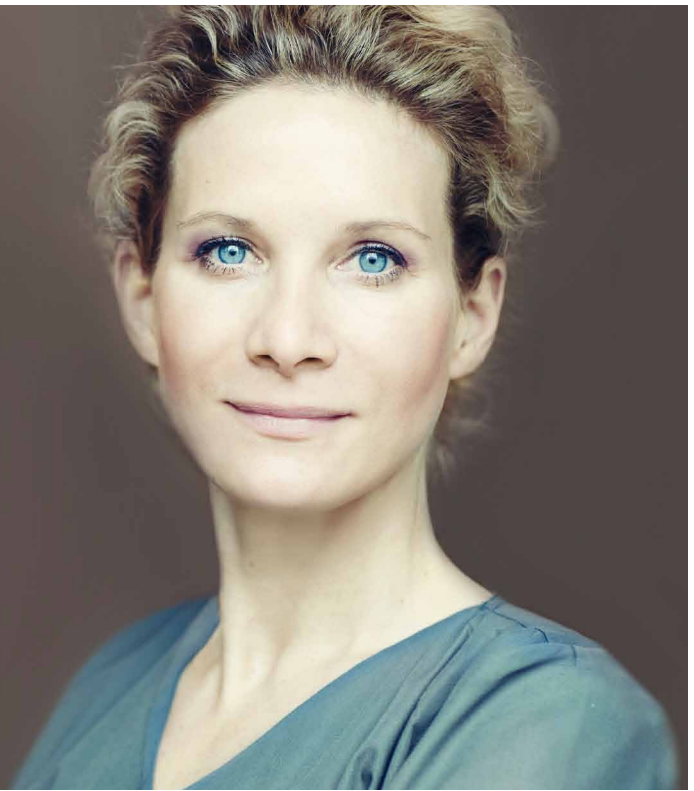
Am 12. Oktober kommt das 6. Studioalbum von SONO raus. Infos gibt es hier: www.sono.fm



Dr. Susanne Steinkraus Skin Treatment

Prävention, Protektion und Behandlung - Alles für die
Gesundheit, Schönheit und Verjüngung der 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 ge-
wünschte 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



Lars Tammme

Frischemarkt
Wandelhalle

Frischemarkt
in der Airport-Plaza

Frischemarkt
im Bahnhof-Altona

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





Das Stück „Lebensraum“ - Deutschland soll als Wiedergutmachung für den Holocaust 6 Millionen Juden aufnehmen - feiert am 17.10. Wiederaufnahme im Logensaal. Weitere Termine: 17.10./9.11./20.12. Mehr Infos sowie Tickets: **Tel. 040 41 33 440, www.kammerspiele-hamburg.de**.

Wenig Schauspieler mit zahlreichen Facetten: „Lebensraum“ kommt mit lediglich drei Darstellern aus, zwei von ihnen sind Dirk Hoener und Frank Roder (r.).

Im Sinne der Sache

Wenn der Bundeskanzler rund sechs Millionen Juden nach Deutschland einlädt, kann dies ungeahnte Folgen mit sich bringen. Welche, das zeigt das Stück „Lebensraum“, dass am 17. Oktober Wiederaufnahme im **Logensaal** in den Hamburger Kammerspielen feiert. Wir sprachen mit **Intendant und Regisseur Axel Schneider** über die Angst vor dem Fremden und eine aufgeklärte Gesellschaft.

Alster Magazin: Was hat Sie dazu bewegt, dass Stück noch einmal auf die Bühne zu bringen?

Axel Schneider: Die ersten Aufführungen waren bereits sehr erfolgreich. Uns ging es jedoch die ganze Zeit um die Sache und nicht so sehr darum, ob sich das Ganze wirtschaftlich tragen würde. Von daher spürt man auch den Geist dahinter, dieses Anliegen auch wirklich in einer künstlerisch hoch ansprechenden Form herüberzubringen. Das war sozusagen der ausschlaggebende Grund.

Sie sagen, es ging Ihnen um die Sache. Im Stück kommen Neubürger aus verschiedenen Teilen der Welt ins Land und die anfängliche Welle der Hilfsbereitschaft droht zu kippen. Spielen Sie damit auch auf die momentan vorherrschende gesellschaftliche Situation in Deutschland an?

Politische Motive dürfen nicht die alleinige Triebfeder für Theater sein. Deshalb geht es bei uns auch um etwas Grundsätzliches. Das Stück stellt eine Hypothese auf, die ich schlicht und ergreifend genial finde. Israel Horowitz hat „Lebensraum“ bereits 1996 geschrieben, weshalb sein Werk geradezu visionär daherkommt. Dass man das auf die heute in Deutschland vorherrschenden Verhältnisse beziehen kann, steht für sich und ist vielleicht sogar traurig. „Lebensraum“ behandelt ja nicht nur den Antisemitismus, sondern auch das Thema Migration und führt diese beiden Bereiche quasi zusammen.

Spielt der Antisemitismus in der heutigen Debatte denn überhaupt noch eine Rolle?

Gefühlt geht es generell um das Fremde. Wer von den Menschen, die jetzt beispielsweise in Chemnitz am lautesten schreien, beschäftigt sich denn inhaltlich mit dem Islam? Es geht bei den Diskussionen ja größtenteils nicht um eine wissenschaftliche Debatte, sondern in erster

Linie um Vorurteile, Angst und Rebellion gegen das Fremde an sich. Letzten Endes handelt es sich also um dieselben niederen Instinkte, die auch schon zu Zeiten des Nationalsozialismus geschürt wurden.

Woher rührt aus ihrer Sicht dieses grundlegende Problem mit dem Fremden?

Es handelt sich wahrscheinlich um eine Durchmischung. Zum einen ist es die Angst, dass das, was man hat, genommen oder in Frage gestellt werden könnte. Zum anderen geht es sicher auch um eine Form der Machtdemonstration, die im schlimmsten Fall bis ins Physische hineingehen kann. Am Gefährlichsten ist allerdings das unterschwellige Gedankengut, was da langsam wieder hochkommt. Dagegen müssen wir mit aller Macht angehen.

Israel Horowitz sagte vor gut zweieinhalb Jahren über sein eigenes Stück, man könne auf einer deutschen Bühne keine Juden spielen, weil sich das Publikum durch die Konfrontation mit dem Holocaust möglicherweise unwohl fühle. Welche Erfahrungen haben Sie mit dieser Thematik gemacht?

Ich kenne Israel Horowitz persönlich. Bei der Erstaufführung im Januar war er sogar zu Gast. Allerdings würde ich ihm in Zusammenhang mit diesem Zitat widersprechen. Ganz im Gegenteil glaube ich, dass Deutschland im Umgang mit der Aufarbeitung des Holocausts wirklich Großes geleistet hat. Man muss nur auf andere Theaterbühnen schauen, um zu sehen, wie offensiv und allumfänglich mit dieser Zeit umgegangen wird. Jetzt, wo die Zeitzeugen nicht mehr gefragt werden können, müssen wir aufpassen, dass das Ganze nicht zusehends verharmlost wird.

Jonas Bormann





„Mit einem Schiffsboden Parkett bekommen Sie eine sehr schöne Optik zu einem attraktiven Preis besonders für kleinere Räume“
TORBEN GRELCK
 ABTEILUNGSLEITER BODENBELÄGE

Parkett auf 1000 m² Ausstellung
Verlegung durch eigene Parkettleger



Unser Team
 – für schönes Wohnen




„Fischgrät-Parkett weckt schöne Erinnerungen an klassische Wohnbereiche und besticht durch seine zeitlose Eleganz.“
STEVE FÖRSTER
 FACHBERATER PARKETT

STARK IST MEIN ZUHAUSE

Teppich Stark GmbH & Co. KG
 Poppenbütteler Bogen 94
 22399 Hamburg

040 - 611 66 80
 info@teppich-stark.de
 www.teppich-stark.de

ÖFFNUNGSZEITEN
 Mo-Fr 9.00-18.30 Uhr
 Sa 9.00-16.00 Uhr



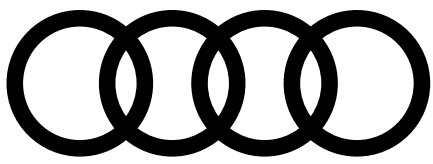

AXEL, WIR BRAUCHEN KEIN DEO MEHR!

FÜR IMMER FRISCH MIT miraDry

Ein Traum wird wahr: Wir von Goldbek Medical befreien ihre Achseln von Schweiß, Geruch und Haaren mit der schonenden miraDry®-Behandlung.
Ganz ohne Chemie oder OP. Mehr Infos und Beratungstermine unter:
 040-80 600 100 oder info@goldbek-medical.de.

GOLDBEK MEDICAL

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



Der Audi A3 Sportback für

179,- €

Unser attraktives Leasingangebot für Businesskunden¹: z.B. der **Audi A3 Sportback sport 35 TFSI 110 kW (150 PS) S tronic**

Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 6,4; außerorts 4,4; kombiniert 5,2-5,1; CO₂-Emission g/km: kombiniert 117, Effizienzklasse: Euro 6d-Temp

Jährliche Fahrleistung: 10.000 km, Vertragslaufzeit: 48 Monate, Sonderzahlung: € 0,-, mtl. Leasing-Rate¹: € 179,-

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes. ¹Angebot der Audi Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH (Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig). Gilt nur für Gewerbetreibende, die das Gewerbe mindestens 6 Monate betreiben und ohne gültigen Großkundenvertrag bzw. die in keinem Großkundenvertrag bestellberechtigt sind sowie selbstständige Freiberufler und selbstständige Land- und Forstwirte. Die individuelle Höhe der Leasingrate kann abhängig von der UPE, Laufleistung oder vom Nachlass variieren. Individuelle Abweichungen möglich. Bonität vorausgesetzt. Angebot zzgl. MwSt., zzgl. Überführungs- und Zulassungskosten.

Hotline: 040/54800-222

In einem Klick zum Audi A3:

www.hamburg.audi/A3aktion.html

Fotos: HanseMerkur/Michaela Kuhn

TCM am UKE

Chinesische M meets Sch

Das TCM (Traditionelle Chinesische Medizin)-Zentrum am **UKE** bietet seit kurzem ein berufsbegleitendes Postgraduierten-Studium für Ärzte an. Die Absolventen erhalten nach Abschluss einen Titel von der **Shanghai TCM-Universität**. Wir wollten wissen, **wie TCM und westliche Medizin zusammenpassen** und sprachen darüber mit **Dr. Sven Schröder**, Neurologe und Leiter des HanseMerkur-Zentrum für TCM am UKE.

Alster Magazin: Im TCM-Zentrum soll Forschung und Lehre betrieben werden. Wie stellen Sie sicher, dass die Nachweise wissenschaftlich geführt werden?

Dr. Sven Schröder: Die Forschungsprojekte werden alle in enger Zusammenarbeit mit Instituten und Kliniken des UKE durchgeführt. Dies stellt die Qualität der Studien sicher, naturwissenschaftlichen Standards werden eingehalten **Ein bereits vielfach bekannter Teil der TCM ist die Akupunktur. Es tauchen immer wieder Studien auf, die besagen, dass Akupunktur nur sehr begrenzt wirkt, auch soll es egal sein, wohin die Akupunkturnadeln gestochen werden. Ist das „chinesische Körpersystem“ mit seine Meridianen und Punkten so gar nicht nachweisbar?**

Akupunktur ist eine der meistuntersuchten Schmerztherapien. Eine Reihe von Studien liefern Hinweise auf einen spezifischen Effekt der Akupunktur. Eigene Studien geben erste Hinweise über den Mechanismus der Akupunktur im Zentralen Nervensystem, es kommt zu einer veränderten Kommunikation schmerzrelevanter Regionen.

Ist eine der bekanntesten Anwendungen der TCM im Westen: das Setzen von Akupunkturnadeln. Ebenfalls bekannt: Moxibustion, eine lokale Gewebserwärmung (unten).



edizin ulmedizin.

In der Chinesischen Medizin gibt es außer Akupunktur auch Moxibustion (Gewebserwärmung) sowie die pflanzliche Arzneitherapie. Wird auch hier nach naturwissenschaftlichen Methoden geforscht?

Ja, in gleichem Maße wie bei der Akupunktur. Das Ziel der Moxibustion ist es, eine Gewebserwärmung zu erreichen und damit die lokale Mikrozirkulation (Feindurchblutung) zu erhöhen. Wenn der aus chinesischem Beifusskraut bestehende Moxakegel auf eine Akupunkturnadel gesetzt wird, kann man auch in der Tiefe erwärmen.

