

ALSTER

MAGAZIN

LOCAL PEOPLE
& LIFESTYLE

**JETZT
KOSTENLOS
MITNEHMEN**

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

VOLL BEKLOPPT

DAS KABARETT-DUO
BEIER & HANG STÄNKERT
IN EPPENDORF GEGEN DEN
OPTIMIERUNGS-WAHN.

FREMDER KONTINENT

CDU-MDB CHRISTOPH PLOSS
ERKLÄRT, WELCHE GEFAHREN
UND POTENTIALE AFRIKAS
ZUKUNFT BIRGT.

PROMIS, PROMIS

WIR BERICHTEN VON
DEN GLAMOURÖSESTEN
EVENTS DER STADT!

Til Schweiger

„Hamburgerinnen
haben Stil!“

DER SCHAUSPIELER/REGISSEUR/UNTERNEHMER ÜBER SEINE WAHLHEIMAT, SEINEN
HASS AUF E-SCOOTER UND WARUM ER ZU HAUSE NIE VIEL ZU SAGEN HAT.



Das riginal 4x in Hamburg

@FED | @KOL | @HKW | @BKW

Mercedes-Benz Niederlassung Hamburg

040 6941-1010 · www.mercedes-benz-hamburg.de/4originale

FED: Friedrich-Ebert-Damm 115 · **KOL:** Kollaustraße 171

HKW: Heidenkampsweg 96 · **BKW:** Bornkampsweg 146

GRETA KÄMPFT

VON WOLFGANG E. BUSS



Wie opportunistisch sind wir eigentlich? Bereits 1972 – kurz nach den Olympischen Spielen in München – las ich die gerade erschienene Studie der beiden Meadows „The Limits to Growth“ (Die Grenzen des Wachstums). Der Think-Tank „**Club of Rome**“ zeigte damals für alle verstehbar: So können wir global nicht weiter wachsen. Und fast 50 Jahre später, in denen sich **kaum** jemand darum kümmerte, wuchsen Weltwirtschaft und Bevölkerung noch atemberaubender als erwartet. Und plötzlich inszeniert man eine dramatische „Nachtsitzung im Kanzleramt“ zur Klimakrise und Rettung der Welt! Will man uns veralbern?

Führen wir uns in Erinnerung, dass sich die „Klimakanzlerin“ bereits im Herbst 2007 von unseren Medien feiern ließ, als sie „gleich zweimal auf internationaler Bühne über die globale Erderwärmung sprach“ und sich theaterreif vor schmelzendem Grönlandeis fotografieren ließ. Um sich quasi im gleichen Atemzug von der SPD die Milliarden-Förderung zahlloser Kohle-Dreckschleudern aufschwätzen zu lassen. Im März 2011 kam es dann in einem japanischen Kernkraftwerk zur Kernschmelze. Effekt: Die „Klimakanzlerin“ entschied, alle deutschen und klimaneutralen AKWs abzuschalten. Die GRÜNEN jubelten und CO₂-kritische Wissenschaftler hielten den Atem an bei der Frage an: Mit **welchen** Technologien bitte sollen diese dann fehlenden Gigawatt CO₂-neutral substituiert werden? Das Ergebnis: Es gibt sie noch **nicht**, unsere aktuelle CO₂-Bilanz ist miserabel und die angebliche deutsche „Welt-Vorbildfunktion“ ist vor dem Rest der Welt der Lächerlichkeit preisgegeben. Einziger Effekt: Der Strompreis für die deutschen Verbraucher ist dramatisch gestiegen und unsere Nachbarn wollen dieses Modell keinesfalls übernehmen.

Jetzt kämpft Greta für unser Klima, da die heimische Politik nur um die **eigene** Wiederwahl kämpft. Klimapolitische Fakten zu schaffen sei kaum möglich im deutschen **Kapitalismus**, der **nur** Konzerne und ihre schwerreichen Eigentümer wirklich gut behandelt – so die Kritik aus der linken Ecke.

Das politische Erbe der Kanzlerin wird bereits heute mit „**minus Null**“ bewertet, glänzen tut nur ihr Opportunismus-Faktor.

Und plötzlich ein atemberaubender Meinungswandel. Verhöhnungen Politik und Öffentlichkeit die jungen „**Schulschwänzer**“ noch vor nur wenigen Wochen als unreife Wirrköpfe, die – von links-grün-versiffen Eltern und Lehrern dressiert – besser zur Schule als auf die Straße gehen sollten, sind sie plötzlich zu globalen Helden mutiert, die den Versagern in Kanzleramt, UN und Konzernzentralen den Weg in die Zukunft diktieren. Ein Paradigmenwechsel? Nein, Populismus und Opportunismus. Hatten unsere Wendehälse gestern noch die Schulpflicht als eisernes Gesetz vor Augen, schwafeln sie heute schon von „Gänsehaut am Jungfernstieg“, angesichts der 70.000 Aktivisten. 1,7 Millionen Hamburger hatten übrigens an der Demo **nicht** teilgenommen.

Kehren wir noch einmal zurück zu den Zukunftsforschern der 70er-Jahre. Sie hatten recht: Ein ungebremstes Wachstum hält dieser Planet nicht aus. Bald werden wir **zehn Milliarden** Menschen sein und allen versprechen wir weiter großes Wachstum, um für sie gesellschaftliche Teilhabe und Wohlstand zu schaffen, damit sie nicht zu uns flüchten.

Sie, liebe Leser, können also gerne noch guten Gewissens eine Kreuzfahrt buchen und als **Ablösszahlung GRÜN** wählen. Denn die wahren Probleme liegen **ganz woanders**, sind gewaltig mit grün-deutscher Symbolpolitik schon gar nicht zu lösen!

Diskutieren Sie mit: [facebook.com/alstermagazin](https://www.facebook.com/alstermagazin) oder schreiben Sie mir: w.buss@alster-net.de



Henrik Hertz

Philipp Hertz

**ARNOLD HERTZ
IMMOBILIEN**

SPEZIALISTEN IM IMMOBILIEN-MANAGEMENT

- Zusätzlich zu Ihrem kompetenten und persönlichen Immobilienmanager für die Hausverwaltung, haben Sie mit dem Online-Service „eHertz“ 24 Stunden digitalen Zugriff auf Ihre Objekte
- Sorgfältiges Facility-Management mit Hausmeister, Reinigungsdiensten und Handwerkerleistungen
- Begleitung und Umsetzung von Modernisierungen und Umbauten in Zusammenarbeit mit einem Dipl. Architekten
- Partnerbüros in den wichtigsten deutschen Städten als Gründungsgesellschafter des DIP-Verbundes „Deutsche Immobilien-Partner“

Mit 90 Mitarbeitern in der Firmengruppe sind wir Ihr Spezialist für immobilienwirtschaftliche Themen.

Arnold Hertz Immobilien GmbH & Co. KG
Arnold Hertz Facility Management GmbH, Arnold Hertz Service GmbH,
Arnold Hertz & Co. Rostock GmbH

Jetzt unter der Telefonnummer **040.35 46 78**

Große Bleichen 68, HAUS HERTZ, 20354 Hamburg
kontakt@arnold-hertz-immobilien.de, www.arnold-hertz-immobilien.de

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

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

Hemden

1,50€ gewaschen, gebügelt
Frisch auf den Bügel gehängt

Montags: Pullover
3,30€

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8.00-19.00 Uhr,
Sa. 8.00-15.00 Uhr
Sierichstraße 30,
22301 Hamburg



memento mori
Bestatterinnen

mit Abschiedsräumen am Osterbekkanal
Mozartstraße 19 | 22083 Hamburg
040 419 29 804 | info@bestatterinnen.de
Veranstaltungshinweise auf www.bestatterinnen.de



Kingsgard
Reinigung

2 Hosen
special **€ 8,99**

1 Hemd
waschen &
bügeln **€ 1,60**

Rothenbaumchaussee 78
20148 Hamburg
Eppendorfer Landstr. 98
20249 Hamburg
Tel.: 040 - 450 608 23
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr.: 7.00 - 20.00 Uhr
Sa: 8.00 - 16.00 Uhr

© Barefoot Living GmbH



INHALT

Oktober 2019

Magazin

- 3 Kolumne
- 6 News: Ein Top-Turnier, zwei alte Freunde, informative Abende und mehr!
- 10 Hat zu Hause nicht viel zu sagen: Til Schweiger
- 12 Für CDU-Mdb Christoph Ploß birgt Afrika Potentiale für die Zukunft
- 16 Wir diskutieren: Wie sinnvoll sind E-Scooter?
- 18 Beklopt optimiert? Das Kabarett-Duo Beier & Hang spielt in Eppendorf
- 20 Spannendes Projekt: der Gebärdenchor „HandsUp“
- 22 Jetzt mitmachen: Modelcasting im AEZ
- 23 Gute Sache: der Verein für verwaiste Eltern und Geschwister
- 24 Grünes Golfen im Golfclub Hamburg-Walddörfer
- 42 What's up in town: Glamour und Promis bei den besten Events der Stadt

KAISERGALERIE
Große Bleichen 23-27

FASHION SHOWS
24.10.19

2 SHOWS
20.30 und 22.00

Aftershowparty mit
DJ Le Fronque und Zoot
Welcome Drink inklusive

Ticketshop
Hamburger Abendblatt

JAK
AKADEMIE

eventim

© Belmondophotography

10

Wir trafen Multitalent
Til Schweiger an der
Alster zum Talk über
Frauen und Stil.



12

Wir sprachen mit
Christoph Ploß über
seinen Nigeria-Besuch.



18 Nehmen den Optimie-
rungswahn aufs Korn: Max
Beier und David Hang (r.)

Servicethemen

- 26 Alster med: Tipps für Gesundheit und Wohlbefinden
- 29 Zahngesundheit: Wie schädlich sind alternative Ernährungsformen?
- 31 Gesundheitsratgeber: Kopfschmerz ist nicht gleich Kopfschmerz
- 32 Wintergärten: Die Innen-Oase muss gut geplant sein!
- 34 Sicher wohnen: Vorsicht vor den Maschen der Einbrecher!
- 36 Immobilien: Pendeln oder Wohnung in der Stadt?
- 39 Kleinanzeigen/Impressum
- 40 Exklusive Standorte, an denen Sie unser Alster-Magazin finden!

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

Don Kosaken Chor Serge Jaroff®
Leitung Wanja Hlibka

Karten bei: **GERDES** Konzertkasse

040-440298

Weihnachtskonzert
Montag, 23.12.19 * 19 Uhr
Laeishalle-Musikhalle Hamburg

 **IT-SERVICE & TRAINING**
APPLE_WINDOWS_IOS_WIFI

COMPUTER TV HIFI W-LAN
SERVICE BERATUNG INSTALLATION

Sie haben Fragen zu Ihrem Fernsehgerät, Ihrem neuen HANDY, 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 & 0152-21992270
Ihr Alexander Funk



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

Talk mit Rothenbaumer



In der ersten Sendung sprach Julian Sengelmann (r.) mit Tankred Stöbe von Ärzten ohne Grenzen.

Der Schauspieler und Theologe Julian Sengelmann aus Rotherbaum moderiert seit dem 6.10. jeden zweiten Sonntag das Format „So gesehen – Talk am Sonntag“ bei SAT.1 (gegen 8 Uhr). Im Mittelpunkt der für die EKD produzierten Sendung stehen die ethischen Grundfragen des Lebens. Ohne moralisch zu werden, soll über Lebens Einstellungen und Werte gesprochen werden. „Ich freue mich mit spannenden Menschen ausführlich ins Gespräch zu kommen und deren besonderen Geschichten zu hören“, erklärt Sengelmann. Mehr Infos: www.eikon-nord.de

Krimi mit Harvestehuder



Rätseln über einen Leichenfund: Försterin Bergelt (Teresa Weißbach) und Kommissar Adam (Stephan Luca).

„Crime and Nature“-Filme sind schon lange ein Erfolgsrezept im ZDF. Am 09.11. gibt es um 20.15 Uhr wieder einen: **der „Erzgebirgskrimi“ feiert mit „Der Tote im Stollen“ Premiere.** Mit dabei ist der **Harvestehuder Stephan Luca** als Hauptkommissar Ralf Adam. Zusammen mit der jungen Kommissarin Karina Szabo (Lara Mandoki) muss er den Tod von Prof. Dr. Hellmann aufklären, der in einem alten Bergwerksstollen im Erzgebirge gefunden wurde.

Zwei Herren gegen die Welt

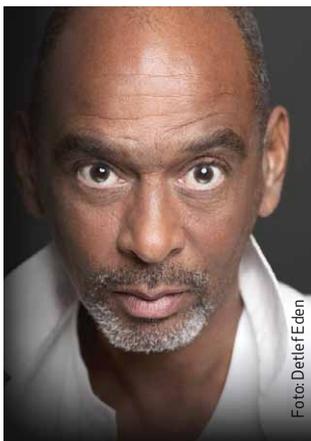


Foto: Detlef Eden

Ist nicht Rappaport: Pierre Sanoussi-Bliss spielt den New Yorker Midge Carter.

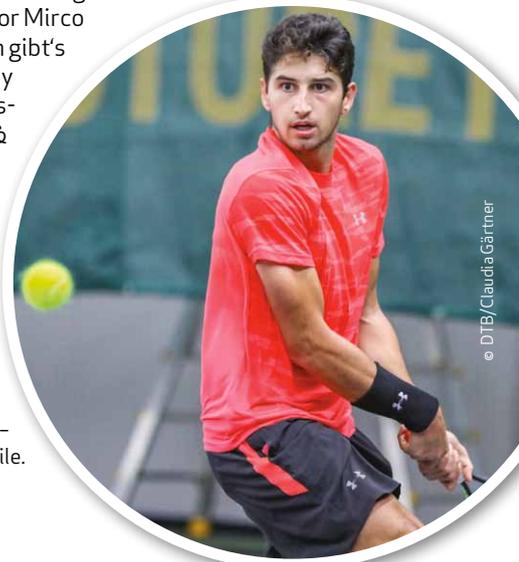
Die **Hamburger Kammer-spiele** zeigen vom 24. Oktober bis 30. November das Stück „Ich bin nicht Rappaport“ von Herb Gardner mit Peter Bause, Daniela Dalvai, Andrea Lüdke, Stephan Möller-Titel und Pierre Sanoussi-Bliss. Es erzählt die Geschichte zweier völlig unterschiedliche Männer mit ganz unterschiedlichen Backgrounds – ein fast achtzigjähriger Jude, Nat, und ein ebenfalls nicht mehr blutjunger Schwarzer, Midge, begegnen einander täglich auf einer Bank im Central Park in New York. Angespornt vom Einfallreichtum und feurigen

Temperament Nats verbünden sie sich, zuerst widerborstig, dann abenteuerlich, gefährlich und mit großer Verve, gegen den Rest der Welt. Das ungleiche Duo begegnet den skurrilsten Typen und gerät in so manch aberwitzige Situation. Sehr sehenswert! Mehr Informationen und Tickets unter **Tel. 040 41 33 44 0** und auf **www.hamburger-kammerspiele.de**

2. TOP-TURNIER FÜR HAMBURG

Das ITF-Herrenturnier des Deutschen Tennis Bundes wurde zum **ATP Challenger** hochgestuft! Das bedeutet mehr Preisgeld und mehr Weltranglistenpunkte (80 statt 18). Das lockt natürlich bessere Spieler – national wie international – in die Stadt. Die treten vom **21.-27. Oktober** im DTB-Stützpunkt, Bei den Tennisplätzen 77, gegeneinander an. „Die Zuschauer werden mit Sicherheit ein spielerisches Niveau erleben, das in der Spitze qualitativ mit den ersten Runden beim ATP 500er-Turnier am Rothenbaum vergleichbar ist“, so Turnirdirektor Mirco Westphal. Zusätzlich gibt's neben einem Kids Day auch einen Inklusionstag und mehr. Infos & Tickets über **www.dtb-tennis.de**

Einer von 48 Tennis-Cracks, die im ersten Challenger seit 16 Jahren in Hamburg antreten: Vorjahressieger – damals noch ITF-, jetzt ATP-Turnier – Altug Celikbile.