Die Chinesische Arzneipflanzen verordnen wir nur über deutsche Apotheken. Gerade bei chronischen Erkrankungen wie rheumatische Erkrankungen, Asthma, Erschöpfung, entzündliche Darmerkrankungen, gynäkologischen Erkrankungen u.a. haben wir sehr gute Effekte, die mit klassischen Medikamenten nicht erreicht werden. Die Therapie ist aber nie alternativ, sondern immer komplementär zur westlichen Behandlung. Wir raten also keinesfalls, die westlichen Medikamenten abzusetzen, aber die zeitgleiche Therapie mit Kräutern erhöht häufig den Gesamt-Effekt und hilft oft, nebenwirkungsreiche Medikamente wie z.B. Kortison sukzessive einzusparen.

Erstatten oder bezuschussen die gesetzlichen Krankenkassen die TCM Behandlungen?

Die gesetzlichen Krankenkassen dürfen nach Entscheidungen des Bundesausschusses die Akupunkturbehandlungen für chronische Rückenschmerzen und für Kniearthrose übernehmen. Die Aufgabe eines Zentrums für Forschung, Therapie und Lehre liegt gerade darin, die Behandlungen auf seine Wirksamkeit zu überprüfen. Unwirksame Überlieferungen werden verworfen und sinnvolle Ergänzungen zur westlichen Medizin gefördert. In Anbetracht der extremen Beliebtheit der Methoden der Chinesischen Medizin in der Bevölkerung, müssen Qualitätsstandards in der Ausbildung geschaffen werden. Patienten können es aktuell oft erst im Nachhinein beurteilen, ob sie bei einem schlecht ausgebildeten TCM-Therapeuten landen oder ein seriöses Angebot vorliegt. Hierzu soll das Studium langfristig einen Beitrag leisten.

Weitere Informationen zu dem Studiengang gibt es unter www.tcm-am-uke.de

Komödie passt immer!



Stars hautnah!



KOMÖDIE
WINTERHÜDER
FÄHRHAUS

k

(040) 480 680 80
www.komoedie-hamburg.de

Charity-Rallye-Fahrer



Hamburger Unternehmer und „Hansebuben“: Bernd Neitzel, Albrecht Sass und Joy-Patrick Vellguth (v.l.)

Drei Hamburger Freunde, eine verrückte Idee und ein Ziel: **Joy-Patrick Vellguth, Bernd Neitzel, Albrecht Sass** – alias die „Hansebuben“ – wollten die **Rallye „European 5000“** mitfahren und **für drei Charity-Projekte Geld sammeln** – „um die Welt ein Stück besser zu machen“. Es hat geklappt!

Ein mindestens 20 Jahre alter Wagen ohne Navigationsgerät. Das war die Grundvoraussetzung für die Rallye „European 5000“, die neben dem Spaß vor allem ein Ziel hat: die Teilnehmer sollen Geld für soziale Projekte sammeln. „Die Idee mit Freunden in 12 Tagen durch 10 Länder Europas, über die höchsten Pässe der Alpen und Pyrenäen zu cruisen und das auch noch für den guten Zweck, fanden wir drei so reizvoll, dass wir Anfang des Jahres das Team ‚Hansebuben‘ gegründet und uns angemeldet haben“, erklärt Joy-Patrick Vellguth, Geschäftsführer bei Dahler & Company im Poelchaukamp 15. Für das Abenteuer wurde ein 20 Jahre alter Mercedes E 320 T mit 230.000 km auf der Uhr für 2.400€ gekauft und für weitere 1.000€ fit gemacht. Drei Monate vor dem Start Anfang September, wurde dann fast Tag und Nacht viel Zeit in das Projekt investiert. Keine leichte Aufgabe für drei Freiberufler, die Unternehmen leiten: „Aber der Charitygedanke war uns sehr wichtig und wir haben intensiv Spenden mittels verschiedener Sponsorenpakete akquiriert. Es wurden Renn-Overalls und T-Shirts mit Logos bestickt sowie Logo-Aufkleber für den Wagen angefertigt. Wir wollten unsere Sponsoren überall verewigen. Das haben wir von allen Teilnehmern am professionellsten betrieben“, erklärt Vellguth. Klar, dass sein Dah-

ler & Company-Shop ebenfalls als Hauptsponsoren aufgetreten ist. Es hat sich gelohnt, fast 14.000€ kamen zusammen, die zu gleichen Teilen an die Projekte „Von Anfang an“, „Sonnenenergie für Westafrika“ und „Boje“ gehen. Ein toller Erfolg und dann war da ja noch die Rallye, die für die drei Urlaub war. „Wir haben es ruhig angehen lassen“, es war ja auch unser Urlaub. Von München aus ging es 5.000 km weit, bis nach Amsterdam. „Es war eine tolle Zeit, in der wir schöne Landschaften erlebt haben und viel Spaß zusammen hatten.“ Und in der die drei eine alte Erfahrung neu erleben durften: fahren nach Karte. „Das ist besser als man denkt, denn es lässt einem Freiheit den Weg zu bestimmen.“ Es gab nämlich kaum zeitliche Vorgaben, sondern nur die Zielorte. Wie man die erreicht, egal. Was es aber gab, viele Aufgaben, die erledigt und fotografisch festgehalten werden mussten. Das gab Punkte. Am Ende fehlten nur 3 auf Platz 1. Trotzdem waren alle zufrieden und es hat den „Hansebuben“ so gut gefallen, dass die nächste Rallye schon beschlossene Sache ist. „2020 geht es mit dem gleichen Veranstalter durch Irland. Leider ist der Mercedes dafür gänzlich ungeeignet, denn er ist tiefergelegt, wir benötigen aber ein ‚hochbeiniges‘ Fahrzeug.“ Der Wagen ist schon weg, für 3.300€. Was bleibt sind einmalige Erinnerungen und das gute Gefühl, drei Organisationen unterstützt zu haben. Mehr dazu auf www.hansebuben.de kw



1



2



3

1. Auf der Rallye mussten Aufgaben erledigt und fotografisch bewiesen werden. Etwa ein gemeinsames Foto mit einer Flamencospielelerin, dafür gab es Punkte. 2. Ein Teil der Reise ging über beeindruckende Alpenpässe. 3. Die Hansebuben wollten auch genießen – chillen in der Bretagne.

MS EUROPA 2 präsentiert den sommerhoch2



Bis zu 30% sparen.
Nur bis 30.11.2018!

Sechs Reisen, unzählige Erlebnisse und Sommergefühle: Mit der EUROPA 2 steuern Sie Ihren ganz persönlichen sommerhoch2 an. Ob Shoppen in Asiens Metropolen oder Entspannen in der Karibik – genießen Sie ausgewählte Hotspots rund um den Globus und den legeren Luxus der EUROPA 2 auf 5-Sterne-plus-Niveau (lt. Berlitz Cruise Guide 2019).

Unser Tipp:

von Kultur-Highlights bis zu neuen Lieblingsplätzen!

Singapur – Colombo

25.05. – 09.06.2019, 15 Tage, Reise EUX1910

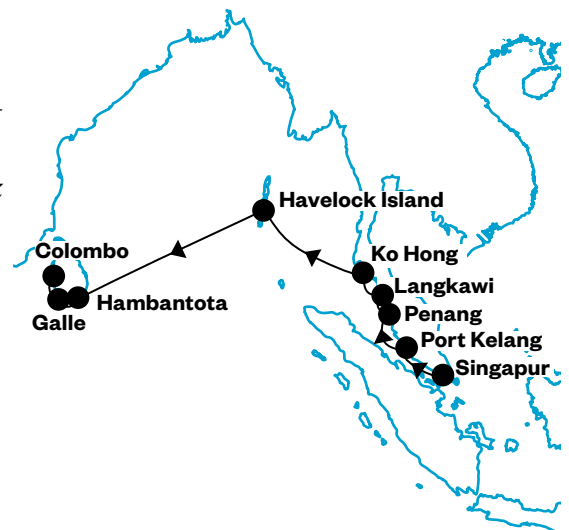
Port Kelang (Kuala Lumpur)/Malaysia – George Town/Penang – Porto Malai/Langkawi – Ko Hong/Thailand – Havelock Island/Andamanen/Indien – Hambantota/Sri Lanka – Galle

ab **€ 4.990** pro Person

Seereise exklusive An- und Abreisepaket (Doppelbelegung)

Garantie-Veranda oder -Ocean Suite (Kat. 1 oder 2)

mit 28 m² Wohnbereich und 7 m² Veranda



Persönliche Beratung und Buchung:

Hapag-Lloyd Reisebüro

TUI Deutschland GmbH

Eppendorfer Baum 16

20249 Hamburg

Tel. +49 40 460 9920

Ihre Kreuzfahrt-Spezialisten in
Eppendorf

Weitere Termine und Reisen finden Sie unter www.sommerhoch2.de

Das An- und Abreisepaket kann gern über
Ihr Reisebüro dazugebucht werden.


HAPAG ¹⁸/₉₁ LLOYD
CRUISES

Hapag-Lloyd Kreuzfahrten GmbH
Ballindamm 25 • 20095 Hamburg
www.facebook.com/hlcruses

Yasmina Filali bereitete sich im Sportclub Aspria akribisch auf ihre Teilnahme bei „Team Ninja Warrior“ vor.

„Es war nicht immer einfach“

Die **Eppendorferin Yasmina Filali** hat in diesem Sommer bei der Action- und Sportsendung „Team Ninja Warrior“ bei RTL teilgenommen – und bewies dort, dass sie nicht nur gut aussieht, sondern auch sehr sportlich ist. Uns erzählte die Powerfrau, wie sie innerhalb kürzester Zeit so fit wurde.

Alster-Magazin: **Wie kam es zu deiner Teilnahme bei Team Ninja Warrior?**

Yasmina Filali: In meinem Sportclub Aspria haben sie Anfang des Jahres einen Functional Tower als Außenfläche aufgebaut, wie eine Art Parcours, in dem man sogar Ninja Warrior-ähnliche Übungen trainieren kann, wie zum Beispiel das Hangeln. Zeitgleich kam die Anfrage von RTL für Ninja Warrior. Das konnte kein Zufall sein, also habe ich sofort zugesagt. Zumal mich diese neue, körperliche Herausforderung reizte. **Hast du vor deiner Teilnahme an Team Ninja Warrior schon so viel Sport gemacht?**

Ich habe anders Sport gemacht. Zwar regelmäßig, aber entspannt – etwas Laufen und eher klassische BBP-Übungen. Jetzt nach Ninja Warrior trainiere ich viel mit Gewichten.

Wie bist du dann in so kurzer Zeit nochmal um einiges fitter ge-

worden, um den Parcours im TV zu überstehen?

Ich habe mir dafür Unterstützung von einem Personal-Trainer gesucht. Der musste in kürzester Zeit das Beste aus mir rausholen. Gut, er konnte auch keine Wunder bewirken, aber ich bin nicht ins Wasser gefallen – und das war unser Ziel.

Und wie sah dein Training in der heißen Phase aus? Hast du auch auf die Ernährung und Entspannungszeiten geachtet?

Ich habe fünfmal die Woche hart trainiert, meine Ernährung war eigentlich seit jeher gut. Also gesund und ausgewogen. Entspannungszeiten gab es währenddessen allerdings nicht. An trainingsfreien Tagen habe ich meinen Muskelkater kuriert.

Trainerst du nach der Show weiter nach dem Plan oder wie sieht dein Training jetzt aus?

Durch das neue Training bin ich nochmal viel fitter geworden und ich habe gemerkt, dass man dem Körper wirklich immer wieder neue Reize geben muss, damit sich etwas tut. Deshalb prüfe ich jetzt nochmal im Rahmen des Aspria Pro Programms meinen aktuellen gesundheitlichen Zustand und meine körperliche Fitness und lasse mir auf dieser Basis einen neuen Plan erstellen.



Gingen als das „Team Fußball-Legenden“ an den Start: Yasmina Filali (M.) mit den beiden Ex-Kickern Mario Baser (l.) und Thomas Häßler

Trend: Ninja Warrior

So schnell wie möglich einen Parcours, bestehend aus mehreren Hindernissen, zu überwinden – darum geht es für Kandidaten in der Spielshow „Ninja Warrior“, die seit zwei Jahren auf RTL ausgestrahlt wird. Es gibt sie in verschiedenen Varianten, sogar Promievents, und sie wird immer beliebter. Inzwischen bieten Fitness-Clubs wie Aspria parcoursähnliche Trainingsmöglichkeiten an!

Mini-Im-Ohr-Hörgeräte

Klein, digital, maßgefertigt.



* Preis pro Stück mit Verordnung zzgl. 10,00 Euro
Hörmittelsgebühr: Privatpreis 830,00 Euro

Mit automatischer Lautstärke-
regelung

Zuzahlung ab

99,-*

Bode Hörakustik
Alsterdorfer Straße 9
22299 Hamburg
Tel.: 040-41 35 72 61
www.bode-hoerakustik.de

BODE
HÖRAKUSTIK 
IHR SPEZIALIST IM OHR



Wir bieten Ihnen das ganze Programm:
Individuelle Kaminanlagen • Kachelöfen aller Ausführungen
• Kaminöfen aller namhafter Hersteller
• Schornsteinbau und -sanierung



Kachelöfen & Kamin

Meisterbetrieb · Dieter Brose Innungsmitglied

Langenhorner Chaussee 691 a (Ecke Segeberger Ch.) · Norderstedt
Tel. 040-529 47 66
Buchenweg 26 · 25479 Ellerau · Tel. 04106 - 797 85 52

www.kachelofen-und-kamin.de



PLOß

Gartenmöbel • Auflagen • Accessoires

Diningsessel
beige-grau-meliert

inklusive Auflage

129 €*



KOMM´ ZU PLOß:

- 1.200 qm
plus Außenbereich
- Fachberatung gratis
- Lieferservice auf Wunsch
- ganzjährig geöffnet:

Oktober-März
Mo-Do 10-16.30 Uhr
Fr 10-14.30 Uhr
Sa wieder ab März
Hauptsaison ab März erweitert

* so lange der Vorrat reicht; inkl. Auflage

 Gartenmöbel Lagerverkauf Hamburg

EINER DER GRÖßTEN GARTENMÖBEL-LAGERVERKÄUFE DER REGION

Ploß & Co. GmbH • Stemwarder Landstr. 15 • 22885 Barsbüttel • Telefon: 040 53 71 61 777 • outlet@ploss.com • www.ploss.de



1. Gestreiftes Rollkragenshirt mit Lurex von Brigitte Herskind für 120€. 2. Wollmütze mit Bommel von Appelrath Cüpper für 40€. 3. weite Kordhose von Nine in the morning für 180€.



So lassen sich die herbstlichen Sonnenstrahlen stylish genießen.

Foto: Esprit

Den Herbst zum leuchten bringen

Tun Sie es dem Herbst gleich und feiern Sie die **goldene Jahreszeit**, mit kuscheliger Mode und feiner Deko für drinnen und draußen – natürlich am besten in **leuchtenden Herbstfarben**.

Gemütlicher Polstersessel zum Reinkuscheln. Pflegeleicht, von Depot für 175€.



1. Duftkerze im Schmuckglas Rosenduft für 36€ von Voluspa. 2. Kissen in Goldkissenbezug von Depot für 15€. 3. Decke in melange rost für 30€ von Galeria Kaufhof.



Neue Lebensqualität mit Zahnimplantaten

Feste dritte Zähne an einem Tag!

Viele Patienten mit schweren Zahnproblemen wünschen sich wieder uneingeschränkt lachen, sprechen und kauen zu können.



„Ich habe seit fünf Jahren feste dritte Zähne und es fühlt sich an wie meine echten Zähne.“

Jutta, Hamburg

„Viele Bekannte sprechen mich auf meine schönen Zähne an, sie sind von echten Zähnen nicht zu unterscheiden.“

Christine, Lüneburg

„Nach dem ersten Beratungsgespräch, habe ich mir gedacht, das funktioniert! Ich hab mir nicht einmal Gedanken darüber gemacht, dass es nicht funktionieren könnte.“

Gerd, Neumünster

„Das Vertrauen war enorm. Zwei Wochen nach dem Eingriff kann ich nur sagen, beste Lebensqualität.“

Rolf, Stade



Einziges All-on-4®
Kompetenzzentrum in Hamburg



Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay

KEIN KNOCHENAUFBAU

Mit der Operationsmethode »Feste dritte Zähne an einem Tag« können wir den sehr zeitaufwendigen und schmerzhaften Knochenaufbau vermeiden. Schon am Tag der Operation können Sie Ihre neuen Zähne belasten.

MODERNSTE IMPLANTATE AUS TITAN

Implantate sind künstliche Zahnwurzeln. Wir planen die Operation hochpräzise und verankern die Implantate sicher und dauerhaft im Kiefer.

OFT KOSTENGÜNSTIGER

Dieses Konzept ist in aller Regel günstiger als vergleichbare normale Implantatbehandlungen.

TAG DER ZAHNIMPLANTATE

Am Mittwoch, 24.10.2018 – 14.00 Uhr
und Donnerstag, 25.10.2018 – 18.00 Uhr

Kommen Sie vorbei – wir informieren Sie
kostenlos und unverbindlich!

- ✓ Kostenlose Informationsveranstaltung
- ✓ Vorstellung verschiedener Patientengeschichten
- ✓ Erfahrene Zahnärzte beantworten Ihre Fragen im persönlichen Gespräch

ZAHNZENTRUM

ALSTERTAL MVZ

➤ Die Plätze sind begrenzt. Um Anmeldung wird gebeten unter:
Telefon: 040-6024242 bzw. 040-50688623 oder
per E-Mail: info@zahnzentrumalstertal-mvz.de

Zahnzentrum Alstertal MVZ GmbH
Heegbarg 29 – 22391 Hamburg
www.zahnzentrumalstertal-mvz.de

Tipps

rund um
Gesundheit und
Wohlbefinden

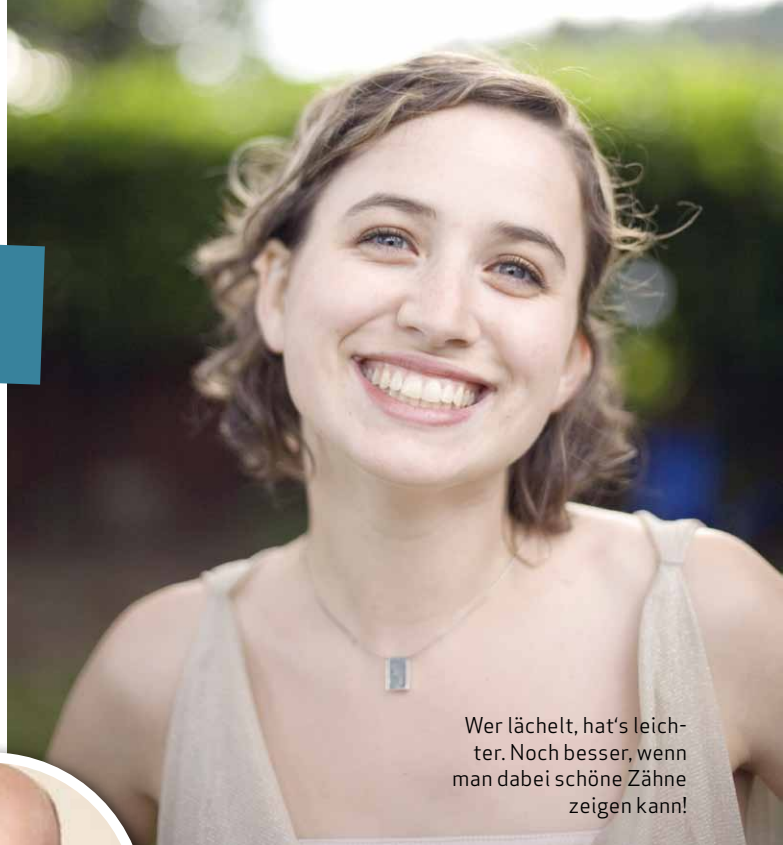
Lächeln

hilft gegen Stress!

Wir haben es schon immer gewusst: Ein Lächeln macht das Leben entspannter und es schützt auch noch das Herz. Das ist das Ergebnis einer Studie der University of Kansas. Probanden, die sogar in Stresssituationen bewusst gelächelt haben, hatten eine deutlich geringere Pulsfrequenz. Was aber tun, wenn dem unbefangenen

Lächeln verfärbte, rissige oder abgebrochene Zähne im Wege stehen? Hier helfen sogenannte Veneers. Das sind dünne, transparente Keramikschalen für die Frontzähne. Sie werden mit einem Spezialkleber auf den Zähnen befestigt. Veneers stellen die Ästhetik im Gebiss wieder her und sorgen dank ihrer Transparenz und der Materialeigenschaften für ein sehr natürlich wirkendes Lächeln.

Das gelingt mit keiner anderen Methode so gut und es muss zudem nur wenig Zahnschubstanz abgetragen werden. Wer lächelt gewinnt immer!



Wer lächelt, hat's leichter. Noch besser, wenn man dabei schöne Zähne zeigen kann!



Expertentipp von Reinhard Schroeter
Zahnarzt / Praxis Spaldinghof

WELTNEUHEIT
ERSTE INNOVATIONS PRAXIS HAMBURG
replicate
FÜR NATURIDENTISCHE 3D-ZAHNWURZELN

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

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

Spaldingstraße 74 · 20097 Hamburg · Telefon 040/23 09 83
E-Mail info@praxis-spaldinghof.de · www.praxis-spaldinghof.de

PATIENTENSEMINAR

– Teilnahme kostenfrei –

„KEINEN MUT ZUR LÜCKE!“

Donnerstag, 01. November 2018 · 18 Uhr

im Hotel Park Hyatt
Bugenhagenstr. 8 · 20095 Hamburg

Letzter Vortrag
in 2018!

Unser international zertifizierter Spezialist Dr. Burkart M. Zuch MS MS (Master UCLA/USA) informiert Sie an diesem Abend ausführlich über die innovativen Neuheiten zu den Themen:

- **3D-SCHLÜSSELLOCH-IMPLANTOLOGIE**
- **WELTNEUHEIT MADE IN GERMANY:**

“Ersatzzahn statt Zahnersatz an einem
Tag mit dem REPLICATE™-System!”

Im Anschluss steht Ihnen unser Experte für Ihre persönlichen Fragen zur Verfügung.



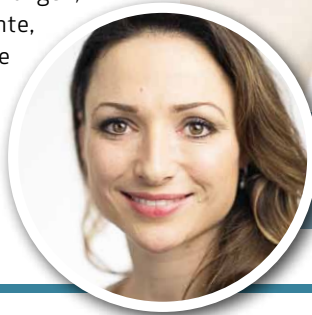
Um Anmeldung wird gebeten,
da die Plätze begrenzt sind.

Telefon: 040 / 23 09 83

Eine Brille hilft nicht immer! Deswegen ist es wichtig, Veränderungen der Netzhaut früh zu erkennen.

Die Netzhaut

Viele Leute denken, dass eine Brille sämtliche Sehprobleme lösen kann. Eine Brille hilft jedoch ausschließlich dabei, Licht präziser auf die Netzhaut zu leiten. Die Netzhaut ist eine feine, transparente Schicht im Augeninneren, in der sich die für das Sehen essenziellen Sinneszellen befinden. Eine gesunde Netzhaut ist somit eine der wichtigsten Strukturen des Auges. Kleine Einrisse, Durchblutungsstörungen, Einlagerungen, Diabetes, bestimmte Medikamente, hohe Fehlsichtigkeiten und weiteres können die Netzhaut schädigen. In dem Fall kann eine Brille nicht mehr helfen. Rechtzeitig erkannt kann man viele Veränderungen der Netzhaut aber gut behandeln. Sprechen Sie Ihren Augenarzt auf eine Netzhautvorsorgeuntersuchung an.

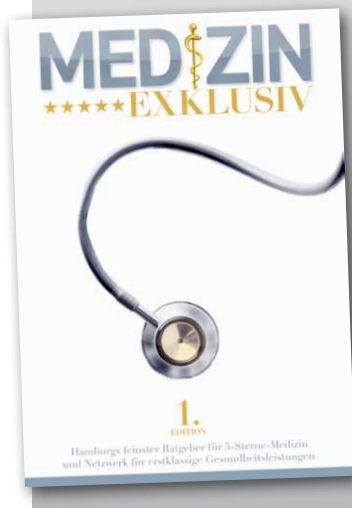


Expertentipp von Dr. med. Alexandra Knoll
 Fachärztin für Augenheilkunde im AÖZ



Für Patienten und Ärzte mit höchsten Ansprüchen!

Das Hochglanz-Magazin für Ärzte, Kliniken und Therapeuten mit höchsten Ansprüchen. Dieses Magazin richtet sich an ausgesuchte Patienten in Hamburgs besten Stadtteilen.



Jetzt schon Anzeige oder journalistischen Beitrag für 2019 buchen:

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

ERSCHEINT IM HERBST



AÖZ
ANDREAS OTTO

Augen
Operationszentrum
Hamburg



Netzhautuntersuchung:
Optomap®-Daytona

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



konventioneller Einblick



JETZT NEU!



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



Verwöhn-
programm pur:
**SPICY BALANCE-
MASSAGE**

Fotos: Meridian Spa & Fitness

Dank klassischer Massagen
tiefenentspannt der dunkeln
Jahreszeit entgegenschauen!