© DTB/Claudia Gärtner

Sind wieder dabei: die Alster-Detektive. 2018 las Oliver Rohrbeck, am 8.11. liest Rhea Harder auf Kampnagel.



©Stefanie Kapra Photography

Haspa fördert das Krimifestival und organisiert Lesungen in drei Filialen

5 Tage Ermittlungen in der Kulturfabrik

Das **Hamburger Krimifestival** ist bereits zum 13. Mal ein Stelldichein hochkarätiger Krimiautoren aus dem In- und Ausland. Vom **5. bis zum 9. November** wird in der Kulturfabrik Kampnagel an der Jarrestraße wieder ermittelt. Eine großzügige Förderung der **Hamburger Sparkasse (Haspa)** ermöglicht wieder Hörgenuss und Gänsehaut für die Gäste.

Ein „kriminalistisches Vorspiel“ gibt es bereits Ende Oktober in drei Haspa-Filialen: Unter dem Titel „Hamburg: historisch-kriminell“ lesen Kathrin Hanke („Störtebekers Piratin“) und Anja Marschall („Tod in der Speicherstadt“) als Duett am 22. Oktober in der Haspa-Filiale am Mühlenkamp 34. In der Filiale Alsterdorfer Straße 261 wird Marschall am 24. Oktober im Lichtbildvortrag „Mary Elisabeth Braddon – Ein Leben wie im Krimi“ über die erste Krimi-Bestsellerautorin im 19. Jahrhundert berichten. Dort ist bereits von 14.15 bis 15 Uhr die Autorin Sophie Bonnet zu Gast. Sie signiert ihre Bücher, in denen Pierre Durand in der Toskana ermittelt. Von 15.30 bis 16.15 Uhr schreibt Bonnet am Winterhuder Marktplatz 21 d und von 16.45 bis 17.30 Uhr am Mühlenkamp 34 ihr Autogramm in die Kriminalromane. Am 28. Oktober gastiert dann erneut Marschall mit einer Duett-Lesung. Ihre Partnerin in der Haspa am Winterhuder Marktplatz 21 d ist dieses Mal Eva Almstädt („Ostseeangst“). Der Eintritt für die Veranstaltungen in den Haspa-Filialen ist frei. Aufgrund der begrenzten Platzzahl ist aber eine Voranmeldung in den Filialen oder online unter haspa-veranstaltungen.de nötig. Die Lesungen beginnen jeweils um 19.30 Uhr (Einlass: 19 Uhr).

Bei der „kriminellen Eröffnung“ des Festivals am Dienstag, 5. November, um 19.30 Uhr wird Schauspieler und Sprecher Andreas Grötzinger dem forensischen Anthropologen David Hunter Leben einhauchen, der in seinem sechsten Fall in Simon Becketts jüngstem Roman „Die ewigen Toten“ im Norden Londons unterwegs ist. Für Musik sorgt das Ensemble „Salut Salon“. Von Mittwoch bis Sonnabend gibt es jeweils sechs Lesungen mit exzellenten Autoren. Durch eine zusätzliche Unterstützung der Haspa kann

das neue TKKG-Hörspiel „Das unheimliche Dorf“ am 9. November (24/16 €) live aufgeführt werden. Sascha Dragees, Tobias Diakon, Manou Lubowski, Rhea Harder-Vennevald („Notruf Hafenkante“) und Geräuschemacher sorgen für ein besonderes Bühnenerlebnis. Schauspieler Harder-Vennevald wird übrigens einen Tag zuvor, am 8. November um 10 Uhr (3 €) die „Alster-Detektive“ stimmlich unterstützen, wenn es den „Langfinger-Alarm“ gibt. Da die vier Junior-Detektive im Auftrag der Hamburger Bürgerschaft ermitteln, ist Präsidentin Carola Veit ebenfalls zu Gast.

„Die Heymann Buchhandlungen, das Literaturhaus und das Hamburger Abendblatt haben gemeinsam erneut exzellentes kriminalistisches Gespür bewiesen und eine hochkarätig besetzte Veranstaltungsreihe organisiert. Da ist für jeden Krimi-Fan etwas dabei“, sagte Frank Ennen, Regionalleiter Uhlenhorst-Winterhude bei der Haspa. Deshalb habe man das Hamburger Krimifestival gern wieder unterstützt. Er wünscht den Besuchern viel Spaß, gute Unterhaltung und Nervenkitzel. In den Haspa-Filialen in Alsterdorf, 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, 9. November, mit einem Stand auf Kampnagel präsent.

Eintrittskarten können in den Heymann Buchhandlungen, in der Abendblatt-Geschäftsstelle am Großen Burstah 18 – 32 sowie online unter 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.

Info-Abend mit Kunst



© Janine Guldener

Liest am 29.10. Gedichte zum Thema „Glück, Liebe und Familie“: die Schauspielerin Barbara Auer.

Kripke. Anschließend gibt es die Möglichkeit zum Austausch. Eintritt frei, aber limitierte Plätze! Eine **Anmeldung ist bis zum 20. Oktober unter office@stiftung-mammazentrum.de** möglich. Teilnahme in Reihenfolge der Anmeldung.

Unter dem Motto „**Brustkrebs kann jeden treffen**“, lädt die Stiftung Mammazentrum Hamburg am 29. Oktober um 19.30 Uhr alle Interessierten und Betroffenen zu einem **Info-Abend mit Kunst** in das Hotel Gastwerk, Beim alten Gastwerk 3, ein. Es soll ein Abend werden, der aufklärt und Mut machen will im Umgang mit der Diagnose. Dazu gibt es Gespräche mit den Experten Prof. Dr. Felix Hilpert und Prof. Dr. Christian Schem. Künstlerisch begleitet von **Barbara Auer**, Clemens von Ramin, Anna Opel und Olaf



Die „Lebenslust“ auf Schloß Bredeneek präsentiert Dinge, die das Leben schöner machen.

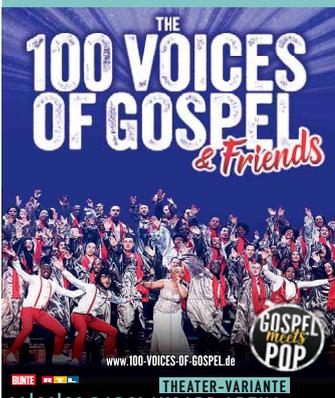
Herbstmesse auf SCHLOSS BREDENECK

Ende Oktober präsentieren über 100 Aussteller auf der „**Lebenslust**“ **Schloß Bredeneek** aktuelle Trends und zeitlose Klassiker. Ob Mode und Accessoires, Schmuck, Wohnen, Freizeit und Florales, Kunst, Kultur oder Kulinarisches – es gibt lauter Dinge, die das Leben schöner machen. Für Abwechslung und die musikalische Begleitung sorgen die „Golden Sugarbirds“ mit Interpretationen bekannter Melodien. Wann: 25.-27.10., Fr.: 16 bis 23 (Late-Night-shopping!) sowie Sa. und So.: 11 bis 18 Uhr. Wo: Am Schloss 3 in Bredeneek-Lehmkuhlen. Eintritt: 5 €/Kinder frei, kostenlose Parkplätze. Mehr Infos: www.selekt-veranstaltungen.de

RIVER CONCERTS

SHOWS
WINTER 20

THE
100 VOICES OF GOSPEL
& Friends



www.100-voices-of-gospel.de
THEATER-VARIANTE
14|01|20 BARCLAYCARD ARENA

DAS MUSICAL über den
KING OF POP!



live
BEAT IT!
MIT DEN GRÖSSTEN HITS VON
MICHAEL und JACKSON 5
www.beat-it-musical.com
THEATER-VARIANTE
17|02|20 BARCLAYCARD ARENA



That's Life
DAS SINATRA-MUSICAL
www.sinatra-musical.com
THEATER-VARIANTE
17|02|20 LAEISZHALLE

FALCO
DAS MUSICAL



www.falcomusical.com
THEATER-VARIANTE
23|03|20 BARCLAYCARD ARENA

Tickets auf myticket.de

Einfühlsame Trauerbegleitung

„Die Bestatterin Angelika Westphal“ begleitet seit 16 Jahren einfühlsam Trauernde bei der Bestattung ihrer Angehörigen. Mit zugewandter Freundlichkeit berät sie in ihrem Büro am Winterhuder Marktplatz 10 oder bei einem Hausbesuch die Hinterbliebenen, wenn es um den Abschied von einem nahen Menschen geht. Zu ihrem Tätigkeitsfeld gehört neben der Durchführung von Trauerfeiern und Beisetzungen auch die Abwicklung verschiedenster behördlicher Angelegenheiten für Ihre Kunden. Zudem entwirft und hält sie individuelle Traueransprachen. „So unterschiedlich der Tod ist, so unterschiedlich und individuell sind auch die Verstorbenen sowie diejenigen, die zurückbleiben. Vor dem Hintergrund meiner langen Berufserfahrung verbinde ich Tradition und Moderne, ohne dabei die einzigartige Persönlichkeit des Verstorbenen aus den Augen zu verlieren“, erklärt Angelika Westphal. Nicht nur Betroffenen, sondern auch dem Thema gegenüber offenen und interessierten Menschen bietet sie die Möglichkeit, bereits im Vorwege dem Thema Tod und Abschied in einem entspannten Gespräch zu begegnen, um so den Raum zu schaffen, der nötig ist, einen guten und würdevollen Abschied zu gestalten. Mehr Informationen unter **Tel. 040 64 53 70 57** und auf www.bestatterin-angelika-westphal.de



Angelika Westphal ist seit 16 Jahren als Bestatterin tätig.



Vom leckeren Mittagstisch bis zum
loungigen Tages-Ausklang: Ein Besuch
im La Madera ist immer eine gute Idee!

Köstlich schlemmen, stilvoll feiern

**Ob feines Dinner, spritziger Sonntagsbrunch,
abwechslungsreicher Mittagstisch oder private
Feierlichkeit – das Restaurant La Madera in Sasel ist
die erste Adresse für südländische Spezialitäten in
angenehmem Ambiente.**

Die Speisekarte ist voll mit abwechslungsreichen Genü-
ssen. Neben Spezialitäten aus aller Welt ist es aber vor
allem das Tapas- und Steak-Angebot, das dem Haus einen
hervorragenden Ruf beschert hat. Wer sich davon überzeu-
gen möchte, könnte das beispielsweise jeden Sonntag von
15-23 Uhr tun, dann gibt es nämlich Tapas satt! Und wer
dann den Sonntag besonders entspannt einläuten will,
kann etwas früher zum Brunch kommen (11-14 Uhr), bei
dem die Gäste ein ausgedehntes Menü mit saisonal wech-
selnden Spezialitäten erwartet. Wenn Sie von Montag bis
Samstag von 12-17 Uhr vorbeischaun, haben Sie Gele-
genheit, aus dem wöchentlich wechselnden Mittagstisch-
Menü zu wählen. Auch für private Feiern eignet sich das
Restaurant hervorragend: Von der Hochzeit bis zum Kin-
dergeburtstag. Es stehen unterschiedlich große Räum-
lichkeiten zur Verfügung – sogar größere Events mit bis zu

500 Personen kann
das La Madera prob-
lemlos beherber-
gen. Das Team sorgt
dafür, dass alles nach
Ihren Wünschen aus-
gerichtet wird und
sich sämtliche Teil-
nehmer rundum wohl-
fühlen! Mehr Infor-
mationen unter
Tel. 040 38 07 61 65
& **www.la-madera.de**



Auch für private Fei-
ern in kleinem und
großem Rahmen ist
das La Madera der
perfekte Ort.

LA MADERA
RESTAURANTE

Martinsgans „SATT“
mit hausgemachtem Apfelrotkohl dazu Kartoffelklöße mit Gänse-Jus

22,90 €
PRO PERSON

4. - 24. November 2019 | Montag bis Samstag
Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg - Tel.: 040 / 380 76 165
www.la-madera.de

Lyric – das unsichtbare Hörgerät

**Jetzt 30 Tage
kostenlos testen**

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

www.bode-hoerakustik.de

Wandsbek

Wandsbeker Marktstr. 1
22041 Hamburg
Tel.: 040-69 21 93 17

Winterhude

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

BODE
HÖRAKUSTIK

IHR SPEZIALIST IM OHR

TAYAS

Feinste Kuchen
für besondere Gäste bestellen:
www.tayas-hamburg.de

Wir liefern unsere Kuchen
direkt zu Ihnen nach Hause oder ins Büro

TAYAS • Papenhuder Straße 36
22087 Hamburg • Tel.: 040 730 50990

Mag keine Personen „die nur nehmen und nicht zurückgeben und die ihre Fehler nicht einsehen“: Schauspieler Til Schweiger.



EIN MANN IM FRAUENHAUSHALT

Ob als Schauspieler, Produzent, Hotel- oder Restaurantbesitzer – **Tilman Valentin „Til“ Schweiger** ist **erfolgreicher Unternehmer**. Wir haben den Wahl-Hamburger bei der Eröffnung seines Pizza-Konzepts **„Henry likes Pizza“** an der Alster getroffen und sind der Frage nachgegangen, wie er in einem **von Frauen dominierten Haushalt** zu Wort kam.

Alster Magazin: In deinem „Barefoot Deli“-Restaurant gibt es jetzt mit dem neuen Gastronomiekonzept eine offene Showküche. „Henry“ ist einer deiner beiden mallorquinischen Esel, der dich dazu inspiriert hat, ist das richtig?

Til Schweiger: Ganz genau, auf meiner Finca auf Mallorca leben viele Tiere, zum Beispiel Hängebauchschweine, Ponys, Ziegen und meine beiden Esel. Esel sind ganz bezaubernde Wesen, ganz besonders mein Henry. Wenn wir im Steinofen Pizza machen, kommt er immer zu uns auf die Terrasse und futtert genüsslich mit. „Henry likes Pizza“ steht für Geselligkeit, für wertvolle Zeit mit Freunden und Familie und natürlich für leckere Pizza. Ich liebe Pizza, Pasta und gutes Brot.

Du hast ja drei Töchter zwischen 16 und 22. So erfolgreich du als Geschäftsmann auch bist – wie ist das mit der eigenen Familie, hattest du da zu Hause denn noch was zu sagen?

Das musst du eigentlich meinen Sohn fragen. Nach der Trennung war er mit seinen Schwestern, Mutter und Nanny der einzige Mann im Haus. Aber nein, ich hab ja nie viel zu sagen *lacht* Ich bin immer ein sehr entspannter Vater gewesen, das einzige Mal, wo ich wirklich konsequent „Nein“ gesagt habe, war, als sie alle mit 16 eine Vespa haben wollten. Ich fand das zu gefährlich. **Das heißt, du bist auch kein Fan von den E-Scootern?** Ich hasse sie. Da bekomme ich Aggressionen.

„ZUHAUSE
HATTE
ICH NICHT
VIEL ZU
MELDEN“

Redakteurin
Kimberley Schulz
traf Til Schweiger
zum Interview.



Wieso hast du dich für Hamburg entschieden?

Nach Malibu sollte es wieder nach Deutschland gehen, zur Auswahl stand entweder München oder Hamburg. Mein eigentlicher Traum ist es, auf einem Bauernhof auf dem Land zu leben, da ich aber immer viel unterwegs war, war das meiner Frau damals allerdings zu einsam. Ich habe dann ein großartiges Haus in Niendorf im Wald gefunden und damit war die Entscheidung gefallen.

Was ist das Besondere an den Hamburgerinnen?

Die Hamburger Frauen, das habe ich schon immer gesagt, sind einfach stilvoll. Sowohl in ihrem Kleidungsstil, als auch von ihrer Art. Der Hamburger hat ein Gefühl für Distanz, das kommt mir als Prominenter sehr entgegen. Was andere vielleicht als arrogant und schnöselig einstufen, sehe ich als vornehm an.

Was magst du überhaupt nicht?

Menschen, die sich verstellen. Leute, die nur nehmen und nicht zurückgeben, Empathielosigkeit und Personen, die ihre Fehler nicht einsehen.

ks

WOLFFHEIM  **WOLFFHEIM**
IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders



Fragen? Wünsche? Probleme?
Sprechstunde für Immobilieneigentümer

Zögern Sie nicht, und vereinbaren Sie einen Termin mit uns.