Entspannt durch den Herbst

Das **Meridian Face & Body Day Spa** verhilft in diesem Herbst mit der **Spicy Balance-Massage*** zu innerer Balance. Die ganzheitlich wirkende Massage mit klassischen Griffen und Druckpunkt-Elementen aus der japanischen Qi Massage aktiviert den Energiefluss. Ein warmes Körper-Öl mit dem angenehmen Duft von Zimt und Ingwer sorgt für ein **behagliches Wohlfühl**, während sich die Muskulatur lockert und entspannt.

Zu Beginn der Massage stimmt eine warme Kompresse den Gast auf das Massage-Erlebnis ein und lässt ihn in Ruhe ankommen. Ein entspanntes Gefühl stellt sich ein, sobald das warme Öl über den Körper fließt. Das kostbare Körper-Öl der Pariser Prestigemarke Sothys mit Wirkstoffen aus der Marulafrucht ist reich an schützenden Vitaminen und pflegt die Haut intensiv. Das circa 55-minütige Herbstspecial ist vom 1. Oktober bis zum 31. Dezember 2018 in allen Meridian Spa & Fitness-Anlagen buchbar und sorgt für ideale Regeneration im stressigen Alltag. Mit dem Day Spa-Konzept setzt das Unternehmen bereits seit 14 Jahren den Trend zum schnellen und besonderen Verwöhnen für zwischendurch um. Neben der großen Auswahl exklusiver Beauty-Anwendungen gibt es im Angebot auch klassische Massagen und ayurvedische Behandlungen, so dass wir tiefenentspannt der dunkeln Jahreszeit entgegenschauen können. Behandlungen können vor Ort, telefonisch unter 040/65 89-0 oder über die Meridian App gebucht werden. Weitere Infos zum Angebot von Meridian Spa & Fitness erhalten Sie unter www.meridianspa.de

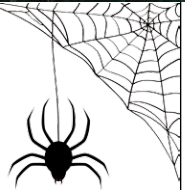
*für Meridian-Mitglieder in Hamburg, Berlin und Kiel 62 Euro und Frankfurt 66 Euro / für Tagesgäste in Hamburg, Berlin und Kiel 65 Euro und Frankfurt 69 Euro





Fröhlich gruselig verkleidet, das macht Kindern am meisten Spaß. Dank Wunderkerzen wirken die in Kürbisse geschnitzten Fratzen gruselig lebendig.

SPRÜCHE, LIEDER und ein bisschen WISSEN zu Halloween



Zu Halloween wird sich **mit vollem Elan vorbereitet**. In Kürbisse werden Fratzen geschnitzt. Kerzen hauchen den gruseligen Gesichtern Leben ein. Es wird sich verkleidet und gruselig geschminkt und dann losgezogen und bedrohliche Sprüche aufgesagt, **um Süßigkeiten einzusammeln**. Da gibt es kein Entkommen.

Fortsetzung auf Seite 28

EUROPAS BELIEBTESTE PFERDESHOW IST ZURÜCK

CAVALLUNA 
PASSION FOR HORSES

WELT DER FANTASIE

05. - 06.01.19 Hamburg
Barclaycard Arena

 Nach dem großen Erfolg von **GEFÄHRTEN DES LICHTS**



www.cavalluna.com

Die Langform von Halloween lautet „All Hallows' Eve“, was auf Deutsch übersetzt „Abend vor Allerheiligen“ bedeutet. Denn am Tag nach Halloween feiert die christliche Kirche Allerheiligen, einen Gedenktag für die Heiligen der Kirche.

Halloween hat seine Wurzeln nicht etwa in den USA, sondern in Irland. Hier feierten die Kelten schon vor über 2000 Jahren am 31. Oktober eine Art Silvester: „Samhain“ genannt. Weil in der letzten Nacht eines Jahres angeblich die Geister unterwegs waren, versuchte man sie mit Essen vor den Häusern zu zähmen. Manche Menschen liefen schon damals als Geister verkleidet herum und verlangten nach Gaben. Auswanderer brachten die Tradition in alle Welt. Besonders verbreitet ist an Halloween der Brauch, Gesichter in Kürbisse zu schneiden und sie zur Deko vor die Häuser zu stellen. Ursprünglich verwendete man die Rübe anstelle des Kürbisses an Halloween. In Irland liefen die Menschen noch mit Laternen umher, die sie aus Rüben aushöhlten.

In den USA wurden die Rüben dann gegen die Kürbisse eingetauscht, davon gab es in den USA mehr.



5 Halloween-Sprüche



Was Süßes raus,
sonst spukt's im Haus.

Gespenster durch
die Straßen zieh'n,
heute Nacht ist
Halloween.

Geister schreien, Hexen lachen,
gebt uns Kindern süße Sachen
Spinnennetz und Krötenbein,
wir sind kleine Geisterlein.



Das Grauen schleicht von
Haus zu Haus
und klingelt alle Leute raus.



Wir haben leere Taschen und
wollen was zu naschen.

„Brillant, höchst empfehlenswert!“ STAGE WHISPERS / AUSTRALIEN

GOP.

WET the show

Mehr als
1,5 Millionen
Besucher
weltweit!



20.10.2018 bis 31.3.2019

THEATER KEHRWIEDER
SPEICHERSTADT HAMBURG

Tickets & Gutscheine: (040) 360 98 58 58 · wet-the-show.de

FahnenFleck

Mit über 130-jähriger Tradition ist FahnenFleck
Ihr Spezialist für die Ausstattung mit:

- ▶ Werbeflaggen
- ▶ Fahnenmasten
- ▶ Displays
- ▶ Beachflags
- ▶ Stadtbeflaggung
- ▶ Eventausstattung

Wir beraten Sie gern: Tel. 040-300 934-0
Mehr Infos: www.fahnenfleck.de

FahnenFleck
Flaggen. Masten. Displays.



Und nun noch ein tolles

Halloween Lied:



Liedtext:

Finster, finster, finster, finster,
nur der Glühwurm glüht im Ginstern
und der Uhu ruft im Grunde,
Geisterstunde.
Schwarze Raben krächzen
und Gespenster ächzen:
ui, ui, uii.

1. Fins - ter, fins - ter, fins - ter, fins - ter, nur der Glüh - wurm glüht im Gins - ter

2. und der U - hu ruft im Grun - de: Geis - ter - stun - de.

3. Schwar - ze Ra - ben kräch - zen und Ge - spens - ter äch - zen:

4. u - i, u - i, u - i - i!



ANZEIGEN-SPEZIAL

FEIERN WIE DIE SPANIER – lässig und voller Lebensfreude!

Das „**Restaurante La Madera**“ in der Saseler Chaussee 101 ist für seine mediterranen Steak-Gerichte und seine Tapas-Vielfalt weit über die Grenzen des Alstertals hinaus bekannt. In den in warmen Farben gehaltenen und stilvoll eingerichteten Räumlichkeiten in Sasel lässt sich aber nicht nur im kleinen Kreis gut essen gehen, sondern auch perfekt in größeren Rahmen feiern! Denn für Festlichkeiten – ob Firmenfeier, Hochzeit oder Konfirmation – stehen drei geschmackvoll gestaltete Räume mit Platz für bis zu 30, 70 und 130 oder zusammengelegt für bis zu 200 Personen zur Verfügung. Gerade jetzt, da Weihnachten näher rückt, sind diese Möglichkeiten sehr gefragt: „Unser erfahrenes Team steht unseren Gästen von der Planung bis zur Durchführung kompetent zur Seite und gestaltet mit ihnen eine individuelle Feier“, erklärt Inhaberin Marija Bilic lächelnd. Das Angebot reicht vom spanischen BBQ-Grill über raffinierten Buffets bis hin zu hochwertigen Menü-Variationen. Natürlich immer saisonal abgestimmt und der Jahreszeit entsprechend festlich dekoriert! Es geht aber auch in den eigenen vier Wänden, denn das Catering-Team vom La Madera macht auch private Feiern – von der Hochzeit bis zum Candle-Light-Dinner – zu einem außergewöhnlichen Erlebnis. Mehr Infos unter **Tel. 040 38 07 61 65** und auf **www.la-madera.de**



Seit Jahren ein gutes Team: Restaurant-Inhaberin Marija Bilic und ihr Küchenchef Lars Michelsen.

Flexibel: Für Feiern aller Art bis zu 500 Personen bietet das La Madera die passenden, rollstuhlgerechten Räumlichkeiten.





Auch eine Variante: Terrasse mit Glasumbau – auf Wunsch mit integrierter Beschattung.

Zimmer zum Grün

3,2 Millionen Wintergärten gibt es bundesweit. Das grüne Zimmer avanciert bei Hausbesitzern zum Raum mit der höchsten Wohlfühlatmosphäre. **Glasfronten, Faltschiebetüren und smarte Technik** sorgen das ganze Jahr für schönste Aussichten.

Mehr Glas, mehr Licht, mehr Platz: Wintergärten bieten Hausbesitzern ideale Möglichkeiten der Raumerweiterung – ob als Wohnzimmer mit Ausblick ins Grüne, als lichtdurchfluteter Arbeitsraum oder als kleines Pflanzenparadies. Intelligente Technik garantiert dabei hohen Wohnkomfort. So sorgen moderne Belüftungssysteme für ideales Wohnklima. Sensorgesteuerte Markisen lassen sich automatisch ein- oder ausfahren und verhindern so, dass Sturm und Starkregen Schäden verursachen. „Um sich den Zugewinn an Wohnqualität das ganze Jahr zu sichern, sollten Hausbesitzer Fachfirmen beauftragen, die auf den Bau von Wintergärten spezialisiert sind“, empfiehlt Iris Laduch-Reichel von der BHW Bausparkasse. Dank des hohen Vorfertigungsgrades ist der Anbau in kurzer Zeit umsetzbar. Dennoch gilt es, frühzeitig zu planen. Denn ein Wintergarten ist oftmals genehmigungspflichtig. Auch hier kann ein Gespräch mit dem Wintergarten-Fachmann helfen!

Multitalent: Wintergärten bieten naturnahen Komfort.





Erholungs-Ort: Mit der richtigen Planung kann man eine eigene individuelle grüne Oase haben!

Planung zahlt sich aus!

Ein Wintergarten steht nicht nur auf der Sonnenseite des Hauses, sondern auch auf der des Investitionsplans. „Die begehrte Oase ist ein fach- und materialübergreifendes Bauwerk, das mit Bedacht und Sachverstand geplant und gebaut sein will, wenn der Bauherr langfristig daran seine Freude haben möchte“, erklärt Dipl. Ing. Franz Wurm, 1. Vorstand des Wintergarten Fachverband. „Bauen Sie Ihren Traum-Wintergarten vorab im Geiste und lassen Sie die Gedanken schweifen. Überlegen Sie, wie Sie ihn nutzen möchten, wo er stehen und wie er aussehen soll. Nehmen Sie vielleicht auch Hilfsmittel zur Hand, mit welchen Sie sich die Abmessungen etwas verdeutlichen können.“ Einfache Latten oder Leisten eignen sich hervorragend, weiß der Experte. „Fragen Sie bei Ihrer zuständigen Baubehörde nach, was Sie auf Ihrem Grundstück bauen dürfen. Die Baugenehmigung übertragen Sie am besten einem nachweislichen Fachplaner für Wintergärten. Ein erfahrener Fachmann kann alle Ihre Fragen kompetent beantworten.“ So ist es nur noch eine Frage der Zeit, und der Traum von der grünen Oase wird endlich Wirklichkeit!

Schautage bei HATRU!

Was im Bereich Wintergärten alles möglich ist, zeigt **HATRU am 20. und 21. Oktober**. Denn zusätzlich zu den regulären Öffnungszeiten bietet die Alstertaler Institution jeweils von 10 bis 18 Uhr Schautage in seiner Ausstellung im Poppenbütteler Weg 185 an. Tipp: Wer an dem Wochenende nicht in Hamburg ist, für den sind die Experten am verkaufsoffenen Sonntag, den 04.11., von 13-18 Uhr da! Eine rechtzeitige Information kann geboten sein, denn Hans Trumpa, der Geschäftsführer der HATRU, empfiehlt eine langfristige Planung. „Wer im kommenden Sommer seinen neuen Wintergarten genießen möchte, sollte jetzt auf uns zukommen. Erfahrungsgemäß zieht sich die Erteilung der Baugenehmigung bei der Behörde meist doch etwas hin“, erklärt Hans Trumpa, der mit seinem erfahrenen Architektenteam seit 1972 als Partner des Wintergartenbauers GEWE auf über 45 Jahre Erfahrung und Kompetenz im Wintergartenbau sowie auch in der Wohnraumerweiterung zurückblickt. Mehr Infos unter **Tel. 040 600 974 32** und auf **www.hatru.de**



Auch Lust auf einen schönen Wintergarten? Dann ab zu HATRU.