Eppendorfer Landstraße 32 · 20249 Hamburg
Tel. 040 460 59 39 · www.wolffheim.de



ICH BIN NICHT RAPPAPORT

Von Herb Gardner

REGIE: Sewan Latchinian AUSSTATTUNG: Maria Frenzel

Mit Peter Bause, Daniela Dalvai, Andrea Iüdke,
Stephan Müller-Titel, Pierre Sanoussi-Bliss

*PREMIERE 24. OKTOBER 2019

VORSTELLUNGEN BIS 30. NOVEMBER 2019

HAMBURGER KAMMERSPIELE | HARTUNGSTRASSE 9-11 |
20146 HAMBURG | 040 - 41 33 440 | WWW.HAMBURGER-KAMMERSPIELE.DE



Christoph Ploß, der jüngste Hamburger Abgeordnete, der je direkt in den Bundestag gewählt wurde, besuchte in Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung Nigeria.

„Eine Herkulesaufgabe“

Der Bundestagsabgeordnete des Wahlkreises Hamburg-Nord/Alstertal, **Dr. Christoph Ploß (CDU)** war kürzlich auf einem **Besuch in Nigeria**. Im Gespräch mit dem Alster Magazin berichtet er, wie er das Land wahrgenommen hat, welche **Probleme und Potentiale** es hat und warum das Schicksal Afrikas uns in Deutschland viel mehr beschäftigen sollte.

Alster Magazin: **Das Auswärtige Amt warnt aktuell vor Reisen nach Nigeria. Wieso sind Sie ausgerechnet dort hingereist?**

Christoph Ploß: Nigeria ist in 20-30 Jahren das drittgrößte Land der Welt, mit Blick auf die Bevölkerung der afrikanische Staat, der mit am meisten wächst. Im Jahr 2050 wird es dort über 400 Millionen Einwohner geben, das entspricht in etwa der Größe der Europäischen Union! Gleichzeitig ist es ein Land mit einem starken Wirtschaftswachstum und großen Markt. Auch aus deutscher Sicht ist es interessant, weil viele Menschen, die Asyl beantragen, aus Nigeria kommen. Nigeria ist, je nach Betrachtungszeitraum, nach Syrien und Afghanistan das Land, aus dem die meisten Flüchtlinge kommen.

Jetzt schon oder in Zukunft?

Jetzt schon! Das kann sich natürlich möglicherweise noch verändern, deswegen ist es auch ein Land, das in unserem Interesse liegen sollte.

Wie haben Sie das Land erlebt?

Es gibt deutliche Unterschiede. Der Norden ist in der Tat sehr gefährlich. Da gibt es Islamisten, Terroristen, professionelle Entführer, die es vor allem auf die Mitarbeiter der Ölfirmen abgesehen haben. Gleichzeitig gibt es enorme Armut in dem Land, eine hohe Sterblichkeit – es gibt noch Malaria und Polio... Ich hatte mich mit Kollegen aus dem nigerianischen Parlament über die Probleme in ihren Wahlkreisen ausgetauscht. Da hörte ich Dinge wie: „Bei uns werden jeden Tag Leute auf der Straße erschossen.“ Das rückt dann doch das eine oder andere Problem zu Hause in ein anderes Verhältnis. Im Süden des Landes gibt es dann z.B. Lagos, das ist bald die größte Stadt Afrikas und möglicherweise in einigen Jahrzehnten die größte Stadt der Welt. Da gibt es natürlich auch Probleme, die wir hier im Kleinen haben – Verkehrschaos, steigende Mieten, fehlender Wohnungsbau – nur in

einer anderen viel massiveren Größenordnung. Die fehlende Perspektive ist einer der Gründe, warum viele ihr Glück woanders suchen.

Gehen wir mal auf die einzelnen Probleme ein. Inwieweit betrifft uns das rapide Bevölkerungswachstum?

Das Bevölkerungswachstum in einigen Teilen der Welt ist eines der größten Probleme, das wir im Moment auf unserem Planeten haben und das sich noch extrem verschärfen wird, wenn die Weltgemeinschaft nicht handelt. Wenn wir das nicht in den Griff bekommen, führt das zu enorm vielen Folgeproblemen. Stichwort Flüchtlingsdiskussion, aber auch Terrorismus, Krankheiten, Armut, Klimawandel... Deshalb werbe ich dafür, dass wir unsere Entwicklungs- und Außenpolitik umstellen. Wenn wir diesen Ländern helfen, sollten wir das an die Bedingung koppeln, dass Länder, die Entwicklungshilfe erhalten, politische Reformen einleiten, um das Bevölkerungswachstum in den Griff zu bekommen. Wenn eine Frau im Schnitt sechs Kinder produziert, wie das im Moment in Nigeria der Fall ist, dann kann es gar nicht ein so starkes Wirtschaftswachstum geben, dass sich das Land positiv entwickelt.

Ein Faktor ist ja auch der Glaube – sowohl Muslime als auch Christen, die Kinderreichtum als Segen ansehen. Sie selbst sind Vertreter einer christlichen Partei. Wie können Sie diesen Menschen ihre Ansichten ausreden?

Es gibt natürlich auch in meiner Partei einige, die sagen, das dürfe man nicht thematisieren, das sei unchristlich, diese Debatte dürften wir nicht führen und jeder solle so viele Kinder bekommen, wie er möchte. Das ist grundsätzlich auch richtig und in vielen Ländern gar kein Problem. Wenn in Deutschland eine Familie sechs Kinder bekommt, finden wir das wunderbar. In Nigeria sieht's anders aus, sodass es auch aus christlicher Sicht nicht gut ist, all die Folgeprobleme auszublenden, die ich schon

Fortsetzung auf Seite 14



CHRISTMAS WORLD AB SOFORT GEÖFFNET

Waldweg 95 | 22393 Hamburg | Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr | Sa. 10.00 - 16.00 Uhr
Tel.: 040 - 601 2012 | www.schulze-outdoorliving.de

Verkaufsoffener Sonntag

Wir freuen uns sehr Sie am 3. November 2019 von 13.00 - 17.00 Uhr mit frischen Waffeln und Glühwein begrüßen zu dürfen.



Lars Tammme

Frischemarkt
Wandelhalle

Frischemarkt
in der Airport-Plaza

Frischemarkt
im Bahnhof-Altona

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





Mit Christoph Ploß sprachen
Verleger Wolfgang E. Buss
und Christian Luscher, stv.
Chefredakteur. (v.r.)

Fotos: Kai Wehl

angesprochen habe. Diese Diskussion zu führen und möglichst bald konkrete Ergebnisse zu erreichen, ist sowohl im Sinne der afrikanischen Staaten als auch in unserem deutschen Interesse.

Sie haben auch mit Experten für nachhaltige Landwirtschaft gesprochen. Wie weit sind die Nigerianer da?

Die afrikanischen Staaten haben großes Interesse daran, die Digitalisierung in ihrem Land voranzutreiben. Teilweise steht das auf ihrer Agenda viel weiter oben als andere Themen. In einigen Ländern ist die Digitalisierung weiter fortgeschritten als in Deutschland, weil darüber auch einige Probleme gelöst werden können. Zum Beispiel, wenn in der Landwirtschaft Arbeitsabläufe automatisiert werden, kann man damit auch größere Mengen Nahrungsmittel erzeugen. Auch der Umgang mit Plastik ist in Afrika ein Thema. In Kenia gibt es mittlerweile ein Verbot von Plastiktüten. Trotzdem gehört auch zur Wahrheit dazu: Viele der Menschen haben ganz andere Sorgen. Man sieht auch in vielen Teilen der Gesellschaft überhaupt kein Umweltbewusstsein, die Menschen werfen ihren Müll einfach irgendwohin. Hier kommen wir wieder zum Punkt Bevölkerungswachstum. Wenn die Bevölkerungszahlen so steigen, wird auch mehr Holz abgetragen aus dem Wald, um Energie zu erzeugen und Landwirtschaft zu betreiben – deshalb sind Bevölkerungswachstum und Klimaschutz eng miteinander verbunden.

Das wird sich aber nicht überall einfach durchsetzen lassen. In einigen Gebieten in Nigerias Norden herrscht die Scharia, gilt noch die Todesstrafe, sind Frauen rechtelos, werden Homosexuelle gesteinigt, in Gefängnissen wird gefoltert... Kann man diesen Leuten wirklich mit Digitalisierung und Klimaschutz kommen?

Selbst in Slums, die ich inkognito besucht habe, haben viele Menschen ein Smartphone. Gerade die Islamisten im Norden des Landes sind digital gut vernetzt. Klar ist: Klimaschutz spielt im Norden auch keine so große Rolle, wenn die normale Bevölkerung permanent Angst um ihr Leben haben muss. Als ich in Nigeria war, hat Boko Haram gerade ein Dorf mit knapp einhundert Einwohnern mit Maschinengewehren komplett ausgelöscht.

Haben Sie selbst manchmal Sorge, wenn Sie freundliche Bilder aus Nigeria auf Instagram posten, dass Sie sich von einem

Land, in dem solche furchtbaren Sachen passieren und das auch in puncto Korruption noch viel zu tun hat, ein Stückweit instrumentalisieren lassen?

Das würde ich überhaupt nicht so sehen. Wir müssen auch im Deutschen Bundestag ein viel größeres Interesse an Afrika und an diesen Themen haben. Deswegen bin ich ja in Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung dort hingefahren, weil viele Themen, über die wir im Bundestag entscheiden, mit Afrika zu tun haben oder aus Afrika kommen. Außerdem ist es so: Wenn wir da offizielle Veranstaltungen haben, muss ich nicht griesgrämig herumlaufen und nur schlechte Stimmung

„Bevölkerungs-
Wachstum und
Klimaschutz sind
eng miteinander
verbunden.“

verbreiten. Ich muss versuchen, die Menschen für die Themen dieses Interviews einzunehmen. Das geht nur über direkte Gespräche. Dass man dabei auch freundlich und motivierend rüberkommt, finde ich schon wichtig. Sonst treibe ich ein Thema nicht voran. Was ich auch gemerkt habe: Es gibt dort sehr viele Menschen, die motiviert und auch teilweise gut ausgebildet sind. Ich habe mich mit vielen interessanten Nigerianern unterhalten – das war auch eines der Fotos, auf denen ich freundlich lächle – wo man wirklich gemerkt hat: Da sind Entreprenuers, die wirklich was schaffen wollen, die manchmal verzweifeln, weil die Digitalisierung und die rechtsstaatlichen

Strukturen nicht vorangehen. Wenn wir diese Menschen unterstützen und sie erfolgreich sind, gibt es wieder größere Perspektiven für das gesamte Land. Ich traf beispielsweise gut ausgebildete Afrikanerinnen, die als Unternehmerinnen tätig sind und sogar eigene Firmen gegründet haben. Wenn es um die Eindämmung des Bevölkerungswachstums geht, müssen wir vor allem auch an die Frauen denken.

Gut ausgebildete Unternehmerinnen zu finden, dürfte im Norden Nigerias allerdings fast unmöglich sein!

Ja, klar! Insbesondere im Norden gibt es traditionelle Bilder. In Nigeria gibt es von Region zu Region verschiedene Entwicklungsphasen und Auffassungen – das ist bei uns in Deutschland und anderen Ländern ja nicht anders. Natürlich, insgesamt sind alle die in diesem Interview diskutierten Probleme eine absolute Herkulesaufgabe. Nichtsdestotrotz gilt: Wenn wir als Europäer nichts tun und es auch in Deutschland kein Interesse an diesen Themen gibt, dann wird es irgendwann richtig knallen. Das können wir uns heute noch gar nicht ausmalen.

Natürlich schöne Haut

Dr. med. Susanne Steinkraus Skin Treatment -
die Gesundheit Ihrer Haut liegt uns am Herzen

Haut ist unsere große Leidenschaft! Hohe Fachkompetenz und langjährige Erfahrung zeichnen uns aus. Gemeinsam mit meinen Kolleginnen biete ich das gesamte Spektrum der Dermatologie an:

Medizinische, operative und ästhetische Dermatologie - Allergologie - Lasertherapie - Narbenbehandlung - Phlebologie - Vorsorge - Dermatologische, medizinische und ästhetische Kosmetik - Pro Youthing



Dr. med.
Susanne Steinkraus



Dr. med.
Birgit Ter-Nedden



Fachärztin für Dermatologie
Anna-Lena Kuhlo



Jungfrauenthal 13, 20149 Hamburg, T: 040 / 41 42 32 54
praxis@steinkraus-skin.de, www.steinkraus-skin.de
Montag - Freitag, 8 - 19 Uhr, Samstag 10 - 16.00 Uhr



Dr. med.
Susanne Steinkraus

UNSERE WALL STREET IST DER NEUE WALL.

IHR SEID DAS VOLK, WIR EURE BANK.

Als Genossenschaft verpflichten wir uns, mit dem uns anvertrauten Vermögen verantwortungsvoll umzugehen. Deshalb beraten wir unsere Kunden unabhängig und setzen dabei auf langfristige Erfolge. Ganz nach ihren individuellen Bedürfnissen.



JUTTA VON BARGEN, LEITERIN VERMÖGENSMANAGEMENT



Pro & Contra

Redakteurin Kimberley Schulz nutzt öfters den E-Roller für kürzere Strecken, besonders wenn sie in Zeitnot ist.

E-ROLLER in der DISKUSSION

Seit Juni haben die E-Scooter die deutschen Städte erobert. Der eine liebt, der andere verflucht sie. Doch welche Vor- und Nachteile haben die Roller wirklich? **Die Redaktion diskutiert.**



PRO

**Kimberley Schulz,
Redakteurin**

Zugegeben, als ich die ersten E-Scooter durch die Straßen flitzen sah, stand ich dem Ganzen eher kritisch gegenüber. Man hörte von vielen Unfällen, nächtlichen Fahrten von Betrunknen und generell war eher mehr Kritik, als Lob im Umlauf. Als dann aber kein Rad mehr am Fahrradverleih zur Verfügung stand, wagte ich den Selbstversuch und war sofort begeistert. Für kurze Strecken ist eine Fahrt mit dem E-Scooter ideal und macht wirklich sehr viel Spaß. Ich fühlte mich „modern mobil“ und trotz nicht all zu hoher Geschwindigkeit unglaublich schnell. Ein Vorteil ist es beispielsweise, dass ich den Roller an einer beliebigen Stelle abstellen kann und mir, besonders in stressigen Situationen, den Weg von Haltestelle zur Haustür spare und somit Zeit gewinne, die ich sonst für den Fußweg benötigt hätte. Durch die App sehe ich, wo der nächste Roller steht und kann direkt losfahren, ebenso einfach beende ich die Fahrt auch wieder. Kein lästiges Warten auf den Bus, wenn ich eh in Zeitnot bin. Erst letztens wählte ich den E-Scooter und war wirklich dankbar, nicht bei Gegenwind die leichte Straßensteigung erklimmen zu müssen und zügig und pünktlich mein Ziel zu erreichen. Bei Strecken im näheren Umfeld ist es auch finanziell kein großer Unterschied zu einem Bahn- oder Busticket, das ich mir eh hätte kaufen müssen. Ich habe Freude an gelegentlichen elektrischen Fahrten dieser Art und komme meist noch gut gelaunter an meinem Ziel an, weil mein Weg mir Spaß bereitet hat. Ich bin eine achtsame FahrerIn und war nach kurzer Eingewöhnung sehr sicher auf den Straßen unterwegs, mit dem Fahrrad sehe ich ähnliche Gefahren.



CONTRA

**Jonas Bormann,
Redakteur**

Als die E-Scooter Ende Juni auf den Straßen der Hamburger Innenstadt auftauchten, wusste man nur wenig über die elektrisch betriebenen Tretroller. Einzig die Versprechen der Hersteller ließen aufhorchen: Von einer neuen Mobilitätsalternative war die Rede - kostengünstiger, bequemer und nachhaltiger als andere Verkehrsmittel. Heute, knapp drei Monate später, ist von den Vorschusslorbeeren nicht mehr viel übrig. Im Gegenteil: Mit einer Startgebühr von einem Euro und zusätzlich 15 bis 20 Cent pro gefahrener Minute sind die E-Scooter deutlich teurer als Leihräder und je nach Länge der Strecke sogar teurer als mancher Carsharing-Anbieter. Und nachhaltig? Sind die Leihroller auch nicht wirklich. Lieferwagen, die die Roller einsammeln, und die aufgeladenen Modelle anschließend wieder im Stadtgebiet verteilen, ziehen die CO2-Bilanz der vermeintlichen Öko-Wunder ebenso sehr nach unten wie deren Lebensdauer. Wie Zahlen eines US-amerikanischen Leihanbieters zeigen, hielten die E-Scooter dort im Schnitt nur 29 Tage (!). Zwar beteuern die Anbieter in Deutschland, dass die Scooter hier mehr als zwölf Monate nutzbar seien, doch auch diese Zeitspanne ist verglichen mit der eines Fahrrads und den entstehenden Emissionen bei der Materialgewinnung nur schwer zu vermitteln. Also: Gut möglich, dass es bequemer ist, hin und wieder mal zum Roller zu greifen, statt fünf Minuten länger zu Fuß zu gehen und dass es generell mehr Spaß macht, mit ihnen durch die Stadt zu sausen. Das war es dann aber auch. Als ernstzunehmende Mobilitätsalternative taugen die E-Scooter nicht.





NUR FÜR
kurze Zeit

NOCH BIS ZUM
30.11.2019 LUXUS-
KOSMETIK ZU
OUTLETPREISEN
SHOPPEN!

BEAUTY
SALE

*Wir bauen um und schaffen noch
mehr Platz für Ihre Schönheit.*



Outlet gleich neben dem Store
Do & Fr 10-19 Uhr und Sa 10-18 Uhr
BABOR Hamburg
- in der Kaisergalerie -
Große Bleichen 23-27

BABOR

ASK FOR *more*

**NEU: SCHNUPPERSTUNDEN
IN EPPENDORF**

Winter-, März- u. Sommercamps sowie öffentliche Kurse!
Auch für 10-Finger-Tippen u. MS Office!
Wo? Im Lillebror, Ellippa Café und Brechtmanns Bistro

Frühbucher-
Rabatt**CODING - MINECRAFT - ROBOTICS**

Für 6 - 16 Jährige! Anmeldung unter: www.logiscool.com

logiscool
Create. Code. Enjoy.

LOGISCOOL NORDDEUTSCHLAND
Heegbarg 10 a gegenüber AEZ
Tel.: 611 98 575 • 0162 96 55 689
phillip.rosen@logiscool.com

**Dieter Brose**

Meisterbetrieb · Innungsmitglied



**Wir sind umgezogen
und freuen uns Sie
in unserer
neuen Ausstellung
zu begrüßen!**

**Ulzburger Str. 358,
22846 Norderstedt**



Große Auswahl! Viele Angebote und Aktionen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Tel. (040) 529 47 66 · Fax 526 15 04

Mo.-Fr.: 10.00 - 18.00 Uhr, Sa.: 10.00 - 16.00 Uhr

www.KACHELOFEN-und-KAMIN.de

**AUSTRÄGER**

ab 13 Jahre gesucht!



Magazin Verlag Hamburg Vertrieb
Sandra Schmelter-Haun: 538 34 52
Mail: vertrieb@alster-net.de



Voll beklopp

Ums **Zeitalter der Selbstoptimierung** geht es im neuen Programm des **Kabarett-Duos Beier & Hang**, das es am 27.10. in **Alma Hoppes Lustspielhaus Eppendorf** zeigt. Wir sprachen mit **Max Beier** und **David Hang** über die **Wiesn-App**, **menschliche Makel** und die **Dummheit**.

Alster Magazin: **Welche Selbstoptimierungs-Apps haben Sie selbst auf Ihren Handys? Oder haben Sie die tatsächlich alle entsorgt?**

Beier & Hang: Da ja gerade das Oktoberfest in München war, haben wir natürlich die Wiesn-App, um das Oktoberfestfeeling zu optimieren. Man sieht die Belegung der Festzelte und kann überprüfen, ob sich die Rausch-Optimierung überhaupt lohnt, oder ob man wegen Überfüllung vor verschlossenen Türen stehen wird. Aber jeder in München ist auch wieder froh, wenn der Wahnsinn nach zwei Wochen vorbei ist und man die App wieder löschen kann.

Sie stellen in Ihrem neuen Programm u.a. die Frage, warum wir keine Zeit haben, obwohl wir ständig Zeit sparen. Wie wichtig finden Sie es, sich Zeit zu nehmen, in der man mal explizit unproduktiv ist, wie oft haben Sie die und wie schuldig fühlen Sie sich dabei?

Gerade unsere Generation ist dafür bekannt sich Zeit zu nehmen. Kaum jemand fängt direkt nach dem Abitur an zu studieren und „produktiv“ zu sein. Schließlich muss man sich ja erst mal



„Lebst du noch oder funktionierst du schon?“, fragen Max Beier (l.) und David Hang in ihrem neuen Programm.

Foto: © Vincenz Marschall

timiert

selbst finden. Es geht also darum sich explizit Zeit zu nehmen, um die eigene Unproduktivität als Produktivität zu verkaufen. Am besten geht das natürlich bei einer Selbstfindungsreise durch Südostasien, auf die wir das Publikum mitnehmen.

Was war der letzte digitale Hype, dem Sie selbst aufgefressen sind?

Mobiles Fahrzeug-Sharing. Sehr praktisch! Man mietet ein Fahrrad, um zu einem E-Scooter zu kommen, um damit zum E-Motorroller zu fahren und gelangt so möglichst bequem zur eigenen 4x4-Dieselschleuder, die man am Vortag vor der Stammkneipe hat stehen lassen.

Gibt es einen menschlichen Makel, der dringend wegoptimiert gehört, für den es aber noch keine App gibt?

Die menschliche Dummheit! Obwohl die Dummheit eigentlich kein wirklicher Makel ist, denn die Dummen leiden ja nicht darunter, nur die anderen.

Wie wird ein Abend mit Ihnen das Publikum in Alma Hoppes Lustspielhaus optimieren?

Ob die Bekloppoptimierung wirklich zur Optimierung führt, muss jeder im Praxistest selbst herausfinden. Am besten am 27.10. in Alma Hoppes Lustspielhaus!

Christian Luscher

KARTEN ZU GEWINNEN!

In Zusammenarbeit mit Alma Hoppes Lustspielhaus verlosen wir **3x2 Karten** zur Hamburg-Premiere von „Bekloppoptimierung“ am 27.10., 19 Uhr. Einfach Postkarte mit Stichwort „Bekloppoptimierung“ ans Alster Magazin, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder Mail mit Stichwort an c.luscher@alster-net.de. Wer nicht gewinnt, Karten gibt's auch über **Tel. 040 555 6 555 6** und auf **www.almahoppe.de**



Mietwohnungen in den schönsten Alster-Lagen!



Uhlenhorst:

Freier Blick auf die Außenalster, großzügige 6-Zimmer-Wohnung im 1. OG, ca. 260 qm Wohnfl., EBK, 2 Bäder / sep. WC., Parkett, Kamin, 3 Balkone, Lift, hochw. Einbauten, FW, 73 kWh, Bj. 1999, V, Miete mtl. EUR 5.667,20 netto kalt, 3 TG-Stellplätze anmietbar, frei ab 01.12.19

Winterhude:

Am Kanal mit Terrassen und Gartenanteil, charmante 3-4-Zimmer-Wohnung im EG, ca. 162 qm Wohnfl., EBK, Duschbad / WC, Kaminofen möglich, Energie-Ausweis ist beauftragt und liegt zur Besichtigung vor, Miete mtl. EUR 3.750,00 netto kalt, TG möglich, frei ab 02.01.20



Ihre Ansprechpartnerin:
Julia Fischer-Zernin
Lizenzierte Immobilienexpertin
Finest Properties Hamburg Alster GmbH
Tel. 040 607 732 460 · Mob. 0170 6387064
alster@kensington-international.com

www.kensington-hamburg.com



d r o s t e
markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

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

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

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

www.markisen-droste.de

FACHBETRIEB
Rolladen- und
Sonnenschutztechniker-
Handwerk





Ines Helke setzt mit ihrem Chor auf eine Mischung aus Gebärden und Eigeninterpretation.

© Alsterdorf-Assistenz West GmbH

Hände zum Singen bringen

Wenn am 23. Oktober die Goldene Bild der Frau verliehen wird, wird mit **Ines Helke** auch eine Hamburgerin auf der Bühne stehen, als Leiterin des **Gebärdenchors „HandsUp“**.

Wir trafen die **hörbehinderte Sozialpädagogin** die seit Jahren zeigt, wie **Inklusion** funktionieren kann.

Manchmal sind es Zufälle, die den Beginn einer großen Geschichte markieren. „treffpunkt.altona“, heute vor etwa fünf Jahren: Sozialpädagogin Ines Helke gibt einen Workshop für deutsche Gebärdensprache, es geht um die Monate. Als sich eine Teilnehmerin dabei an das Lied „Die Jahresuhr“ von Rolf Zuckowski erinnert und die Melodie leise mitsingt, wird Helke neugierig: „Ich habe an ihrem Mund abgelesen, dass sie etwas singt, habe aber nicht erkannt, was“, so Helke, die trotz ihrer Hörbehinderung sprechen kann. „Ich hatte bis dahin ja keine Ahnung von Musik.“ Ein Umstand, der sich in der Folge rasch ändern sollte. Die Sozialpädagogin setzte sich mit dem Lied genauer auseinander und stellte fest, wie groß der Lernerfolg bei einer Kombination aus Gebärden und Musik war. Der Gebärdenor war geboren.

Seitdem ist viel passiert: Immer mehr Interessierte schlossen sich „HandsUp“ an und so wurde zunehmend auch die Öffentlichkeit auf das Projekt von Ines Helke aufmerksam.

2016 begleitete der Chor erstmals den Hamburger Musiker Stefan Gwildis vor mehr als 2.300 Zuschauern in der Laeiszhalle. „Wir waren alle wie benebelt“, erinnert sich die strahlende Wahl-Hamburgerin, die den Auftritt im Nachhinein als Türöffner bezeichnet. Was folgte, waren Auftritte im Großen Saal der Elbphilharmonie sowie in der Weihnachtsshow von

Schlager-Star Helene Fischer. Für den Chor ein riesen Erlebnis. So habe ihr ein Chorleiter beizuspielsweise erzählt, dass der Auftritt im Fernsehen für ihn wie eine Flugreise nach New York gewesen sei, erzählt Helke. „Das war für mich natürlich unheimlich emotional.“

Seit sich der Chor einmal im Monat zur Probe trifft, kommen im „treffpunkt.altona“ in der Regel rund 30 Menschen zusammen, die unterschiedlicher kaum sein könnten. Gehörlose, Blinde, Menschen mit Trisomie 21, psychischen Beeinträchtigungen oder ohne Behinderung – sie alle muss Ines Helke hinsichtlich ihrer Bedürfnisse und Aufnahmefähigkeiten unter einen Hut bringen. So kommt es vor, dass die Gehörlosen beizuspielsweise Abstriche machen müssen, damit sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit kognitiven Einschränkungen nicht diskriminiert fühlen. Deshalb ist der Chor auch davon abgewichen, jedes Wort einzeln in eine Gebärde zu übersetzen. Vielmehr geht es nun um eine Form der Poesie, die Gebärden und eigene Interpretationen miteinander verbindet. Helke selbst fungiert dabei als Bindeglied, das vermittelt, zuhört, den Austausch fördert und darauf achtet, dass die Stimmung gut bleibt.

Für ihr selbstloses Engagement wurde die 48-Jährige nun mit der Goldenen Bild der Frau ausgezeichnet, die mit 10.000 Euro dotiert ist. Helke selbst sieht die Auszeichnung vor allem als Wertschätzung für ihr Team: „Der Preis gehört in meinen Augen uns allen“, sagt sie. „Dass ich die Wertschätzung weitergeben kann, ist mir unglaublich wichtig.“ Infos zum Chor: www.gebaerdenchor-handsup.de

Verliehen wird der Preis am 23. Oktober im Stage Operettenhaus auf St. Pauli an Helke und vier weitere engagierte Frauen. Aufgelöst wird dann auch die Leserwahl, durch die das Projekt mit den meisten Stimmen zusätzlich mit 30.000 Euro unterstützt wird. **Abgestimmt werden kann noch bis zum Vorabend der feierlichen Gala unter www.goldenebildderfrau.de**

jb



Alter und Krankheitsbild spielen beim Gebärdenor „HandsUp“ keine Rolle.

skylight

estates

persönlich • kompetent • professionell

Vertrauen Sie unserer Expertise und Zuverlässigkeit bei der
Vermarktung Ihrer Immobilie.

Sie haben es verdient!

Lisa Vorwerk

040 / 536 30 380 • www.skylight-estate.com • mail@skylight-estate.com



Zahnarzt-Zwillinge



identical

Zahnheilkunde & Prophylaxe

**Dr. Steffen Bethke &
Dr. Thomas Bethke**

Vertrauen durch Erfahrung,
Professionalität und
Leidenschaft.

Tätigkeitsschwerpunkte:

- ästhetische Zahnmedizin
 - Endodontie
 - Implantologie
 - Sportzahnmedizin
- modernste Lasertechnologie
 - Prophylaxe



identical - Zahnheilkunde & Prophylaxe • Rothenbaumchaussee 5 • 20148 Hamburg
Tel.: 040 - 41 91 77 88 • Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 07:30 - 19:30 Uhr, Sa. nach Vereinbarung • Parkplätze vorhanden
www.identical-praxis.de

COVER-MODEL-CONTEST 2019

Auch in diesem Jahr suchen wir wieder ein Model für **Cover und Modestrecke!** Möchtest du die Nachfolgerin von Farina Kaiser werden, die 2018 gewonnen hat? Dann komm am **25. Oktober** ins AEZ. Dort erwartet dich das große **Casting-Shooting** und ein toller Abend.



Fotos: ama-lena-ehlers.de



MITMACHEN, IST GANZ EINFACH!

Wir suchen mit der ECE ein Model für Cover und Modestrecke! Los geht es mit einem offenen Casting/ Fotoshooting **beim Late Night Shopping im AEZ am 25. Oktober, 18-23 Uhr**. Teilnahme ab 16 Jahren, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. ECE-Angestellte und deren Familienangehörige sind ausgeschlossen. Der/ die Gewinner/in muss am 23.11.2019 von 9 bis 16:30 Uhr verfügbar sein. Rechtsweg und Barablöse ausgeschlossen.

ANZEIGEN-SPEZIAL



Unternehmerin und Botschafterin Christina Block, Hotel Grand Elysée Hamburg, Dirk Rosenkranz, Vorstand der DMH und Thomas Götzing, M-POINT-Netzwerkgründer (v.l.).



Benefizabend:

GEMEINSAM GEHT'S BESSER!

Das Unternehmernetzwerk M-POINT engagiert sich für die Deutsche Muskelschwund-Hilfe e.V.

„Soziales Engagement und der Aufbau neuer Beziehungen gehören bei uns zusammen.“, so M-POINT-Gründer Thomas Götzing. „Deshalb unterstützen unsere Unternehmer das tolle Engagement der DMH!“

Am Samstag, dem 26.10.2019 findet im großen Festsaal des Hotel Grand Elysée Hamburg der Benefizabend „NACHT DER SCHMETTERLINGE“ zugunsten der Deutschen Muskelschwund-Hilfe statt. Die Gäste können sich auf bekannte Künstler, ein fürstliches Drei-Gänge-Menü, eine tolle Live-Band, Tanz bis zum

frühen Morgen, eine Stille Auktion und eine Tombola mit hochwertigen Preisen freuen.

Seien Sie dabei, fördern Sie die gute Sache und vernetzen Sie sich mit interessanten Menschen.