Wintergärten | Terrassendächer | Glashäuser

Ihr Spezialist für individuelle Wohnwintergärten



Schautage am 20. & 21. Oktober 2018, 10-18 Uhr



Exklusiv-Partner

GEWE
in Hamburg
seit 1972

hatru

Bau- und Architekturbüro
Poppenbütteler Weg 185
22399 Hamburg

info@hatru.de www.hatru.de www.gewe.com



**Rollos
Plissee
Lamellen
Jalousien
Vorhänge
Insektenschutz**

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

Hoheluftchaussee 30
20253 Hamburg

Mundsburger Damm 54
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**



Ich berate Sie gerne bei Ihren
Anzeigen in Hamburg.

Tatjana Jung, Mediaberatung

Tel.: 538 930 62
Mobil: 0157 - 578 522 16
t.jung@alster-net.de

SUN Concept!
Wolfgang Jermann - Sonnenschutz in Perfektion




- Beratung
- Planung
- Durchführung

Individuell
angepasster
Sonnenschutz

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

Schlosserei - Metallbau



- Beratung • Schlossdienst
- Einbruchschutz • Schließanlagen
- Fenstergitter aus Stahl und Edelstahl • Sicherheitsschlösser und Zylinder • Zäune und Tore
- Einbruch hemmende Türen aus Aluminium und Stahl

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

ZI IKON **ROLF KAPPLER** EINBRUCHSCHUTZ **KESO**



- Einbruchschutz • Schlüsseldienst • Alarm- und Schließanlagen uvm. • Beratung bei Ihnen zu Hause
- Montagefestpreise in ganz Hamburg • Sofortdienst

HH-Niendorf, Vogt-Cordes-Damm 10c ☎ 46 46 22
Eppendorf, Erikastr. 45 ☎ 476 475
Volkdorf ☎ 6 03 03 90

Notdienst bis 22 Uhr ☎ 0163 - 4 60 780 0
www.kappler-einbruchschutz.de



Statistisch gesehen geben Einbrecher meist auf, wenn sie sich nach drei Minuten keinen Zutritt zum Haus verschaffen konnten.

Einbrech Kampf an

Die **Einbruchszahlen** sind langsam rückgängig, auch weil immer mehr Bundesbürger ihr Zuhause besser absichern. Denn das kann sich am Ende auszahlen! Hier erfahren Sie, **worauf Sie achten müssen**.

„Die meisten Haus- und Wohnungseinbrüche kann man mit relativ einfachen Mitteln verhindern“, sagt Sven Haustein von der Bausparkasse Schwäbisch Hall. Täter verwenden meist Werkzeuge wie Schraubenzieher oder Zangen, um Fenster und Türen aufzubrechen. Statistisch gesehen geben sie nach rund drei Minuten auf, wenn sie nicht hineingelangen. „Gerade hier sollten Hausherren ansetzen, um das Eigenheim mit einem optimalen Einbruchschutz auszustatten“, erläutert Haustein. Dabei gilt es, Folgendes zu beachten: Bei Mehrfamilienhäusern ist die Haustür die häufigste Zielscheibe der Eindringlinge. Deshalb sollten Wohnungsbesitzer eine einbruchhemmende Eingangstür einsetzen. Ältere Türen lassen sich mit einem Schloss mit Sicherheitsprofilzylindern, Schutzbeschlägen und zusätzlicher Zylinderabdeckung nachrüsten.

Bei Einfamilienhäusern stellen Fenster das größte Einbruchpotenzial dar. Herkömmliche Modelle lassen sich einfach und günstig mit verschließbaren Fenstergriffen und einer abschließbaren Fenstersicherung nachrüsten. Noch mehr Sicherheit bieten Pilzzapfen-

SICHER WOHNEN **ALSTER**
MAGAZIN

ROLLLÄDEN BIETEN WIRKSAMEN SCHUTZ

Keine Angst vor Einbrechern - der richtige Schutz sorgt für ruhigen Schlaf.



HASPA JOKER-AKTION!

Jetzt mit € 350,00
Preisvorteil, zzgl. 10% Haspa Joker-Rabatt bis 30.11.2018 für Rollläden mit Funkmotor und Somfy-Smart-Home-Bedienung.

droste

markisen-rollläden-jalousien-terrasSENDÄCHER

Mehr Infos unter
Tel. 040/300 60 70 oder auf
www.markisen-droste.de
3x in Hamburg

ern den sagen

beschläge, Bandsicherungen und Fensterstangenverriegelungen. Eine weitere Schwachstelle sind Terrassen- und Balkontüren. Mithilfe von drei Maßnahmen hindern Eigenheimbesitzer Einbrecher vor dem ungewollten Zutritt: Eine Bandseitensicherung, ein Stangenschloss und ein abschließbarer Fenstergriff bilden die Basis. Eine Einbruchschutzfolie verhindert außerdem das Einschlagen der Scheibe. Nicht zuletzt schützt eine Dreifach-Verglasung.

Neben dem mechanischen Einbruchschutz kann eine Alarmanlage als Ergänzung sinnvoll sein. „Die meisten Einbrecher schrecken durch den Alarm auf und ziehen sich zurück“, weiß Haustein. „Bei all den Sicherheitsprodukten rate ich, immer auf Prüfsiegel und Gütezeichen zu achten. DIN-Normen, VdS-geprüft oder ift-Zertifizierung helfen, die richtigen Lösungen zu finden.“ Neben dem eigentlichen Produkt sollte auch auf einen fachgerechten Einbau geachtet werden. Deshalb lieber die Montage vom Fachbetrieb durchführen lassen als selber Hand anzulegen.



Gerade Fenster werden oftmals aufgebrochen und sollten deshalb besonders gesichert werden.

Foto: Bausparkasse Schwäbisch Hall



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

Gabriele Bergerhausen,
Mediaberatung

Tel.: 538 930 55
Mobil: 0179 / 788 57 71
g.bergerhausen@alster-net.de

Beratung Montage Reparatur Wartung



TÜMLER & PEIL

**ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE** Seit 1865

6 93 20 45

Wintergartenmarkisen
Scheren- u. Rollgitter
Vordächer
Motorisierungen
feste Vergitterungen

**Am Stadtrand 58
22047 HH-Wandsbek**

www.tuemler-peil.de



• Alarmanlagen • Schlüsselszubehör
• Schließanlagen • Tresore
• Schlösser • Schilder
• Schlüssel • Stempel

24 Std.
Notdienst
040-294208

Schützen Sie sich vor Einbrechern!
Wir bieten Ihnen Sicherheitstechnik rund um Haus und Wohnung im Bereich Tür- u. Fenstersicherheit, Alarmtechnik, Brandschutz und vieles mehr.







Hamburger Str. 202 · 22083 Hamburg · Tel.: 040 / 29 42 08
Email: info@michael-finnern.de · www.michael-finnern.de



Wenn es um Ihre Immobilie geht

Grundigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832



Vorsitzender:
Torsten Flomm
Rechtsanwalt

- | Recht und Steuern
- | Bauen und Renovieren
- | Technik und Energieeinsparung
- | Wertermittlung
- | Kauf und Verkauf
- | Finanzierung und Versicherung
- | Vermietung und Verwaltung

Neutrale Experten-Beratungen rund um Haus, Grundstück oder Ihre Eigentumswohnung. Erfahren Sie mehr über Ihre weiteren Vorteile:

www.grundeigentuemerverband.de



**Grundigentümer-Verband
Hamburg**

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



Rüstiger Rentner

mit eigenem PKW,
zur Verteilung unserer Magazine

gesucht!

Magazin Verlag Hamburg, Vertrieb
Sandra Schmelter-Haun:
040 538 34 52



Foto: Calliwey Verlag/Best of Interior 2018

ideen von Profis



Wer eine Wohnung besichtigt, richtet sie in der Fantasie meist sofort ein. Als Anregung zeigen wir drei Küchen aus Einrichtungskonzepten, die Wohnexperten zu den **besten Interior-Projekten des Jahres** zählen.

Fortsetzung auf Seite 36



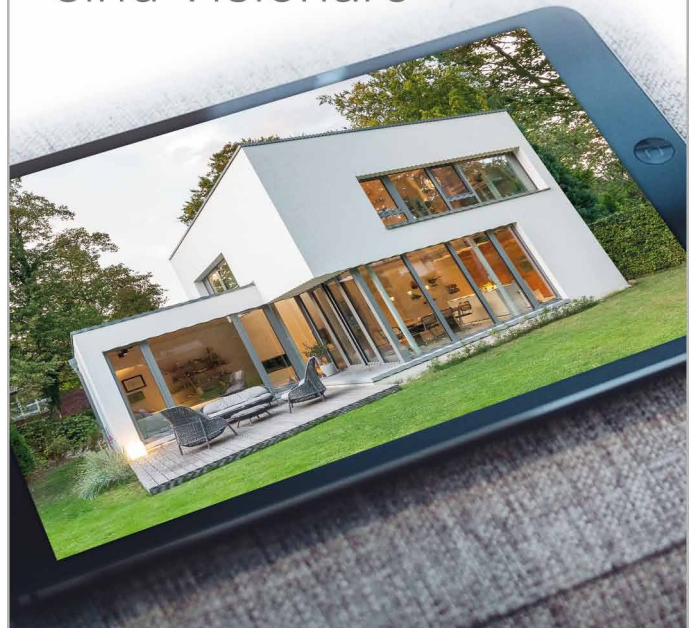
ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN

Barmbek-Süd - Helle Wohnung mit Balkon, Erstbezug nach Sanierung, Baujahr 1965, 1. OG, ca. 84 m² Wohnfl., 3 Zi., Eichenparkett, offene EBK mit hochwertiger Ausstattung, Wannenbad, neue Brennwert-Gastherme, Etagenheizung, 114 KWh/(m²a), Erdgas H, KP: auf Anfrage zzgl. Tiefgaragenstellplatz EUR 25.000,- zzgl. 6,25% Käuferprovision

DAHLER & COMPANY Alster-Ost
Poelchaukamp 15 | 22301 Hamburg
Telefon 040.87 87 87-0 | aussenalster-ost@dahlercompany.de

www.dahlercompany.de

“Unsere Bauherren
sind Visionäre”



HGK

WIR BAUEN EXKLUSIVE HÄUSER

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

Moderner Look wird durch historische Elemente - in diesem Fall altes Eichenparkett und alte Türen - erst richtig spannend.



ANZEIGEN-SPEZIAL

10 Jahre an der Alster

Der Traditionsmakler **Grossmann & Berger** feierte das **10-jährige Bestehen seiner Alster-Shops Eppendorf und Winterhude** mit einem Lunch bei Bobby Reich. Und zwar zusammen mit rund 150 geladenen Gästen, die dank ausgiebigen Sonnenscheins den Sektempfang und das anschließende BBQ auf der Terrasse mit Alsterblick genießen konnten. In der Rede von Geschäftsführer Lars Seidel, in der er sich herzlich bei André Wales und Zoran Vujović, den Vertriebsleitern Eppendorf und Winterhude, und ihren Teams für deren Engagement bedankte, spielten Sehnsuchtsorte eine zentrale Rolle. Die Stadtteile rund um die Außenalster gehören für viele zu eben diesen Sehnsuchtsorten in Hamburg. Zusammen haben beide Shops in den zehn Jahren ihres Bestehens mehr als 1.000 „Sehnsuchtsorte in Stein“ an neue Eigentümer vermittelt! Infos: www.grossmann-berger.de



Fotos: Grossmann & Berger GmbH



Hatten einen guten Grund zu feiern: Die Teams der Grossmann & Berger-Shops Eppendorf und Winterhude.

Die Vertriebsleiter Zoran Vujović (Winterhude) und André Wales (Eppendorf, r.) mit einem besonderen Gastgeschenk zum Jubiläum - einer Torte im G&B-Design.

Fortsetzung von Seite 35

Wohnideen von Profis

Und zwar im Rahmen des wichtigsten Wohndesign-Awards für Innenarchitekten und Interior Designer: „BEST OF INTERIOR“. Gesucht wurden zum 4. Mal vom Callwey Verlag und seinen Partnern Hofquartier, Schöner Wohnen und dem Bund Deutscher Innenarchitekten herausragende private Einrichtungskonzepte. In persönlichen Wohn-Geschichten porträtiert die Autorin Tina Schneider-Rading deren Konzepte. Alle Einreichungen mussten sich den folgenden drei Fragen stellen: Wie mutig ist die Gestaltung? Wie kompromisslos? Und vor allem: Erzählt sie eine Geschichte, die sich ohne Umwege erschließt? Eine persönliche und sehr spannende Reise durch unterschiedlichste Wohnkonzepte ... Daneben erfährt der Leser auch alle wichtigen Hersteller-Angaben zu den abgebildeten und eingesetzten Möbeln, Leuchten, Armaturen usw. Um das Buch vorzustellen, haben wir uns bildtechnisch für offene Küchen entschieden, weil wir finden, dass sich dort in den letzten Jahren eine der stärksten häuslichen Wandlungen vollzogen hat – von der einfachen „Kochstelle“ zum Familienmittelpunkt. Die Fotos stehen exemplarisch für die hochwertige und stylische Anmutung des Buches, das eine Menge Anregungen präsentiert – es ist mit ihm ein rundum inspirierender und informativer Band rund ums Einrichten, Wohnen und Planen entstanden. Als Tipps unter anderem die gelungene Kombination von neuen und alten Elementen, sowie Designklassikern und modernen Stühlen, um nur zwei Beispiele zu nennen. Auch was Farbzusammenstellungen abgeht, gibt es gute Vorlagen.