Anmeldung unter www.nacht-der-schmetterlinge.de oder unter 040-3232310. Nähere Infos zum Unternehmernetzwerk M-Point unter www.mpoint.biz



Großer Beitrag für ein wichtiges Engagement

Der Tod des eigenen Kindes, des Bruders oder der Schwester zählt zu den schlimmsten Schicksalsschlägen, die ein Mensch erleben kann. Allen Betroffenen, die Begleitung, Gemeinschaft und Austausch in ihrer Trauer suchen oder nicht wissen, wie es überhaupt weitergehen soll, bietet seit 1990 der Verein für Verwaiste Eltern und Geschwister einen Ankerpunkt. In spezifischen Gruppen mit ausgebildeten Trauerbegleitern werden dort verwaiste Eltern, Geschwister, Großeltern und andere Angehörige darin begleitet, den Verlust zu verarbeiten. Weil der Verein trotz seines gemeinnützigen Charakters allerdings nicht von der Stadt gefördert wird, ist er seit jeher auf Mitgliedsbeiträge und Spenden angewiesen.

Dieser Umstand blieb auch dem Lions Club Victoria aus Eimsbüttel nicht verborgen, weshalb man sich bereits im vergangenen Jahr dazu entschied, den Verein für Verwaiste Eltern und Geschwister zu unterstützen. Brachte das hierfür veranstaltete Benefiz-Golfturnier mit großer Tombola im vergangenen Jahr bereits 5000 Euro ein, konnte die Summe beim diesjährigen Turnier noch einmal mehr als verdoppelt werden. In den Räumlichkeiten des Vereins an der Bogenstraße übergab der Club in Person von Gabriel Celebi, Ute Guse und Clea Braun den überwältigten Vereinsverantwortlichen einen Scheck in Höhe von 12.000 Euro. Das Geld soll vollends in die



Gerhard Wittmann, Tanja Mischke, Nadine von Kameke, Sabine de Jong und Ilona Stegen vom Verein für Verwaiste Eltern und Geschwister nahmen den Scheck von Gabriel Celebi, Ute Guse und Clea Braun (v.l., Lions Club Victoria) entgegen.

inhaltliche Arbeit gesteckt werden, wie die Vereinsvorsitzende Ilona Stegen bestätigte. Dabei wird ein Teil für die Organisation des traditionellen Wildpark-Wochenendes in der Lüneburger Heide, und ein weiterer Teil für das Familientrauerwochenende im Herbst 2020 verwendet. Weitere Infos: www.verwaiste-eltern.de

KONKURRENZLOS GÜNSTIG. DIGITALE DACHWERBUNG FÜR IHR GESCHÄFT.

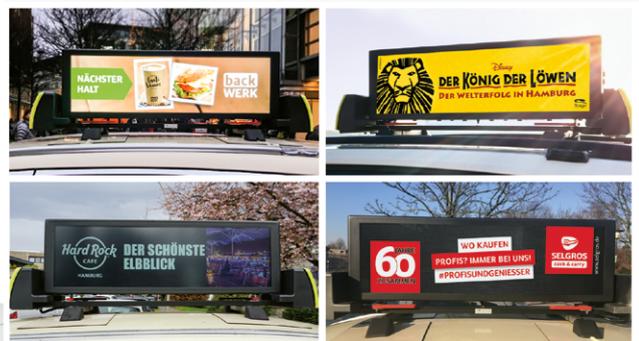
Digitale Dachwerbung auf Taxen mit TAXi-AD Digital

SEIEN SIE IHRER KONKURRENZ EINEN SCHRITT VORAUS UND ZEIGEN SIE IHRE WERBUNG NUR DA, WO IHRE KUNDEN SIND!

IHRE WAHL

- ✓ WO AUSGESTRAHLT WIRD
- ✓ WANN AUSGESTRAHLT WIRD

SCHON AB 99,- Euro
MONATLICH



WEITERE INFORMATIONEN - TEL.: 040 54 88 76 86

Ihr Ansprechpartner: Rohit Gawdi
Email: gawdi@taxi-ad.de

ODER UNTER FALLENSIEAUUF.DE





Natur pur! Die Bahn 10 ist mit der Umstrukturierung des Platzes neu designt worden. Ein wunderschönes „Par 3“. Parspielen ist hier fast schon „Pflicht“!

Foto: Stefan von Stengel

Grünes GOLFEN

Natur- und Umweltschutz ist das Thema unserer Zeit. Der **Golfclub Hamburg-Walddorfer** lebt – neben seiner sportlichen Ausrichtung – schon lange diese Werte. Vor allem seit der **Neugestaltung des Platzes**, wie folgende Beispiele zeigen.

Das beginnt schon damit, dass sich das Areal des exklusiven und sympathischen Clubs auf eine Gesamtgröße von 65 Hektar erstreckt. Der Club verfügt über einen parkähnlichen 18-Loch-Golfplatz mit teils hügeligen Bahnen und typischen Schleswig-Holsteiner Knicks – traumhaft in einem Naturschutzgebiet gelegen ist. Das reichte den Verantwortlichen aber noch nicht, inzwischen trägt der Club das goldene Abzeichen „Golf und Natur“ des Deutschen Golf Verbandes und hat sich damit klar dem Thema Nachhaltigkeit verschrieben.

„Nachhaltigkeit ist wahrscheinlich das bedeutendste Wort in unserer Zeit“, sagt Head Greenkeeper Jim Ellis. „Es bedeutet für mich, den Schutz der Natur – also von Pflanzen und Tieren – ebenso wie das Golfspielen auch für die Zukunft in den Vordergrund zu stellen.“

Das fing schon 2016 mit dem deutschlandweiten Wildbienenprojekt an. Inzwischen erntet der Club seinen eigenen Honig und versüßt seinen Mitgliedern so das Frühstücksbrötchen. 2018 wurden unter Mitwirkung der „Paul Jähn Stiftung“ seitlich der Golfbahnen „Hasenapotheken“ mit speziell abgestimmten Kräutern eingerich-

tet. Ebenfalls konnten speziell für Insekten, Rehe und Kleintiere Naturflächen angelegt werden. „Es ist wunderbar zu beobachten, wie die Tierwelt, und bei uns vornehmlich der Deutsche Feldhase, diese Flächen annimmt und sich heimisch fühlt“, so Club-Managerin Nicole David. Denn insbesondere der Deutsche Feldhase ist aufgrund der intensiv bewirtschafteten Agrarflächen bedroht.

Auch naturpädagogische Elemente werden im Club gelebt. So bauten „Nettis Naturkinder“ zehn Nistkästen und hängten sie in Zusammenarbeit mit dem Greenkeeping auf dem Gebiet des Golfclubs auf. Ein Spaß für die Kleinen im Erlebnisraum Natur.

Auch ein nachhaltiges und ausbalanciertes Wassermanagement schreibt der Club groß. „Wir versuchen stets aufs Neue, Ideen und Maßnahmen zu finden und durchzuführen – auch fernab des Themas Leistungssport. Gerne beziehen wir unsere Mitglieder mit ein und wollen getreu unserem Motto „Golf in den Walddörfern – ein Tag unter Freunden“ jedem Mitglied und Gast dieses Ambiente vermitteln“, erklärt der Club-Präsident Arne Dost.

Mehr Infos unter www.ghw.golf



Die „Hasenapotheke“ bietet den Langhoren genau die Kräuter, die sie mögen.



Foto: ghw



Der bedrohte Deutsche Feldhase fühlt sich jetzt im Golfclub Hamburg Walddorfer heimisch.



„Nettis Naturkinder“ bauten Nistkästen und verteilten sie auf dem Areal.

Foto: ghw

Erscheint
am
18.10.2019

www.hamburg-woman.de
Anzeigen-Hotline: 538 930-0

Hamburgs größte Kaufkraft ist weiblich:

Hamburg Woman

Hamburgs interessantes
Magazin für Frauen!

*Lifestyle, Shopping
Reportagen, inspirierende
Ideen, Tipps & Trends!*



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

Gut sehen im Alter



Wer im Alter schlechter in der Nähe sieht, sollte einen Grundcheck machen lassen.

...wären da nicht die Problemchen mit zunehmendem Alter immer schlechter in der Nähe sehen zu können. Hierfür gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, warum das so ist. Der häufigste Grund ist die Alterssichtigkeit. Die Arme werden beim Lesen länger, man kann die einzelnen Buchstaben bei schlechter Beleuchtung immer schwerer fokussieren. Der Griff geht zur Lesebrille! Häufig hilft es aber auch schon, wenn Sie für geeignete Lichtverhältnisse sorgen.

Dennoch ist eine Untersuchung beim Augenarzt zu empfehlen, um einen Grundcheck vornehmen zu lassen. Z.B.: Glaskörpertrübungen, Glaskörperabhebungen, Grauer Star und auch die altersbedingte Makuladegeneration (AMD) beeinträchtigen betroffene Patienten sehr. Meine wichtigste Botschaft heute an Sie: Sollten Sie besonders bei Dunkelheit helle Blitze wahrnehmen, dann konsultieren Sie bitte sofort einen Augenarzt. In solch einem Fall besteht dringender Handlungsbedarf zum Schutz Ihrer Netzhaut.



Expertentipp von Andreas Otto
Facharzt für Augenheilkunde im AÖZ
(Augen Operationszentrum Hamburg)

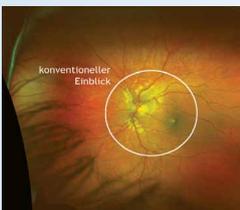


Augen Operationszentrum Hamburg



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.




JETZT NEU!



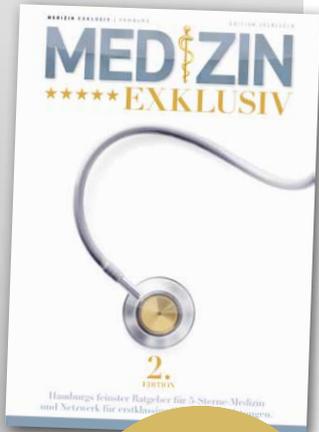
Heegberg 2 · 22391 Hamburg
info@aoz-hamburg.de
☎ 040/53 04 88 77
www.aoz-hamburg.de



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.

Schon jetzt journalistischen Beitrag oder Anzeige buchen:
Unsere Mediateam-Hotline
040-538 9 300 oder
anzeigen@alster-net.de



Erscheint im Herbst 2020

Kraftaufbau gegen den

Handynacken

Die Evolution sah für den Menschen weder Bildschirmarbeitsplätze noch Smartphones vor. Entsprechend ungünstig sind die Auswirkungen: Wer sich mit geneigtem Haupt in seine sozialen Medien vertieft oder Mails abrufen, beansprucht die Halswirbelsäule mit einem Vielfachen der Last, die bei gerader Kopfhaltung entsteht. Folgen: überdehnte und chronisch verspannte Muskeln im Schulter- und Nackenbereich bis hin zu Kopfschmerzen oder in die Arme ausstrahlende Missempfindungen. Selbst die Position des Kopfes auf der Wirbelsäule verändert sich. Die Medizin hat dafür die Diagnose „Handynacken“ kreiert. Schnelle Hilfe und langfristige Linderung kann durch die computergestützte Cervical-Extension-Maschine (CE) erreicht werden. Sie kräftigt die Streck- und Haltemuskulatur der Halswirbelsäule bis in die obere Brustwirbelsäule hinein. Ein ergänzendes Trainingsprogramm stabilisiert alle weiteren wichtigen Körperpartien. Bereits nach wenigen Wochen entsteht eine spürbare Resistenz gegen die alltäglichen Fehlbelastungen. Oft verschwinden die Beschwerden sogar vollständig. Ein- bis zweimal 30 Minuten pro Woche reichen schon aus.

Foto: Verena Meier Fotografie



Mit einer gezielten Kräftigung können chronische Rücken- und Nackenschmerzen signifikant reduziert oder sogar beseitigt werden.



Expertentipp von Janine del Prado-Scherbik
Geschäftsleiterin des
Kieser Training-Studios in Winterhude

Nackenschmerzen? Kopf hoch!

Das Nackenprogramm von Kieser Training:
Jetzt anmelden.

**BIS ENDE
DES JAHRES
KOSTENLOS
TRAINIEREN***

* Gilt für Neukunden bei Aboabschluss bis zum 30.11.2019. Nur in teilnehmenden Studios.

Hamburg-Eimsbüttel
Heussweg 37d
Telefon (040) 357 40 90

Hamburg-Winterhude
Winterhuder Marktplatz 6-7a
Telefon (040) 460 76 90

7x in Hamburg | kieser-training.de/nacken

**KIESER
TRAINING**

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

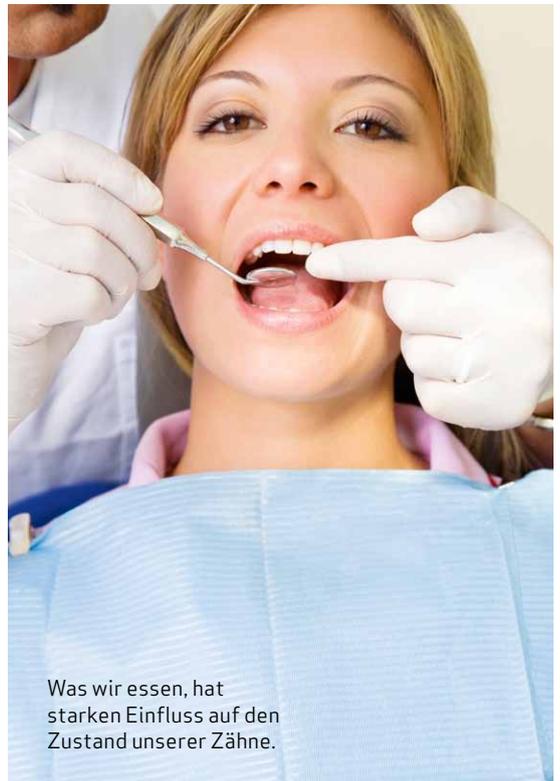
Bitte lächeln!

Zähne sind ein sensibles Thema. Dass eine zuckerreiche Ernährung schlecht für unsere Beißerchen sein kann, ist bekannt. Doch wie schädlich sind alternative Ernährungsformen wie Low Carb oder Veganismus?

Heutzutage soll Essen nicht mehr nur hungrige Mägen füllen, sondern auch schöner, gesünder und sogar zufriedener machen. Für unsere Zähne sind Kariesbakterien der absolute Gegner, süße oder klebrige Nahrung wird von ihnen in Säure umgewandelt, wodurch die Zahnschicht angegriffen wird. Für Zähne und Kiefer sind hingegen Vitamine und Mineralstoffe wie Kalzium und Vitamin D für deren Erhaltung und Aufbau sehr wichtig. Während Vegetarier auf Fisch und Fleisch verzichten, beinhaltet der Veganismus auch den Verzicht auf tierische Produkte aller Art. Aus zahnärztlicher Sicht ist besonders ein möglicher Mangel an wichtigen Nährstoffen

kritisch. In Milch oder Käse ist der für Zähne sehr wichtige Mineralstoff Kalzium enthalten. Milchprodukte wirken säureneutralisierend und bilden durch Fette und Proteine eine gewisse Schutzschicht, wodurch Bakterien nicht ganz so einfach am Zahn heften bleiben können.

Bei einer „Low Carb“-Ernährung wird weitgehend auf Kohlenhydrate verzichtet, um Gewicht zu reduzieren oder zu stabilisieren. Während eine kohlenhydratarme Ernährung nicht unbedingt bedrohlich für den Zahnschmelz ist, sollte dennoch bedacht werden, dass sowohl unser Gehirn, als auch unsere Muskeln Kohlenhydrate als Energiequelle nutzen.



Was wir essen, hat starken Einfluss auf den Zustand unserer Zähne.

*Perfekte Zähne
an nur einem Tag!*

**HAMBURGS ZAHNÄRZTE
DER ZUKUNFT**

**Nächster
Vortrag:**

„Perfekte Zähne an nur einem Tag.“

Mi. 13.11. um 18-19 Uhr
in der Praxis (siehe unten).

Kostenlose Anmeldung,
Teilnehmerzahl ist begrenzt.



Dr. Burkart Michael
Zuch MS MS,
(UCLA/USA)

Ghazaleh Zargaran M.Sc.
Fachzahnärztin für Endodontologie
(Wurzelkanalbehandlung)

Reinhard
Schroeter

DENTAVERSUM
HAMBURG

JETZT UNSEREN NEWSLETTER ABONNIEREN

*Für die volle Ladung
Hamburg*



Alle Hefte jetzt auch digital immer dabei

Nie mehr eine Ausgabe verpassen!
Das neue ePaper kommt direkt in Deinen digitalen Briefkasten.
Kostenlos bestellen: www.magazine-fuer-hamburg.de/e-paper/





Meridian Spa & Fitness:

Energie für Körper und Seele tanken

Mit dem **Herbst** beginnt für die Meisten auch die **Wellness-Zeit**. Das vielfältige Wellness-Angebot von Meridian Spa & Fitness eignet sich hervorragend für eine **wohltuende Auszeit**, wenn es draußen ungemütlich wird. So kann ein Wellness-Tag so manchen Kurzurlaub ersetzen.

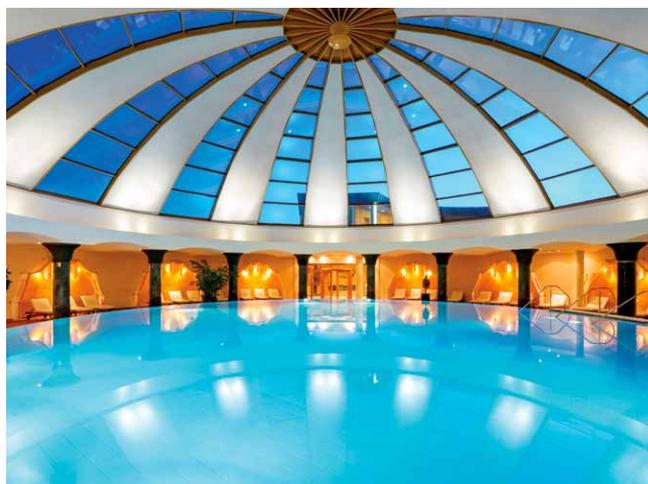
Ob zu zweit mit dem Partner, allein oder mit Freunden – in der Saunalandschaft, den Pools, bei Massagen, Ayurveda-Anwendungen und Beauty-Treatments steigern Sie in traumhafter Atmosphäre Ihr Wohlbefinden.

Die Pools – echte Entspannung

Schon die alten Römer kannten die wohltuende und heilende Wirkung von Wasser und maßen dem Baden einen hohen Stellenwert bei. Gemäß dem lateinischen Leitsatz „sanus per aquam (gesund durch Wasser)“ stellt der Pool als Ort der puren Entspannung in allen Meridian-Anlagen ein zentrales Element dar: Wohltemperiert und harmonisch in die Architektur eingefügt, schenkt er Körper und Geist neue Energie.

Die Saunen – wahre Wohltat

Wer in die Sauna geht, stärkt sein Immunsystem, regt den Stoffwechsel an und verbessert sein Allgemeinbefinden. Meridian bietet Saunagenüsse in großer Vielfalt: Gäste wählen zwischen finnischer, Heu-Kräuter- oder Kristall-Sauna, Dampfbad oder Sanarium. Aufgüsse von fruchtig bis erfrischend sorgen für aromatische Wohlfühlerlebnisse. Ab Oktober erwarten Interessierte außerdem regelmäßige Sauna-Events, die zusätzliche Abwechslung bieten. Weitere Informationen unter www.meridianspa.de oder unter **Tel. 040 65 89-0**.



Schon im alten Rom war die wohltuende und heilende Wirkung von Wasser bekannt. Nicht umsonst heißt SPA nach den Römern *sanus per aquam*, „gesund durch Wasser“.



Experten unterscheiden über 200 verschiedene Arten von Kopfschmerzen. Manchmal kann nur ein Arzt helfen.

SCHMERZ ist nicht gleich SCHMERZ

Jetzt, da sich das Wetter ändert und die Temperaturen teils schlagartig sinken, klagen viele wieder über Kopfschmerzen. Experten unterscheiden über 200 verschiedene Arten. Bei Migräne folgen meist noch Symptome wie Licht- und Lärmempfindlichkeit und Übelkeit. Doch was kann man eigentlich tun, wenn der dröhnende Schmerz sich wieder ankündigt?

Bei regelmäßigen Attacken hilft es, sich zunächst ein Schmerztagebuch anzulegen, um eine eventuelle Regelmäßigkeit zu erkennen. Kommt das Gefühl in bestimmten Situationen oder immer bei den gleichen Geräuschen? Eine Ursache für Kopfschmerzen kann zu wenig Sauerstoff oder zu wenig Trinken sein. Durch gezieltes Entspannen können im Alltag unbewusst herbeigeführte Verspannungen behoben werden, eine Methode hierfür ist die Progressive Muskelentspannung, bei der verschiedene Muskelgruppen für etwa zehn Sekunden an- und anschließend wieder entspannt werden. Unkontrolliertes Einnehmen von Schmerztabletten sollte auch vermieden werden, da ein übermäßiger Gebrauch die Attacken verschlimmern kann und eventuell zu chronischen Schmerzen führt. Ziehen Sie im Zweifelsfall und bei regelmäßigen Schmerzanfällen, sowie bei Begleitsymptomen wie Sehstörungen oder Fieber unbedingt einen Arzt hinzu.



RADIOLOGIE AM ROTHENBAUM

Hamburg | Hansastraße

Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz



Radiologie am Rothenbaum

- ✓ MRT der Prostata (mpMRT)
- ✓ Sportmedizinische Diagnostik
- ✓ Schmerztherapie an der Wirbelsäule

- Zwei Privatpraxen in zentraler Lage
- Schnelle Termine auch am Samstag & kurze Wartezeiten
- MRT aller Körperbereiche (3 Tesla MRT)
- CT aller Körperbereiche (Mehrschicht-Spiral-CT)
- Persönliche Betreuung & direkte Befundübermittlung
- Höchster Komfort

Termin vereinbaren:

Radiologie am Rothenbaum
Tel 040-32 55 52-109

Radiologie am Rathausmarkt
Tel 040-32 55 52-101



Radiologie am Rothenbaum
Hansastraße 2-3
20149 Hamburg
Tel 040-32 55 52-109
rob@radiologische-allianz.de

Radiologie am Rathausmarkt
Mönckebergstraße 31
20095 Hamburg
Tel 040-32 55 52-101
rat@radiologische-allianz.de

www.radiologische-allianz.de

- + Mammadiagnostik
- + Herzdiagnostik
- + Neuroradiologische Sprechstunde

Radiologie am Rathausmarkt



RADIOLOGIE AM RATHAUSMARKT

Hamburg | Mönckebergstraße 31

Eine Privatpraxis der Radiologischen Allianz



Oase – klug geplant

Auch wenn's draußen kälter wird: Ein Wintergarten sorgt für eine **sommerliche Naturoase** im Eigenheim. Doch bei der **Planung** sollte einiges bedacht werden!

Seit Jahrzehnten werden in Deutschland jährlich um die 40.000 Wintergärten gebaut – und ein Ende ist nicht abzusehen. Der Grund für die „Erfolgsgeschichte Wintergarten“ ist leicht nachzuvollziehen: Hier wird der Wunsch nach komfortablem Wohnen mit einem Leben nahe der Natur in idealer Weise verbunden. Während man gemütlich im warmen Wintergarten sitzt, kann man den Verlauf der Jahreszeiten und die Kapriolen des Wetters unmittelbar erleben. Das deutliche Mehr an Licht wissen nicht nur ältere Menschen zu schätzen.

Interessierte Bauherren sollten genug Zeit für eine gründliche

Planungsphase vorsehen. Abhängig von der gewünschten Nutzung und den Gegebenheiten vor Ort (Ausrichtung, vorhandener Platz etc.) muss der geeignete Glasanbau geplant und Fragen nach Fundament, Verglasung, Beschattung, Klimatisierung, Beheizung und anderen Gewerken geklärt werden. So nützlich und notwendig es ist, auch technische Details im Werkvertrag festzulegen – entscheidend ist die Funktion. Daraus leitet sich dann ab, ob das Werk gebrauchstauglich ist oder nicht, auch wenn man ein Detail vergessen hat genau zu definieren. Das heißt z. B. bezüglich der thermischen Qualität: Wenn der Wintergarten beheizt und ganzjährig genutzt werden soll, dann ist klar, dass thermisch getrennte Profile



Idylle im Sommer, aber ein Wintergarten macht naturnahes Wohnen auch in den kalten Monaten möglich!



oder Holz sowie eine Verglasung eingesetzt werden müssen, die den erforderlichen Wärmedämmwert haben. Aufgrund seiner exponierten Lage und der großen verglasten Flächen machen sich Temperatur- und Wetterschwankungen in einem Wintergarten erheblich schneller bemerkbar, als dies in einem herkömmlichen Innenraum der Fall ist. Aus diesem Grund ist die Kompetenz des Wintergarten-Fachbetriebs von zentraler Bedeutung.

Wird ein Wintergarten nachträglich an ein Gebäude angebaut, dann werden auch die Formalitäten rund um den erforderlichen Bauantrag in der Regel vom Wintergarten-Fachbetrieb übernommen.



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



**Rollos
Plissees
Lamellen
Jalousien
Vorhänge
Insektenschutz**

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



Wintergärten | Terrassendächer | Glashäuser
Ihr Spezialist für individuelle Wohnwintergärten




Exklusiv-Partner



in Hamburg
seit 1972



Bau- und Architekturbüro
Poppenbütteler Weg 185 22399 Hamburg
Tel: 040 - 600 974 32

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

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

Sicherheitsrollläden
(alle 3 Minuten Einbrüche)
Markisen, Plissee, 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

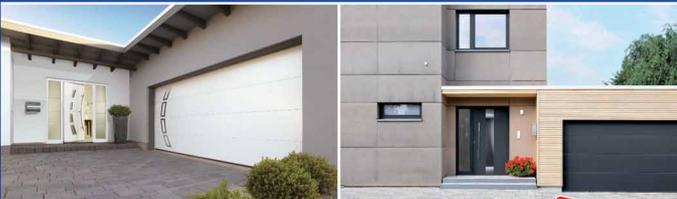
Einbruch: **Wer zahlt?**

„Die Hausratversicherung ersetzt das gestohlene Inventar in Höhe des Wiederbeschaffungspreises“, erklärt Romy Schmidt, Versicherungsexpertin der IDEAL Versicherung. „Darüber hinaus kommt die Versicherung auch für die Reparaturkosten bei Schäden an Inventar, Fenstern oder Türen auf. Um die Leistungen in Anspruch nehmen zu können, müssen Betroffene den Einbruch umgehend melden – sowohl der Polizei als auch der Versicherung. Letztere benötigt dann eine sogenannte ‚Stehlgutliste‘, in der die Einbruchopfer alle gestohlenen und beschädigten Gegenstände einschließlich des Kaufpreises und dem Zeitpunkt des Kaufs dokumentieren. Voraussetzung für den Versicherungsschutz ist allerdings, dass Bewohner nie vergessen, sämtliche Fenster und Türen zu schließen, bevor sie ihr Zuhause verlassen. Auch die Eingangstür sollten sie absperren, nicht nur zuziehen. Wer diese Grundregeln nicht beachtet und grob fahrlässig handelt, gefährdet möglicherweise seinen Versicherungsschutz.“



Gerade Senioren werden häufiger Ziel von Betrügern und Einbrechern.

Garagentore und Haustüren nach Maß



- Die meistgekauften Garagentore Europas
- Vielfalt in Funktion und Design
- Individuelle Beratung
- Komplett Montage, Demontage und Wartung
- HÖRMANN Stützpunkt-Lieferant

hb
HANSABAUSTAHL
BAUELEMENTE · MOBILE RÄUME
Porgensring 12 | 22113 Hamburg
Telefon: 040/733 607-0
E-Mail: info@hansabaustahl.de
www.hansabaustahl.de

Seit über 50 Jahren

Schlosserei - Metallbau



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

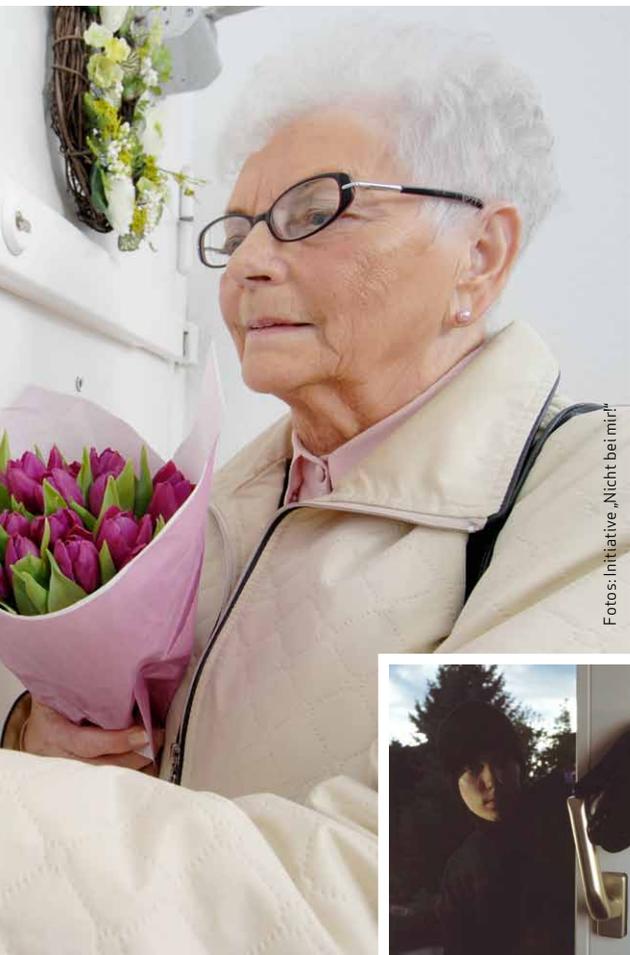
M.KUMMERFELD **ff** INH. A.HARTFIEL

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

VORSICHT MAS

In den vergangenen Wochen häufen sich Berichte über Einbrecher und Betrüger, die vorwiegend **Senioren ins Visier nehmen**. Die Grenzen zwischen **Haustürbetrug** und **Einbruchdiebstahl** verschwimmen dabei zunehmend. Die **Initiative für aktiven Einbruchschutz „Nicht bei mir!“** klärt über Gefahren auf und gibt Tipps, wie man sich schützen kann.

Eine derzeit beliebte Masche: Betrüger rufen an oder klingeln an der Haustür und geben sich als Polizisten aus. Sie fordern die Bewohner dazu auf, Bargeld und Wertsachen auszuhändigen – angeblich, um diese vor einem unmittelbar bevorstehenden Einbruch sicher zu verwahren. Auf solche Forderungen sollte man nie eingehen, sondern umgehend die Polizei informieren.



Fotos: Initiative „Nicht bei mir!“



Die Diebe werden cleverer. Hier heißt es: Haus sichern und nicht auf ihre Tricks hereinfallen!

HT, CHE!

Die Polizei verwahrt keine Wertsachen. Wer sein Haus oder seine Wohnung gut gegen Einbruch gesichert hat, kann solche Ansinnen leichter ignorieren und sich sicher fühlen.

Helmut Rieche, Sprecher der Initiative für aktiven Einbruchschutz „Nicht bei mir!“, erinnert an die Verhaltensregeln, die in solchen Fällen dringend geboten sind: „Auf das Klingeln an der Tür sollte man immer reagieren, denn viele Einbrecher führen Anwesenheitskontrollen durch und schlagen zu, wenn niemand zu Hause ist.“ Gleichzeitig warnt er davor, die Wohnungstür bedenkenlos zu öffnen: „Kasten- oder Querriegelschlösser mit Sperrbügel sowie ein Türspion oder eine Gegensprechanlage geben Sicherheit beim Türöffnen.“

Auch das vermeintlich beste Geldversteck zu Hause schützt nicht vor Diebstahl. „Wertgegenstände sind am besten im Bankschließfach aufgehoben und größere Mengen Geld gehören aufs Konto“, so Rieche. Einbrecher kennen jedes noch so gute Versteck.

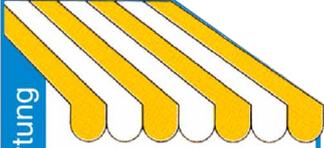
Wer plant, in Einbruchschutz zu investieren, sollte auch nicht vor digitalen Lösungen zurückschrecken. Viele sind sehr benutzerfreundlich und auch ohne Vorkenntnisse leicht zu bedienen. Eine fachkundige Beratung vor Ort ist allerdings unverzichtbar. Nur zertifizierte Sicherheitsexperten verbauen Technik, die höchsten Standards entspricht und finden individuelle Lösungen für jedes Zuhause.