Tina Schneider-Rading & Vera Schmitz, Best of Interior, Callwey Verlag, geb., 208 Seiten, 59,95 €



Fotos: Callwey Verlag/Best of Interior, 2018

Schöne Idee, die Barhocker schließen harmonisch mit ihrem Unterstand ab. Das erzeugt einen aufgeräumten Eindruck!

Seit über 100 Jahren Immobilienkompetenz in der Verwaltung und Vermittlung von Zinshäusern, Wohnanlagen und Geschäftshäusern.

Seit 1939 befindet sich der Firmensitz am Jungfernstieg 34, dem denkmalgeschützten Heine-Haus



Immobilienmakler und Grundstücksverwaltungen
Jungfernstieg 34 · 20354 Hamburg

Ihre Ansprechpartner:
Hr. Berge:
040/357588-17
Herr Lux:
040/357588-61

www.richardgrossmann.de

IVD VHH EEK

WIR MACHEN NACHBARN



LIEBLINGSLAGE EPPENDORF!

ca. 71,07 m² Wfl.
3 Zimmer Altbaucharme
fußläufig zum UKE
elegante Pitchpine-Dielen
helle Wohnräume
geräumiges Schlafzimmer

sonniger Balkon
EBK, Keller
modernes Badezimmer
Gastherme
B, 249,4 kWh(m²a)
BJ 1908

Kaufpreis 450.000€, Provision 6,25 % inkl. MwSt.

City Shop Eppendorf
Martinstraße 28
20251 Hamburg

+49 40 524 70 74 60
reschke-immobilien.de



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

Barbara Suhr, Mediaberatung
Mobil: 0172 / 923 36 82
Mail: b.suhr@alster-net.de

Fuhrparkleiter-Treffen
bei Auto Wichert

Ein jährliches Treffen der Fuhrparkleiter aus Hamburg und Umgebung hat Tradition bei Auto Wichert.

EXPERTEN DISKUTIERTEN ÜBER CO₂-VORGABEN

Zum 8. Mal hat das **Auto-Wichert-Großkundenteam** zum jährlich durchgeführten Fuhrparktag geladen. Diesmal in das **Shell Technology Centre Hamburg**. Dort gab es Fachgespräche zu Themen wie Antriebe und CO₂-Vorgaben. „Der Fuhrparktag ist eine besondere Plattform, bei der wir viel Wert auf Kommunikation und Vermittlung von sinnvollen und hilfreichen Wissen legen“, sagt Immo Schneider, Verkaufsleiter Großkunden. Die über 70 Fuhrparkleiter/innen informierten sich u.a. über die Konsequenzen der Umstellung der Abgas- und Verbrauchsnormen auf das neue WLTP-Verfahren für ihre Flotten. Zudem konnten sie einen Blick in die Forschungslabore von Shell werfen, in denen alternative Kraftstoffe getestet werden. Dr. Olav Bagusat von Volks-

wagen referierte über die Bedeutung von Schadstoffklassen und die aktuellen sowie künftigen Varianten der Abgasnorm Euro 6. Das Großkundenteam der Auto Wichert GmbH kennt die aktuellen Fragestellungen in den Firmenfuhrparks und unterstützt seine Kunden in möglichst vielen Belangen. Stetig gewachsen, sind mittlerweile über 30 Mitarbeiter im Großkunden-Leistungszentrum für kleine und größere Firmen in Hamburg und deutschlandweit aktiv. Geht es um Stichworte wie Car Policy, Bonus-/Malus-System, Benchmarking von Leasingangeboten oder Smart-Mobility, sind Patrick Raap und Dominik Boruta bei Auto Wichert die richtigen Ansprechpartner. Mehr Infos: www.auto-wichert.de und www.fuhrpark-hamburg.de



Ohne Sonderzahlung

Inklusive Winterkomplettäder

und Inspektionspaket² gratis

ŠKODA Rapid Spaceback Cool Edition 1.0 TSI 70 kW (95 PS)*

Unser Vorteilsleasing¹ für Privatkunden:

Sonderzahlung:	0,- €
Laufzeit:	36 Monate
jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Monatliche Leasingrate:	169,- €¹ inkl. MwSt.
	inkl. Überführung, zzgl. Zulassungskosten

*Vorführgewagen, Erstzulassung: 08/2018, Kilometerstand: 1.150km

Ausstattung: Energy-Blau, Parksensoren hinten, 15" Stahl-Winterräder PREMIUM, Isofix, Drei-Speichen-Lederlenkrad, Klimaanlage, Getönte Scheiben mit UV-Filter, Start-Stopp-Automatik, Infotainmentsystem Swing, Bordcomputer, Care Connect u.v.m.

¹ Ein Angebot der ŠKODA Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, Bonität vorausgesetzt.

² Umfasst alle während der Laufzeit vereinbarten Kilometerleistung anfallenden Inspektionen laut Serviceplan.

Service mit Leidenschaft.

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de

Auto Wichert GmbH
Ulzburger Straße 167
22850 Norderstedt
Tel. 040 52 17 07-0
info@auto-wichert.de



Sylt: Winterschnäppchen
 1.11. - 20.12.18 und 5.1. - 15.3.19
Westerland und Wenningstedt
 Appartement-Brüning, Inh. Bärbel Lundershausen
 Tel.: 0 46 51/ 58 58 • www.appartement-bruenig.de • Fax: 0 46 51/ 58 59

LANDGESTÜT TRAVENTHAL
GESTÜTS-WEIHNACHT
3. + 4. November
10. + 11. November
 23795 Traventhal (bei SE) • www.landgestuet-traventhal.de
 HISTORISCHER HENGSTSAAL

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

Esstisch massiv, mit Gebrauchsspuren 100,-€, **Einbau-Herd** mit Ceranfeld 50,-€, **2 Badezimmerschränke**, weiß, 10€, 3 Regiestühle, beige je 15€.
Tel.: 0173 90 644 76

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;
Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50;
Ingrid Hesse (Haspa), Tel. 538 930-0;
Reiner Hansen (Hamburg), Tel. 538 930-33;
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;
Barbara Suhr (Makler/Immobilienwirtschaft), Tel. 538 930-54;
Helmut Wegner (Reise + Tourismus), Tel. 538 930-12
Heinrich Wüschem (Hamburg), Tel. 538 930-49

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:** Jonas Bormann, Corinna Dreessen
Produktion/Anz.-Disponentin: Carmen Garrot, Birgit Schümann | **Buchhaltung:** Carmen Garrot
Chefgrafiker: René Kriese | **Grafik:** Juliane Duczmal, Steffen Kahl, Susanne Kaps, David Nagel
Titelgestaltung: René Kriese | **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack
Druck: Senefelder Misset, NL-7006 RK Doetinchem
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.**

Ihre Kleinanzeigen können Sie uns auch per E-Mail schicken:
kleinanzeigen@alster-net.de
 Hinweis: Leider können aufgrund der Vielzahl der Eingänge nicht alle Anzeigen berücksichtigt werden.

Das **nächste Alster-Magazin** erscheint am
09. November 2018
 auch als E-Paper via magazine-fuer-hamburg.de

Kommen Sie zu uns:

Unser Vermarktungs-Team sucht ab sofort eine/n

MEDIABERATER/IN

in Festanstellung
 (oder als freie/r Handelsvertreter/in).

IHR PROFIL:

- Gefragt sind Engagement
- Verkaufstalent und
- relevante Vorerfahrungen

UNSER ANGEBOT:

- Wir bieten Ihnen als Hamburgs Marktführer erstklassige Print-Produkte, die mehr als 25 Jahre erfolgreich im Markt sind
- ein eigenes Büro
- Weiterbildung nach persönlichem Wissensstand
- ein gutes, engagiertes Team

Lust auf Print und schöne Magazine?
 Wir freuen uns über Ihre Bewerbung, vorzugsweise per E-Mail an Wolfgang E. Buss (Email: w.buss@alster-net.de); oder rufen Sie mich einfach einmal an: Tel.: 040 - 538 9 300.





MAGAZIN VERLAG HAMBURG GMBH
 BARKHAUSENWEG 11 | 22339 HAMBURG
 TEL: 538 9 30-0 | VERLEGER: WOLFGANG E. BUSS

www.magazine-fuer-hamburg.de



Ferienhäuser








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

Hier finden Sie über 1000 ALSTER-MAGAZIN

Sharepoints!

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

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

ABC-Straße Nr.44 Shalimar, The Indian Restaurant; Nr.46 im ABC -Forum, Ageless Beauty, Anti Aging Skin Care;
Alsterchaussee 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-arbeit gmbH, 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. Kümper, Uhren; Nr.44 Arabella, Restaurant; Nr.48 Cafe Galao, Portugiesische Spezialitäten; Nr.48 Kirat, Asia Imbiss; Nr.56 Betten-Remstedt, Bettenfachgeschäft; Nr.70 Peter Warnecke, Sanitärtechnik; Nr.76 ARIN, Mode-Design; Nr.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 Schanz-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echtzeit Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Sauberland, Reinigung; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessoires; Nr.31 Stahn, Euro-nics; Nr.35 Today, Restaurant; Nr.35 Alsterdorfer Fruchthaus; Nr.35 Blende 11, Foto etc.; Nr.37 Russell's, Cafe Bar; Nr.41 H. Wolf, Alles vom Lande; Nr.61 Bäckerei

Boldt; Nr.61 H. Lüschen, Obst+Gemüse; Nr.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-Schneider; Nr.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.263 Friseursalon Mojjan, Friseur; Nr.271 Sprungfeder, Raumausstattung; Nr.277 Änderungssofortdienst, Änderungsschneiderei; Nr.281a Blumen Exotica, Blumen; **Alstertor** Nr.18 Zahnarztpraxis Katarina Belgart
Am Dalmannkai Nr.6 Nissis Kunstskulpturen, Galerie und Restaurant; Nr.6 Aynur Ayhan; Nr.8 Atelier Abele;
Amelungstraße Nr.5 Schockmann Schuhe;
Am Sandtorpark Nr.14 TRDLO Factory;
An der Alster Nr.72-79 Energy Clinic, Hotel Atlantic;
Alsterufer Nr.1 Bornhold „Die Einrichter“; Nr.1-6 Schanz Bäckerei;
Ballindamm Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Ballkönigin, Abendmode & Schneider; Nr.40 Touch Jewelry, Schmuck; Nr.13 Jyske Bank;
Ballindamm Europapassage Nr.40 Info im 1. OG; funke-ticket, Ticket Shop; Kult; L'Italiana Gelateria, Eispalast GmbH; Kodak Express; Elklime GmbH, Mode; Udo Lindenberg & More, Watentowski Galerien; Se7en Oceans Hamburg; Vodafon;
Barmbecker 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, Euro-nics; Nr.5 rooster cafe mit schwung; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno 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

Storling -Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie;
Bliechenhof Passage Kryolan City Hamburg, Professional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;
Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung -Schneider; Nr.7 Podologie Praxis Rimkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11a Nur Hier;
Brandstraße Nr.7 Biffar;
Cäcilienstraße Nr.2 Tafelberg, Restaurant;
Colonnaden Nr.22 Weinhandlung Brodhage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schattenschneider, Sanitätshaus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode;
Dammstorstraße Nr.25 Schuhe Demarti;
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 Schanz-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 BHB, Hockey; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Pourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 misaki Sushi Restaurant; Nr.174 Charade, Bistro; Nr.176 Schönes & Nützlich; Nr.176 Udsloopen, Cafe Nr.182 IL Gelato, Eiscafe; Nr.182a La Strada, Restaurant; Nr.184 an idstein, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schenken+Wohnen; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.107 Wohnwerte Hamburg Immobilien; Nr.188 evy fashion; Nr.188 Ky Lam, Asia Restaurant; Nr.190 Dorotheen Gk, 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 Görtz, Outlet; Star Car, Autovermietung; Ernsts-Family, Kleidung; c Paper; ISS-Gut gutbürgerlich, Restaurant; 1.Etage: Eyepinzeln, Brillen; 1.Etage: Klack, 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 Parfümerie seit 1888; Nr.14 Meissler & Co Immobilien; Nr.16 P. Eisenherz, Kindermode; Nr.16 Labels for Less, Mode; Nr.18 Lüthi Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelke, Pasta-Otto Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.23 Ellippa-Kinder, Kurse & Cafe GmbH; Nr.24 World Coffee, Restaurant; Nr.24 O2 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaus; Nr.34 mobilejoker.de; Nr.34 catwalk Hamburg; Nr.38 Speicherstadt Kaffeerösterei; Nr.42 Paulina expect 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-Work;
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.26 TENDENZPlus; Nr.32 Wolfheim & Wolfheim, Immobilien; Nr.36 Morellino, Restaurant; Nr.36 Locke, Friseur; 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.84