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



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

Beratung Montage Reparatur Wartung

→ Beratung 
→ Planung
→ Durchführung

SUN CONCEPT!
Wolfgang Jermann - Sonnenschutz in Perfektion

Informieren Sie sich jetzt über
exklusive Shutters!

Individuell
angepasster
Sonnenschutz

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

 **ROLF KAPPLER** 
EINBRUCHSCHUTZ

seit 1922

• 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
Volksdorf ☎ 6 03 03 90
www.kappler-einbruchschutz.de

KEINBRUCH  **SICHERN SIE IHR ZUHAUSE**

Unser Betrieb ist im Adressenverzeichnis von Errichter-
unternehmen für Überfall- und Einbruchmeldelanlagen
des Landeskriminalamtes Hamburg aufgenommen.

PENDE W



Wohnung vor Ort oder Staugefahr? Das kann auch eine finanzielle Frage sein!

Eine Zweitwohnung nimmt Stress aus dem Arbeitstag - doch hat sie auch ihren Preis!

Unser aktuellstes Neubauprojekt

In Bramfeld entstehen 6 attraktive Eigentumswohnungen.

Wir suchen Grundstücke und Grundstücke mit Altbestand



Wohnbeispiel 1:
wunderschöne
2,5-Zi-ETW, ca. 84 m²,
im Staffelgeschoss mit
großer Dachterrasse
KP € 439.000,-

Wohnbeispiel 2:
helle 2,5-Zi-Garten-
wohnung, ca. 78 m²,
barrierefrei und
rollstuhlgerecht
KP € 413.000,-

Zentral gelegen und doch in unmittelbarer Nähe zu den erholsamsten Grünflächen, die Bramfeld zu bieten hat, liegt dieses schöne Neubauprojekt, das aufgrund seiner überschaubaren Größe zu einer guten Gemeinschaft einlädt.
EA-B, 31,65 kWh, Gas, Bj. 2019 **COURTAGEFREI FÜR DEN KÄUFER**

Wir stellen Ihnen diese Immobilien gern persönlich vor und freuen uns auf Ihre individuellen Immobilienwünsche.
Rufen Sie uns gern an: **040 – 41 42 93 60**



Schlüterstraße 14
20146 Hamburg - Rotherbaum

LEIPE
IMMOBILIEN · IVD

Telefon: 040 - 41 42 93 60
E-Mail: info@leipe-immobilien.de



LN oder WOHNEN?

In welchen **Städten** lohnt es sich, statt zur Arbeit zu pendeln, eine **Zweitwohnung** vor Ort zu nehmen? Eine **Markt-Analyse** macht den Check.

Wer einen Job in einer anderen Stadt annimmt, steht häufig vor der Entscheidung: Pendeln oder Zweitwohnung? Ein möbliertes Apartment auf Zeit hat den großen Vorteil, dass Arbeitnehmer durch den kürzeren Arbeitsweg mehr Freizeit haben. Sie sitzen nicht stundenlang im Auto oder in der Bahn. Dadurch bleibt mehr vom Tag übrig und die Nerven werden geschont. Denn Pendler müssen zusätzlich mit Staus oder verspäteten Zügen rechnen. Doch die gewonnene Freizeit hat ihren Preis. In München zahlen Mieter für eine vollausgestattete Wohnung auf Zeit mit bis zu 40 Quadratmetern im Median 1.110 Euro Kaltmiete. Das geht aus einer aktuellen Markt-Analyse von immowelt.de hervor, für die die Kaltmieten von Wohnungen auf Zeit in 27 ausgewählten deutschen Großstädten untersucht wurden. Wohnungen auf Zeit sind komplett ausgestattet und in der Regel teurer als normale Mietwohnungen.

Neben der bayerischen Landeshauptstadt sind in Berlin (970 Euro) und Frankfurt am Main (900 Euro) die Mieten für möblierte Wohnungen am höchsten. Das liegt vor allem daran, dass in den drei Städten der komplette Immobilienmarkt überhitzt ist. Auch in Hamburg (770 Euro), Köln und Stuttgart (je 760 Euro) ist Wohnen für Arbeitnehmer teuer. Die niedrigsten Preise werden hingegen in Duisburg und Dresden (je 400 Euro) verlangt.

Im Vergleich mit den Pendelkosten für ein Auto lohnt sich eine Zweitwohnung in vielen untersuchten Städten aus rein finanzieller Sicht ab einer einfachen Fahrstrecke von mehr als 100 Kilometern. Erst dann übersteigen die durchschnittlichen Kosten für ein Auto, inklusive Fixkosten für Versicherung oder Steuern und Werkstattkosten, die monatliche Miete. In Düsseldorf trifft das ab 150 Kilometern zu, in Stuttgart und Köln jeweils ab 166 Kilometern. In Frankfurt und Berlin kommt das Autofahren erst nach über 200 Kilometern teurer. Wer nach München mit dem Auto pendelt, hätte sogar erst nach 263 Kilometern den Preis für eine möblierte Wohnung egalisiert. Bei dieser Entfernung würde man sogar bis nach Norditalien kommen. Trotz der hohen Mieten überwiegen für viele Pendler allerdings auch schon bei geringeren Entfernungen die Vorteile einer Zweitwohnung direkt am Arbeitsplatz. Ihnen ist die gewonnene Freizeit, die sie für Hobbys und Entspannung nutzen können, mehr wert als die finanzielle Ersparnis.

Doch es gibt auch Städte, in denen sich eine Zweitwohnung schon bei weitaus geringeren Entfernungen lohnt. Besonders im Osten und im Ruhrgebiet sind die Mieten günstig, sodass sich eine Zweitwohnung in Dresden oder Duisburg schon bei 68 Kilometern lohnt. Auch in Erfurt (74 Kilometer), Leipzig (93 Kilometer) und Essen (98 Kilometer) sind die Distanzen gering.



ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN

Hamburg/Barmbek - Modernes Townhouse im beliebten Quartier 21, Bj. 1914, 2011 kernsaniert, 5 Zi., hochw. Ausstattung, ca. 165 m² Wohnfl., ca. 55 m² Keller mit Hobbyraum, lichtdurchfluteter Wohn- und Essbereich, Terrasse mit Garten, B, 98,50 kWh/(m²a), Fußbodenheizung, Fernwärme, KP: EUR 1.450.000,- zzgl. 6,25 % Käuferprovision

DAHLER & COMPANY Alster-Ost
Immobilienmakler

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

www.dahlercompany.de

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



100 Jahre
RICHARD GROßMANN KG
1913 - 2013

Immobilienmakler und Grundstücksverwaltungen
Jungfernstieg 34 · 20354 Hamburg

www.richardgrossmann.de

IVD VHH EEK



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

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

Barbara Suhr,
Mediaberatung

Mobil: 0172 / 923 36 82
Tel.: 040-538 930 54
Mail: b.suhr@alster-net.de



Foto: Woopies/BHW Bausparkasse

Schallabsorber helfen, wenn es in Wohnräumen unangenehm hallt. Und schick sind sie auch!

RUHE, BITTE!

Lärmbelästigung wird für immer mehr Menschen zum Thema. Das bestätigt eine Erhebung des Umweltbundesamts. Demnach fühlen sich 70 Prozent der Deutschen von Geräuschen gestört. Doch sie können sich schützen.

Vor allem in Häusern, die direkt nach dem Zweiten Weltkrieg errichtet wurden, setzte man leichte Baustoffe und schlanke Innenkonstruktionen ein – zulasten des Lärmschutzes. Oft teilen sich in diesen Wohnungen Nachbarn die Wände und hören voneinander jedes Wort. Bei Modernisierungen sollten Eigentümer für ausreichenden Schallschutz sorgen. Nachträglich geht das, indem sie Wände, Decken, Böden und Rohre gegen Schall dämmen lassen. Eine möglichst schwere Eingangstür, ein gedämmtes Dach sowie schalldichte Fenster reduzieren den Außenlärm. „Da schon kleine Fehler die Wirkung des Schallschutzes beeinträchtigen, sollte man für diese baulichen Maßnahmen unbedingt einen Fachbetrieb beauftragen“, rät BHW Expertin Angelika Sosnowski.

Für Neubauten sind die Anforderungen an die Schalldämmung ohnehin gesetzlich geregelt. Lärmschutz gilt als entscheidendes Merkmal für Wert und Wohnqualität einer Immobilie. „Hochwertige Wohnungen und Häuser zeichnen sich durch einen guten Schallschutz aus, der Ruhe und Geborgenheit vermittelt“, sagt Angelika Sosnowski.

Es gibt aber auch einfache Methoden, um den Lärmpegel in der Wohnung zu reduzieren. Bunte Akustikpaneele aus Schafwolle etwa absorbieren den Schall, nehmen aber wenig Gerüche an – ideal für hallende, geflieste Küchen. Schön anzusehen und sehr wirkungsvoll sind auch Akustikbilder mit Fotokunst. Auch Teppiche sind wirkungsvolle Schalldämmen. Sie zaubern Behaglichkeit in den Raum – und schaffen ein gutes Verhältnis zum Nachbarn.



Endlich durchschlafen: Geringere Lärmpegel machen Entspannung leicht!



Wenn es um Ihre Immobilie geht

Grundeigentümer-Verband Hamburg – die Institution seit 1832



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

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

www.grundeigentuemerverband.de



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

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 mit Schwerpunkten:

Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel),
Tel. 538 930-55
Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50
Julia Carstensen (Hamburg), Tel. 538 930-56
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

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, Kimberley Schulz, Jessica Smolak
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,
© 2019 Magazin Verlag Hamburg.
Das Alster-Magazin wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt
und liegt zusätzlich in ausgewählten Unternehmen für Sie bereit.



Sylt: Winterschnäppchen
1.11. - 20.12.19 und 5.1. - 15.3.20
Westerland und Wenningstedt
Appartement-Brünig, Inh. Bärbel Lundershausen
Tel.: 0 46 51/ 58 58 • www.appartement-bruenig.de • Fax: 0 46 51/ 58 59

Wir kaufen an: Kunst des
20. Jahrhunderts. U. a. Hamilton,
Höch, Janssen, Rainer, Roth.
0171/8316140,
info@st-gertrude.de

Teddydoktor gesucht!
Für kleine Aufarbeitungsar-
beiten.
In Hamburg und Umgebung.
Tel.: 0172-4514940

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

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

Royal & Royal Wedding: 2
große Alben **Briefmarken** und
insbesondere Ersttagsbriefe,
international; umfangreiche
Sammlung: VB 200 €
0171 548 37 50

Das nächste Alster-Magazin erscheint am
8. November 2019
auch als E-Paper via magazine-fuer-hamburg.de

Alster Magazin
**ONLINE
LESEN!**

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

Foto: Fotolia / Kalim

Hier finden Sie fast 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.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 gGmbH, 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, Eisdieler; Nr.7 alsterspectrum;
Alsterdorfer Straße Nr.2 Kleiderbad Winterhude, Reinigung; Nr.6 First Class Clean Textilpflege; Nr.8 Linda Beauty Salon Nr.10 Salatperle, Imbiss; Nr.20 Sportsbar, Wirtschaft; Nr.24 Dada Sushi Restaurant; 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.7 Wein-Michel, Wirtschaft; Nr.7 Schanzen-Bäckerei; Nr.9 Bode, Hörakustik; Nr.13 Cuisinette, Delikatessen; Nr.13 Blumengeschäft; Nr.15 Echzeit, Studio, Cafe-Galerie; Nr.17 Effenberger, Bäckerei; Nr.29 Bagno, Bäder-Accessories; Nr.31 Stahn, Euronics; Nr.35 Thudo, 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.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.253 Alsterdorfer Hosenmatz, Kinderladen Second Hand; Nr.271 Sprungfeder, Raumausstattung; Nr.277 Änderungssofordienst, Änderungs Schneider; Nr.281a Blumen Exotica, Blumen;
Alsterort Nr.18 Zahnarztpraxis Katarina Bellagart
Am Dalmannkai Nr.6 Nissis Kunsttante, Galerie und Restaurant; Nr.6 Aynur Ayhan; Nr.8 Atelier Abele;
Amelandstraße 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 Schanzen Bäckerei;
Ballindamm Nr.25 Trachtendiele GmbH; Nr.40 Die Balkkönigin, Abendmode & Schneiderei; 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;
Barmbeker Straße Nr.38, Dat Backhus; Nr.148 Gräx-Tinter, Drucker-Toner; Nr.148 Artefakt, Schuhe; Nr.150 Arizona, Steakhouse; Nr.152 G&M, Friseur; Nr.158 Budenhagen, Euronics; Nr.5 rooster cafe mit schwung; Nr.45 Haspa; Nr.47 Arno Sierck, Lotto-Toto-Odds; 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 Freindlichst, Restaurant; Nr.177 Kaffee mit Geschmack; Nr.177 Schuh/Schlüsseldienst; Nr.179 Bravo, Reinigung; Nr.181 Wein-Gesing, Weine; Nr.181 Storfing-Fashion, Second Hand Mode; Nr.181 Bauelemente Galerie; Nr.187 modern nails; Nr.189 Die Lakritzerie;
Bleichenhof Passage Kryolan City Hamburg, Professional Make-up; Cafe Ole, Bar u. Restaurant; Shoes, Schuhe aus Ungarn u. Italien;
Borgweg Nr.5 Picobello, Reinigung - Schneiderei; Nr.7 Podologie Pfaxis Rinkus; Nr.11 Feinkosthaus am Borgweg Mehrabi; Nr.11a Nur Hier;
Brandsende Nr.7 Biffar;
Cäcilienstraße Nr.2 Tafelberg, Restaurant;
Colonnaden Nr.22 Weinhandlung Brodhage; Nr.36 abrahams ambiente; Nr.46 Schatzschneider, Sanitätsbus; Nr.70 HPS Porzellanmalerei; Nr.96 Sabine Wiedenhaus, Mode;
Dorotheenstraße Nr.48 Hotel Cristobal, Hotel; Nr.54 Schewel, Modatelier; Nr.54 Haar Pur, Friseur; Nr.54 La Figlia, Ital. Restaurant; Nr.54 Ristorante Caruso; Nr.78 Gemeinschaftspraxis Wolf, Thiel, Zahnärzte; Nr.102 Haspa; Nr.112 Schanzen-Bäckerei, Bäckerei; Nr.116 Rewe Stanislawski & Laas GmbH & Co.oHG Nr.116 Kaya, Feinkost; Nr.116 Stadtbäckerei, Bäckerei; Nr.116 Schumacher; Nr.128 Blumen; Nr.132 Der Maßschuh, Schuhe; Nr.134 BHB, Hockey; Nr.136 Änderungs-Dienst; Nr.138 Zeitschriften; Nr.138 Tabak-Lotto, Sh. Zourkazemi; Nr.140 Call a Pizza, Restaurant; Nr.144 misaki Sushi Restaurant; Nr.174 Charade, Bistrot; Nr.176 Schönes & Nützliches; Nr.176 Udsloopen, Cafe Nr.182 IL Gelato, Eiscafe; Nr.182a La Strada, Restaurant; Nr.184 ann idstene, Deko; Nr.184 Herzkammer, Schenken+Wohnen; Nr.184 Nur Hier, Bäckerei; Nr.184a Winterhuder Kindersalon, Kindermode; Nr.107 Wohnwerte Hamburg Immobilien; Nr.188 envy fashion; Nr.188 Ky Lam, Asia Restaurant; Nr.190 Dorotheen Eck Restaurant; Nr.190 Thasos, Grill Imbiss; Nr.35 Restaurante La Bruchetta, Restaurant; Nr.57 Block House, Restaurant; Nr.95 Reitenbach, hair and make-up; Nr.97a Trattoria Rosati, Restaurant; Nr.99 Frozen-Yoghurt Welt; Nr.109 alia, Wellness; Nr.121 St.Johannis Apotheke; Nr.159 Babette Becker, Floristik; Nr.161 Ihre Reinigung;
EKZ Neddelfeld Görtz, Outlet; Star Car, Autovermietung; Ernstings-Family, Kleidung; I.Etage, Klinik, Friseur; I.Etage, Nailys; Reiseswelt Hamburg; I.Etage, New Nails, Nagelstudio; I.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 Lühr Optik; Nr.18 Struve Lederwaren & Gepäck; Nr.20 engelke, Pasta-Olivo-Vino; Nr.22 Maral, Restaurant & Cafe; Nr.22 von Allwörden, Backwaren; Nr.24 O2 Partner Shop; Nr.32 RiekhofGalerie, Parfümerie Eppendorf; Nr.32 Lejaby Palmers Rosurel, Wäsche; Nr.34 Pyjama Royal, Wäsche; Nr.34 Broterbe Gaeus; 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 Lienu hat das Zeug z. Spielen, Spielwaren; Nr.23 Ellippa-Kinder, Kurse & Cafe GmbH; Nr.31 Bettenhaus Bürger; Nr.43 Tee-Handels-Kontor Bremen; Nr.43 Vodafone Shop Eppendorf; Nr.47 Back-Werk;
Eppendorfer Landstraße Nr.2 Haspa, Bank; Nr.6 Gandhi, Indisches Restaurant; Nr.12 footinmotion; Nr.19 ARTEM Bluse und Hemd; Nr.26 TENDENZPlus; Nr.32 Wolffheim & Wolffheim, 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 o top, Damenbekleidung; Nr.92 Thor Straten, Juwelier; Nr.96 Tabakwaren Presse; Nr.100 Balzac Coffee, Cafe; Nr.106 Sigikid; Nr.112a Friseur Löhndorf, Friseur; Nr.122 Dietrich Niesitka, Teppichboden; Nr.130 Grönich Aufpolstern & Beziehen, Holzaufarbeitung; 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 Greeni, 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, Änderungs Schneider; Nr.123 Jutta Basner Friseurmeisterin;
Eppendorfer Marktplatz Nr.2 Apotheke a. d. Friedenseiche, Apotheke; Nr.2 BoConcept Hamburg Eppendorf, Einrichtungen/Möbel; Nr.5 Haspa, Bank;
Eppendorfer Weg Nr.164 Astakos Taverna; Nr.168 JLOVES; Nr.176 Dal Fabbro, Weinbar; Nr.180 Fischfeinkost Egon Geiben; Nr.194 Papier Boutique; Nr.210 Ristorante Come Prima; Nr.210 sandro magris, Antipasti; Nr.234 Cafe Leckerei; Nr.244 Apotheke am Falkenberg; Nr.244 EA Italiano, Antipasti - Pasta - Bar; Nr.244 Trainingsraum, Ems Training; Nr.248 Müller's Jeans & Interiors; Nr.252 RuBios, Bio & Delikatessen; Nr.254 Büncing, Creative Wohngestaltung; Nr.256 Camocas, Stoffe & Kleider; Nr.256 Azzuro, shoes & more; Nr.260 eke in paradise; Nr.264 Claudia Paulus, Design; Nr.266 Kallensee GmbH, TV-VIDEO-HIFI; Nr.276 Caprice, Mode; Nr.280 Ristorante Fezzi; Nr.1 Eclair au Cafe; Nr.189 Kosmetik Eppendorf; Nr.193 Schweiß Ahoi; Nr.281 42 Plus Second Hand, Designermode ab Gr.42; Nr.283 Peter Judd, Modeschmuck; Nr.287 Poletto Winebar, Weinstufe;
Erikastraße Nr.42 Das Hand und Fuß Team, Hand u. Fußpflege; Nr.44 Lotto, Zeitschriften; Nr.48 Je suis !, Secondhand fashion; Nr.48 petite princesse, Mode, Accessoires; Nr.48 keiko; Nr.50a HülsenPetit Fisch Bistro, Fischbistro; Nr.58 Kase, Wein und mehr; Nr.45 Rolf Kappler Einbruchschutz, Schlüssel etc.;
Fährhausstraße Nr.8 HPM Vermögensverwaltung;
Forsmannstraße Nr.85 I.T.M.S Afrika; **Friedr. Schütter Platz** Ernst Deutsch Theater; Theatergastronomie Schütters; **Fuehlsbüttler Straße** Nr.756 Hamburger Friedhöfe-AöR;
Galleria World in Travel, Reisebüro; Bagger & Gehring, Goldschmiede; Linus, hochwertige Herrengarderobe;
Gänsemarkt Passage ELB Fashion Store, Mode; Mercedezh-Shoes; Umkleidekabine, T-Shirt Druck;
Gänsemarkt Parfümerie; Görtz 17; Eiscafe Black Remo; Hello Kitty, Mode u. Accessoires; San House, Restaurant; Super Cut, Friseur; Nr.43 Praxis Dr. Maik und Kirsten Humsi;
Geibelstraße Nr.12 SantaFe, Restaurant, Cockailbar;
Gertigstraße Nr.4 Kartenhaus, Tickets; 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.58 Kokon, Fashion & More; Nr.68 Grill Shop Winterhude; Nr.1 Jamka, Textilien; Nr.1 Espresso House; Nr.11 Desee, Tapasbar; Nr.17-19 my favorite store, Designermode; Nr.23 Cheesecake Heaven; Nr.23 Salat Quelle; Nr.25 Georg Kramer, Uhrmachermeister,