Lampen Wetter, Lampen; Nr.86 Optik Köpke, Optiker; Nr.86 Haspa, Bank; Nr.88 Konditorei Lindner, Konditorei; Nr.90 Frucht-Haus Duntas, Obst und Gemüse; Nr.90 Holzconnection Hamburg, Möbel nach Maß; Nr.92 top to top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.106 Sigikid; Nr.112a Friseur Löhdorf, Friseur; Nr.122 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.130 Günich Aufpolstern & Beziehen, Holzauflage; Nr.144 Piazza Mercato, Südl. Spezialitäten; Nr.1 JB Exclusiv, Mode; Nr.7 Hi-Fi Klubb; Nr.9 Namenlos, Friseur; Nr.9 Cord Stehr, Weine; Nr.11 Optiker Carl, Optiker; Nr.21 Geers Hörakustik, Hörakustik; Nr.31 Green, Cafe/Restaurant; Nr.39 Loop, Kindermode; Nr.43 Edeka Schlemmermarkt, Supermarkt; Nr.51 Travel Overland, Reisebüro; Nr.53 Ryf of Switzerland, Coiffeur; Nr.61 Bar Italia, Restaurant & Weinbar; Nr.121 Stern, Änderungsschneiderei; Nr.123 Jutta Basner Friseurmeister;
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.176 Dal Fabbro, Weinbar; Nr.180 Fischfeinstock Egon Geißen; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenberg; 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 Wohngestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr.256 Azzuro shoes & more; Nr.260 eve in paradise; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.264 Loewen, Wirtschaft; Nr.266 Kallense GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.268 mein moim Immobilien; Nr.270 Unzer trennlich essen & trinken; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.276 Meersachen e.K.; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.193 Schweiz Ahoi; Nr.195 Stadteilmakler Eimsbüttel; Nr.207 Schritt für Schritt, Mode für Kinder, Kinderschuhe und Mode; Nr.229 lille synd, trendige mode; Nr.229 Outfit Friseur; Nr.235 Steinberg - the Living room, Geschenke; Nr.237 Cafe Tempo; Nr.245 Gabriele Wiese, Friseur; Nr.249 Obst + Gemüse, Eddy Caliscan; Nr.255 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, Weinstube;
Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.48 Je suis !, Secondhand fashion; Nr.48 petite princess, Mode, Accessoires; Nr.48 keiko; Nr.50a Hülsen Petit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.58 Käse, Wein und mehr; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.;
Fährhausstraße Nr.8 HPM Vermögensverwaltung;
Friedr. Schütter Platz Ernst Deutsch Theater; Theatergastonomie Schütters;
Fuhlsbüttler Straße Nr.756 Hamburger Friedhöfe-AG;
Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger & Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode; Mercedesh-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 Humst;
Gelbelstraße Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cocktails;
Gertigstraße Nr.4 Gartenhaus, Tickets; Nr.6 Futterneid, Tiernahrung; Nr.8 Number Nine, Textilien; Nr.20 Smart Sun, Sonnenstudio; Nr.24 Yellow Möbel; Nr.40 RS - Möbel GmbH; Nr.42 Rothaus Möbel; Nr.48 Kiosk 48; Nr.85 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 Chesapeake Heaven; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer;



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



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 Pastalaria Porto,
portugiesische Spezialitäten; Nr.41 Der Biologen
Winterhude; Nr.59 einsnullfins, Notebook & Co
Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante; &
Geschw.-Scholl-Straße Nr.6 Mrs. Sporty,
Fitness für Frauen; Nr.23 Eppenloer Cafe und
Lädchen; **Goldbekplatz** Nr.2 Goldbek Medical;
Grasweg Nr.2 Ihr Friseur; Nr.6 Cafe Quiddje;
Gründelallee Nr.18 Cafe Campus; Nr.32
Spießerei Speis & Trank; Nr.32 Print- und
Copyhaus GmbH; Nr.34 Cafe Dilo; Nr.40
Papier & Co., Bürobedarf; Nr.40 Base / E-Plus
Shop Uni Hamburg; Nr.44 SHAL, Israel
Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80 Lavante Deli &
Coffeeshop; Nr.80 te & tone, An u. Verkauf
von Büchern, CDs & DVDs; Nr.104 a MrPaper;
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 Backwerk; Nr.126 EDEKA aktiv
markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas“;
Nr.134 Arabbiata, 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 evergia, Schmuck; Nr.168 Cafe
Pastalaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170
Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta
Secondhand; Nr.182 Jojo's Pizza Service; Nr.186
BOBS FRISOR; Nr.188 MFO Matratzen Factory
Outlet; Nr.197 Campus Suite; Nr.21 Studioline
Photography; Nr.45 Haspa; Nr.53 Haspa, Bank;
Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79
Qrito Grindel, fresh chocolate cooking; Nr.79
Schneiderei am Grindel; Nr.83 Internetcafe;
Nr.83 All 's Grillhaus; Nr.87
Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Campus Cut;
Nr.89 SO NA MU, 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
Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei;
Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-
ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt;
Gründelberg Nr.86 Ka 1, Mode; Nr.86 internet
gmbh, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelus-
Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3
ANDREA'S APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.2,
Fahrradservice; Nr.39 Friseur salon KASKADE,
Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-
Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45
Tinten-Toner-Tankstation; Nr.83 Susanne
Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituousen-Lotto;
Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch;
Große Brasbrook Nr.19 Hafenhünger;
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, Ernsting
Family; EG, LUCKY Clean & Heets; EG, Mc
Paper; EG Neils; EG 19, Friseur, Essantelle;
EG 22 Oil & Vinegar; EG 23 MIMA; EG 28
Apollo Apotheke; EG 29, Friseur Nicolaisen;
EG 31 Bäckerei Junge; EG 40 Multi Express,
Schuhmacherei/Schlusssendienst; EG 44 Camel
Shop; EG 45 Sticweg Textilreinigung; EG 47
Siele Max; EG 52 Friseur; EG 62 Freigang
Shirts; OG Apotheke Apollo 2; OG 108
Vodafone; OG 116 Bäckerei Nitt; OG 116 Nur
Hier; OG 117 Dat Backhus; OG 118 Reformhaus
Engelhardt; OG 122 Eiscafe Flore; OG 140
Sansibar; OG 147 Jens Koch; OG 27 Tom Tailor;
OG 27 Sparda Bank; OG 55 Haspa; OG 85 thalia
Bücher; OG 92 Studio Line Photography; OG 98
Pan Asia; OG 121 Schuback, Parfümerie;
Hanseviertel Roedel, Handschuhe; Quartier 30,
exklusive Mode; Leystieffer kleiner Shop,
Confiserie und Konditoreispezialitäten;
Leystieffer, Confiserie und Konditorei-
spezialitäten; Lindner; La Moda, Abendkleider;
Caffee Rouse, Cafe Bistro; Falke-Store,
Strümpfe; Sansibar-Sylt; Fashion Hamburg
Business Center; Emeca, Passion f. Wein u.
Spirituosen; im Hansenviertel; Tott & Co.,
Herrenschuhe;
Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster
Reisendient, Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode
an der Alter; **Hebbelstraße** Nr.15 elkline GmbH;
Hegestraße Nr.8 FOLKER H, Der Friseur; Nr.8
Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.12
Restaurant Da Remo; Nr.50 Umland Delikat-
essen, und Party-Service; Nr.13 Das Kleine
Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINOLD secondhand;
Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung;
Nr.31 Uhrwerk 31, Uhren für Astheten; Nr.31
SMITH 's, Clothes for Men & Women; Nr.33
schokovida, Feinste Schokoladen;
Heinrich-Hertz-Straße Nr.101 Blumenladen
Dieter Ahlf;
Herderstraße Nr.2 Änderungsschneiderei Julia;
Nr.2 Goldankauf 111;
Hermannstraße Nr.14 Altstadtblume am
Altstertor;

Heubergredder Nr.34 Mode & Accessoires,
Mode; Nr.34 Villa Sails, Relax-u. Wellness-
Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistro/Restaurant;
Nr.48 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus,
Bäckerei/Cafe; Nr.57 Mein Friseur, Friseur;
Hofweg Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel;
Nr.8a Selmeiver, Cashmere Couture; Nr.14
Café O Fado, Portugiesische Spezialitäten;
Nr.20 Maxim Lebensmittel; Nr.22 Casa Nova,
Eiscafe; Nr.24 Haspa; Nr.46 Hofweg Apotheke;
Nr.46 Kape, Bistro; Nr.48 Zeitschriften-
Shop; Nr.50 La Fee; Nr.54 my favorite store,
hochwertige Mode für Damen und Herren;
Nr.58 EMSRaum Hamburg, Fitnessstudio;
Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Farda,
Syrische sRestaurant; Nr.98 Burg Apotheke;
Nr.102 HEINRYS Restaurant & Events; Nr.21
Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel Home,
Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-
Wittlinger, Immobilien; Nr.45 Cafe Bay; Nr.45
FLIQUA GmbH Body Energising Studio; Nr.57
Augenärztl im Hofweg; Nr.59 Post am Hofweg;
Nr.61 a Rindchen 's, Weinkontor; Nr.63 Emmas
Konditorei Cafe Deli; Nr.65 Dalivi, Stoffe; Nr.69
Dat Backhus, Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75
Nippon-Hotel; Nr.77 Viale Grande, Restaurant;
Nr.81 Edeka Niemerszeim, Edeka; Nr.99 SAFA,
Schuh + Schlusssendienst; Nr.101 Dilo-Cafe,
Cafe;
HoheUlfchausee Nr.18 Osaka Sushi,
Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH;
Nr.28 Sub Way Sandwiches Hl 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 SCHNELLEINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56
JoCo Friseur; Nr.56 Oberdorffers Apotheke;
Nr.56 Optic HoheUlf; Nr.60 Din Hau, Asiatische
Spezialitäten; Nr.72 Maxi Sun; Nr.84 Statronic,
Elektronik & HiFi; Nr.88 Haarstudio Laute;
Nr.90 Margot Randhawa, Blumen; Nr.90 Copy
As; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.17 Eisen
+ Haushaltswaren Harms; Nr.45 Lichthaus
Friedrich Hass; Nr.119 Funk-Schloss-Notdienst;
Hudtwalckerstraße Nr.8 Dr. Trettn, Neurologie;
Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18
Fährhaus Apotheke; Nr.20 Kleine Freiheit,
Sexxuous; Nr.24 Schiwi-Computer, Computer;
Nr.24 Moringa, Das Plus an Lebensqualität;
Nr.28 Bobbys Burger; Nr.28 Schamotte, Pizza
Suppen Salate; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit;
Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung;
Nr.13 Winterhuder (Restaurant & Cafe)
Nr.13 Komodie 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 Samy's Café; Nr.33 Effenberger,
Bäckerei; Nr.35 Heymann, Bücher; Nr.37 Da Lui,
Restaurant;
Humboldtstraße Nr.5 UNIFLOTT, Textil-u.
Ledergeläge;
Isestraße 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.42 Jarre-Apotheke; Nr.44 Rewe,
Lebensmittel; Nr.60 Caspars Café + Bistro;
Nr.55 Die Bäckerei; Nr.57 Döner-Queen; Nr.59
Lebensmittel/Imbiss Sultan Arslan;
Jungfernstieg Nr.16 City Fresh, Gastroomie;
Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.44 Langhagen &
Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's
Alte englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg
im Alsterpavillon; Nr.58 MIO Bistro Caffé
Gelato; Nr.51 Optiker Bode;
Kaufmannshaus Brahmshkeller, Wein u.
Bierstube; Böcker Design Optic, Optiker;
Klosterallee Nr.80 Kloster Stuben; Nr.80 Ise
Apotheke;
Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode;
Nr.1 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto
Hessamim; Nr.5 Haspa; Nr.5 Tabakwaren,
Zeitschriften, Postfilialpartner;
Krohnshamp Nr.15 Wijnhus, Weine; Nr.33 ON
Stage, Training Center;
Körnerstraße Nr.2 Kult Kiosk Mühlenkamp
Lange Roehle 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 Alca Weitmann,
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-Läufer;
Lattenkamp 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 Haarkunst, Claudia Hair; Nr.36
Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40
Style your Cake, Süßigkeiten; Nr.40 Fine
Antique Interiors; Nr.46 Galerier in Eppendorf;
Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen

B.Sanmann; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50
UMS Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50
die Fasserie, Wein,Essig, Öl, Whisky; Nr.56
Feischerei Harms; Nr.58 jolie Karla-Maria
Ostersetzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante
Italiano; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner
Änderungsschneider; Nr.31a Cafe Estoril 2;
Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare
Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Nalidesign;
Nr.43 Milchzahl, Baby-u. Kinderausstattung;
Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz,
Änderungsschneider; Nr.43 Askrafi
Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst; Britta
Grunnann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer
Haushaltsutensilien; Nr.55 Outfit Haare &
Kosmetik; Nr.57 ANIMAL finearts;
Lenhartstraße Nr.16 LoBo Frisuren GmbH,
Frisurere-Haaregestaltung;
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; Schuhbecks Gewürze; Princess
tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Tschebull
Österr. Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant;
1.Etage B.O.S.Caviar Gourmetcke; 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;
Löwenstraße Nr.4 Der Löwenschuster;
Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg Nr.22 China
Restaurant Lutsbulle;
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
Naise; Nr.7 Feischerei R.Schuster;
Martinstraße Nr.6 Saak 's Porz.
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
Änderungsschneiderei;
Mittelweg Nr.18 Beauty Klinik; Nr.20
Die 2 Friseur; Nr.24 La Bottega; Nr.24
Ristorante Torcello, Italiener; Nr.26 six 26,
Restaurant/Bar; Nr.30 Hautkultur, High Care;
Nr.130 Enoteca Passion für Wein; Nr.138
Pöseldorfer Brillenhaus; Nr.140 Änderungen
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; Nr.25 Shop
Mittelweg; Nr.25a Schanzbäckerei; Nr.27 Il
Gelato, Eisdielen und Lattematcchio; Nr.31
Bistro Masur; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41 a
Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41 a 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;
Mönckestraße Nr.3 MÖ-CITY-APOTHEKE;
Nr.29 Hirmo, Grosse Größen;
Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht,
Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikel;
Nr.6a Kaffee elbgold, Café + 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, Weinhandel; Nr.16 d'Agate, Antipasti
etc.; Nr.16 Liman, Fischrestaurant; Nr.16 Die
Suppenmüde, Imbiss; Nr.18 Mi - 18 Pizza
Profis; Nr.22 Optiker Vocke; Nr.34 Haspa;
Nr.38 AUST Moden GmbH; Nr.40 Cecest
Tagesbar; Nr.42 Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien;
Nr.46 La Piadin; Nr.48 Melano; Nr.54 Trüffel
Schwein; Nr.1 Restaurant Paleo; 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 Böttcher, 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.29 Pizza Social
Club; Nr.33 a Orthopädie Mühlenkamp; Nr.33
Haspa; Nr.35 Butter Lindner, Lebensmittel;
Nr.35 Gundlach, Schuhe; Nr.37 Effenberger,
Bäckerei; Nr.45 Edeka Niemerszeim; Nr.59
Jacques Weindepot; Nr.59 Fetch Restaurant;
Nr.63 Tanzkult, Die Tanzschule;
Mundsburger Damm Nr.24 Esso-Station;
Nr.30 Unsere Textilreinigung; Nr.36 Cafe
Bäckerei Morgenstund; Nr.36 Outlethouse,
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
Nedderfeld Nr.152 Auld 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;
Nedderfeld/Offakamp Nr.10 BMW
Niederlassung Hamburg;
Neuer Jungfernstieg Nr.9 Hotel Vier
Jahreszeiten;
Neuer Wall Nr.42, Cravatterie Hamburg
Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.26 Wasfmann,
Juweliere; Nr.42 Ewige Lampe; Nr.46 Loro Piana;
Nr.50 SÖR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design;
Nr.54 habitat, Möbel-Store; Nr.80 JOOP! Store
Hamburg; Nr.80 ST. EMILE Store Hamburg;
Nr.80 GÄNT Store; Nr.43 Jil Sander, Mode; Nr.43
van Laack Store; Nr.61 Marius Möller, Friseur;
Nr.77 Walter Steiger;
Oberstraße Nr.1 WeinViertel; Nr.1 Juwelier
Georg Frisch; Nr.3 Sisters, Hair, u. Nalidesign;
Ohlsdorfer Straße Nr.2 Zoo, Tiergeschäft;
Nr.4 Bistro;
Oskalee Nr.6 Lieblingsplatz; Nr.6 RR Plus,
Frisurere;
Papenhuder Straße Nr.24 Hand-Werk, schöne
Hölz; Nr.24 Pappenhaimer, Wirtschaft; Nr.28
Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscherie-
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 Priech; Nr.67
Obst- & Gemüse GmbH; Nr.67 Änderungsschneiderei;
Parkallee Nr.15 Feinkost Sarikaya;
Parkchauckamp Nr.2 Broterbe Gaues; Nr.4 Anne
Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden,
Maßanfertigung-Änderung; Nr.4 Lotto am
Poelchauckamp; Nr.4 Clips Bazar; Nr.16 KARIN
MILLER Hamburg; Nr.23 Aazaar Boutique;
Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.1 Rstorante
Salentino; Nr.1 Tiff Reisen; Nr.3 Eiscafe am
Poelchauckamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK!
Schuhe, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Lifestyle;
Nr.9 twi, Mode GmbH; Nr.11 Obst & Gemüse
Lieferservice; Nr.15 Dahler & Company; Nr.17
Klünder Uhrmachermeister; Nr.17 Carl-Heinz
Schwartau; Nr.21 Blumen-Hahn; Nr.23 Trixi,
Mode; Nr.23 Schmucktheater Carolin Winkler;
Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 Hackbarth 's Intertex
Studios;
Pöseldorf Center Corner, Mode;
Rothendammchausse Nr.10 Grand Elysee,
Hotel; Nr.48 Brodersen Restaurant; Nr.70
Bohero Restaurant; Nr.70 Dat Backhus; Nr.70
Schönheit am Rothenbaum; Nr.76 Apotheke
am Rothenbaum; Nr.27 Commerzbank; Nr.49
Dat Backhus; Nr.55 Balzac Coffee; Nr.61 Mrs
Sporty; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet
Home, Antiquitäten; Nr.101 Cucina d'Eisa,
Italienisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107
Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Laa, Restaurant;
Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrassen Cafe Funk-Eck,
Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 Peemüller,
Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann,
Frisurere;
Sankt Pauli Nr.44 Andronaco
Schinkelstraße Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar;
Schlankeyer Nr.73 Bäckerei Allaf;
Schloßstraße Nr.4 Haspa;
Semperstraße Nr.18 Kiosk Forstmannstraße,
Kiosk;
Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische
Spezialitäten; Nr.42 Marco Hops, Exklusiv
Damenmode; Nr.90 Alster Textilpflege;
Spitalerstraße Nr.2 Nike; Nr.8 promod; Nr.16
Diele Bank; Nr.17 Dat Backhus; Nr.1 Runners
Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made
Cosmetics; Nr.9 VIVET, Restaurant - Bar - Cafe;
Nr.9 Optik Weser;
Tarpenbekstraße Nr.56 Praxis f. Krankengymn.
& Physiotherapie, Dietke Dörrie; Nr.62
Fahrschule Hoepfner;
Uhlenstraße Nr.2 Le Beau Voisin
Uhrseeboulevard Nr.4 Witty Knitters, Outlet
HafenCity;
Wurburgstraße Nr.7 Poldi Imbiss;
Winterhuder Marktplatz **Winterhuder Forum**
Apotheke; 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 Viva
la Wurst; Nr.1 Krenzfeld's, Obstgeschäft; Nr.1
Sunpoint, Sonnenstudio; Nr.1 BARISTA, Asia
-Quick restaurant; Nr.5 Curvy Shapes; Nr.17
L' Osteria Restaurant; Nr.21 Nur Hier, Bäckerei;
Nr.21 Haspa, Bank; Nr.37 Apotheke;
Winterhuder Weg Nr.88 Scharlau Copy-Center
für Profis; Nr.114 Kumpirhaus, Caffé; Nr.12
Niederlassung Hamburg, Kiosk;
Nr.122 Sculpt Cut, Friseur; Nr.122, wax art
natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold
Cafe Bistro; 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 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfrisur;
Nr.65 Matratzen Concord;
Sharepoint werden unten: Tel.: 040 - 538 34 52

What's up in TOWN?



Moderatorin Frauke Ludowig und Center-Manager Jörg Harengerd



Kochen an der Alster: Harry Schulz, André Stolle, Stefan Marquard und Nils Egtermeyer (v.l.) mit Christian Tack (GF Hamburger Tafel e.V., 2. v.r.)

Fotos: Medienpublikationen/Robin Lösch

CHARITYCOOKING

Prominent besetzter Auftakt zur Charity-Aktion „**Food for Good**“ zugunsten der Hamburger Tafel e.V. Denn erneut kochen – und das **noch bis zum 27. Oktober** – unter dem „Motto Schlemmen, Sterne-Köche und TV-Stars treffen – und dabei Gutes tun“ Star-Köche (siehe oben) unterstützt von Promis wie Stefanie Schanzleh und Silva Gonzalez im Food Sky der **Europa Passage** außergewöhnliche Gerichte für die Besucher*innen. Je ein Euro pro Portion fließt an die Hamburger Tafel. Mehr Infos: www.europa-passage.de/news-und-events



Schauspieler Hardy Krüger jr. und Ehefrau Alice



Model und Schauspielerin Nina Ensmann mit Schauspieler Jan Hasenfuß



Luxus-Experte Olaf Schmidt und Moderatorin Sabine Stamm



Schauspielerin Rebecca Immanuel und Gastgeber Dr. med. Andreas Krüger



Sorgte für Tanzstimmung nach der Gala: DJ Mousse T.



Bürgerschaftspräsidentin Carola Veit und Chefredakteur Kai Wehl



Moderatorin Julia-Nikarika Sen und Schauspieler Guido Broschiet

Fotos: Ankerland/Stephan Wallocha

CHARITYGALA

10 Jahre **Ankerland e.V.** - Hilfe für traumatisierte Kinder und ihre Familie! Das wurde mit einer großen **Charity Gala im Gruenspan** gefeiert, zu der Trauma-Experte Dr. med Andreas Krüger - Vereinsgründer und medizinischer Leiter der Einrichtung - geladen hatte. 140 Gäste genossen ein 3-Gang-Menü von Tim Mälzers Speisenwerft, feine Drinks, Livemusik und mehr sowie Mucke von DJ Mousse T. auf der Aftershowparty. Die Verantwortlichen konnten sich – generiert u.a. durch das Dinner und eine stille Auktion – über eine gute fünfstellige Spendensumme freuen. Mehr Infos zur Arbeit und dem Engagement der Einrichtung gibt es auf www.ankerland.de.



Koch-Legende Tim Mälzer, Singer/Songwriter Ingo Pohlmann und Veranstaltungs-Agentur-Chef Uriz von Oertzen (v.l.)



NIEMERSZEIN

ALLES GUTE FÜR SIE!



MODERNES INDUSTRIAL-DESIGN TRIFFT AUF FEINE WAREN.

NIEMERSZEIN MILCHSTRASSE macht Einkaufen zum Genuss.

An der Alster wird es jetzt noch schöner: Der NIEMERSZEIN Markt Milchstraße wurde umgebaut und umgestaltet für ein innovatives, ästhetisches Einkaufserlebnis. Rustikales Industrie-Design mit schwarzen und goldenen Elementen bildet den Rahmen für köstliche Wochenmarkt-Opulenz. In der neuen, großzügigen Obst- und Gemüseabteilung verführen Sie frische Vitamine in leuchtenden Farben. Etwas ganz Besonderes erwartet unsere Kundinnen und Kunden jetzt in der Fleischabteilung – vom Aroma von Dry Aged Beef schwärmen nicht nur Steak-Freunde. Wenn's mal ganz schnell gehen soll, sorgt eine vielfältige Auswahl an fertigen Snacks und Gerichten dafür, dass es trotzdem was Feines gibt.

Unsere Alles Gute Küche versorgt Sie mit heißen Suppen, frisch gekochten Mahlzeiten oder etwas Süßem, alles mit viel Können und Leidenschaft zubereitet. Aber ganz gleich, was in Ihrem Korb landet: wir sind sicher, dass Sie bei uns fortan nicht nur Ihre Einkäufe sondern auch den Einkauf mit allen Sinnen genießen werden.



Einen Monat
— GRATIS —
TRAINIEREN*

MOTIVATION TEILEN. SPASS VERDOPPELN.

DEIN HIER, DEIN JETZT.

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

*Bei Abschluss eines 12- oder 24-Monatsvertrags trainierst Du zum Start einen Monat gratis. Erst danach beginnt Deine reguläre Vertragslaufzeit. Begrenztes Kontingent. Das Angebot ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.