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



Juwelier; Nr.25 quando Vietnamese, Street Kitchen; Nr.27 Holz connection, Möbel; Nr.27 Thaysen Fashion; Nr.33 Boutique 33; Nr.37 Pastelaria Porto, portugiesische Spezialitäten; Nr.41 Der Bioladen Winterhude; Nr.57 Dulf's Burger Restaurant; Nr.59 einsnulleins, Notebook & Co Service; Nr.61 Mama Trattoria, Ristorante;
Geschw.-Scholl-Straße Nr.6 Mrs. Sporty, Fitness für Frauen; Nr.23 Eppenlofe Cafe und Läden;
Goldbekplatz Nr.2 Goldbek Medical;
Grasweg Nr.2 Ihr Friseur; Nr.6 Cafe Quidde;
Grindelallee Nr.32 Spiesserei Speis & Trank; Nr.32 Print- und Cophaus GmbH; Nr.40 Papier & Co., Bürobedarf; Nr.44 SHALOM, Israel Bijoux u. Kunstgewerbe; Nr.80 text & tone, An u. Verkauf von Büchern, CDs & DVDs; Nr.104 a McPaper; Nr.106 Atlantik Apotheke; Nr.106 Eiscafe La Veneziana; Nr.106 Schweden Optik; Nr.110 Vodafone; Nr.116 BackWerk; Nr.126 EDEKA aktiv markt Anders; Nr.134 Bodega Bar „Las Tapas“; Nr.134 Arrabbiata, Orient Bistro; Nr.136 Die Britle Susan Timm; Nr.138 Tabak-Shop Lichau, Zeitungen; Nr.146 Asia Lounge, Restaurant; Nr.148 Comestibles, Wein; Nr.150 Outlet King; Nr.164 everglade, Schmuck; Nr.168 Cafe Pastelaria, Portugiesische Spezialitäten; Nr.170 Matratzen Markt Concord; Nr.180 Carlotta Secondhand; Nr.182 Joey's Pizza Service; Nr.188 MFO Matratzen Factory Outlet; Nr.21 Studioline Photography; Nr.53 Haspa, Bank; Nr.77 Andere Welten, Medienvertretung; Nr.79 Qrito Grindel, fresh californian cooking; Nr.79 Schneiderini am Grindel; Nr.83 Ali 's Grillhaus; Nr.87 ak deniz, Schnellimbiss; Nr.87 Der Friseur, Capuz Cut; Nr.89 50 NA MU, koreanisches Restaurant; Nr.131 Kiosk; Nr.131 Drucker Tanker; Nr.131 Pearlypop, Schmuck; Nr.131 Beautiful Nails, Nagelstudio; Nr.139 Happy Copy Digital, Digital & Werbetechnik; Nr.141 Grindel Schuhmacherei; Nr.159 Änderungsschneiderei; Nr.159 Restaurant Gopalam, Vegetarisch-ayurvedisch; Nr.161 Fahrrad Gebrauchtmarkt;
Grindelberg Nr.86 KA 1, Mode; Nr.86 intertel GmbH, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z., Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituous-Lotto;
Große Bleichen Nr.32 Privatdozent Dr. Tesch;
Großer Grasbrook Nr.9 Hafenhunger;
Hagedornstraße Nr.53 Zahnarztpraxis Dr. Marcus Richter;
Hallerstraße Nr.36 Dr. Jörg Brettle, Zahnarzt; Nr.78 Edeka Niemerszein;
Hamburger Hof Parfümerie Hamburger Hof; cappuccino-due, Cafe/Bar/Restaurant; Springfield Homedesign, Bilder, Möbel, Accessoires, Lifestyle; Blume Hamburger Hof, Blumengeschäft;
Hamburger Meile EG Information; EG, Ernstings Family; EG, LUCKY Clean & Heets; EG 19, Friseur Essanelle; EG 22 Oil & Vinegar; EG 28 Apollo Apotheke; EG 29, Friseur Nicolaisen; EG 40 Multi Express, Schuhmacherei/Schlüsseldienst; EG 47 Spiele Max; EG 52 Friseur; OG Apotheke Apollo 2; OG 108 Vodafone; OG 116 Bäckerei Nitt; OG 116 Nur Hier; OG 117 Dat Backhus; OG 122 Eiscafe Fiore; 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;
Hanseviertel Handlungshu; Quartier 30, exklusive Mode; Leyteffer kleiner Shop, Confi-serie und Konditoreispezialitäten; Leyteffer, Confi-serie und Konditoreispezialitäten; Lindner; La Moda, Abendkleider; Caffee Rouge, Cafe Bistro; Falke-Store, Strümpfe; Sansibar-Sylt, Fashion; Hamburg Business Center; Endeca, Passion f. Wein u. Spirituous; im Hanseviertel; Tott & Co., Herrenschuhe;
Hartwicusstraße Nr.6 Uhlenhorster Reisedienst; Reisebüro; Nr.6 Kosmetik u. Mode an der Alster;
Hegestraße Nr.8 FOLKER H, Der Friseur; Nr.8 Laura & Louis, Fashion Room for Kids; Nr.50 Umland Delikat-essen und Party-Service; Nr.13 Das Kleine Kinder Kaufhaus; Nr.15 REINDL, secondhand; Nr.21 Botho Nickel, Hochzeitsausstattung; Nr.31 SMITH 's, Clothes for Men & Women; Nr.33 schokovida, Feinste Schokoladen;
Heinrich-Hertz-Straße Nr.101 Blumenladen Dieter Ahlf;
Hermannstraße Nr.14 Altstadtbume am Alstertor;
Heubergredder Nr.34 Mode & Accessoires, Mode; Nr.34 Villa Salis, Relax- u. Wellness-Lounge; Nr.38 Big Easy, Bistro/Restaurant; Nr.45 Lotto, Kiosk; Nr.52 Alsterdorfer Backhus, Bäckerei/Cafe; Nr.27 Mein Friseur, Friseur;
Hofweg Nr.4 Edeka Sören Lade, Lebensmittel; Nr.8a Selmeiyer, 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.58 EMSRaum Hamburg, Fitnessstudio; Nr.68 Jody-2Rad, Fahrräder; Nr.72 Farda, Syrische sRestaurant; Nr.98 Burg Apotheke; Nr.102 HENNYs Restaurant & Events; Nr.21 Wäscherei, Reinigung; Nr.29 Travel & Home, Reisebüro; Nr.31 N&N Reisen; Nr.33 Stöben-Wittlinger, Immobilien; Nr.45 Café Boy; Nr.45 FLIQUA GmbH Body Energising Studio; Nr.57 Augenärzte im Hofweg; Nr.59 Postart, Najiba Adina; Nr.61a Rindchen 's, Weinkontor; Nr.63 Emmas Konditorei Cafe Deli; Nr.65 Dalvi, Stoffe; Nr.69 Dat Backhus; Nr.73 Boulevard Hotel; Nr.75 Nippon-Hotel; Nr.77 Viale Grande, Restaurant; Nr.81 Edeka Niemerszein, Edeka; Nr.99 SAFA, Schuh + Schlüsseldienst; Nr.101 Dilo-Cafe, Cafe;
Hoheluftchaussee Nr.18 Osaka Sushi, Restaurant; Nr.18 Wolsdorff Tabacco GmbH; Restaurant; Nr.30 aktuell ROLLO, Vertriebsgesellschaft mbH; Nr.32 Broterbe Gaues; Nr.56 Eiscafe Toscana; Nr.56 SCHNELLREINIGUNG, Najiba Adina; Nr.56 JoCo Friseur; Nr.56 Oberbrüfers Apotheke; Nr.56 Optic Hoheluft; Nr.60 Din Hau, Asiatische Spezialitäten; Nr.88 Haarstudio Laura; Nr.90 Margot Randhawa, Blumen; Nr.92 Hoheluft Reinigung; Nr.13 Style Lounge, Friseur; Nr.17 Eisen + Haushaltswaren Harms; Nr.45 Lichthaus Friedrich Hass; Nr.71 Goldstücke, Fashion Outlet; Nr.119 Funk-Schloss-Notdienst;
Hudtwalckerstraße Nr.8 Dr. Trettin, Neurologie; Nr.16 Paolino, Ristorante Sardegna; Nr.18 Fährhaus Apotheke; Nr.22 Kätis Salon - Süßes Eis; Nr.24 Schwiir-Computer, Computer; Nr.24 Moringa, Das Plus an Lebensqualität; Nr.28 Bobbys Burger; Nr.28 Schamotte, Pizza Suppen Salat; Nr.30 Urban-Spa, Schönheit; Nr.11 Arbeit u. Mehr, Arbeitsvermittlung; Nr.13 Winterhuder (Restaurant & Cafe) Nr.13 Komödie Winterhuder Fährhaus; Nr.17 Blumen-Börse Ka 1, Mode; Nr.86 K&A 1, Mode; Nr.86 intertel GmbH, mobile kommunikation; Nr.88 Paracelus-Apotheke, Schwerpunkt Homöopathie; Nr.3 ANDREAS APOTHEKE, Apotheke; Nr.39 S.Z., Fahrradservice; Nr.39 Friseursalon KASKADE, Friseur; Nr.41 Japan Feinkost, Sushi-Party-Service; Nr.41 Studioline Photography; Nr.45 Tinten-Toner-Tankstation; Nr.83 Susanne Bielefeldt, Tabakwaren-Spirituous-Lotto;
Jarrestraße Nr.2 Kampanel, 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, Gastronomie; Nr.38 Schuhhaus Prange; Nr.44 Langhagen & Harnisch, Gemälde & Kunsthaus; Nr.48 Roth's Alte Englische Apotheke; Nr.54 ALEX Hamburg im Alsterpavillon; Nr.59 MIO Bistro Café Gelato; Nr.51 Optiker 81.de;
Kaufmannshaus Brahmekeller, Wein u. Bierstube;
Klosterallee Nr.80 Kloster Stuben; Nr.80 Ise Apotheke;
Klosterstern Nr.6 Evelin Brandt, Mode; Nr.5 Tabakwaren-Zeitschriften, Lotto-Toto Hessamian; Nr.5 Haspa; Nr.5 Tabakwaren, Zeitschriften, Postfilialpartner;
Kronskamp Nr.15 Weinlager Kronskamp; Nr.33 ON Stage, Training Center;
Körnerstraße Nr.2 Kiosk Mühlenkamp
Lange Reihe Nr.18 Hotel Senator; Nr.34 Balkan Magazin, Balkan-Spezialitäten; Nr.48 Everest, Geschenk-Basar; Nr.50 plateau, Herrenbekleidung; Nr.60 Lagerverkauf Speicherstadt; Nr.62 Casa Nostra, Restaurant; Nr.66 Hair Joy, Friseur; Nr.66 vodafone-shop; Nr.1. My Nails, Nageldesign; Nr.23 Georgie, Friseursalon; Nr.27 Lagerhaus Hamburg; Nr.29 Bio Company Supermarkt; Nr.47 cafe due; Nr.47 Eiscafe Triboli; Nr.57 Werkhaus, Fashion; Nr.63 Café Uhrlaub; 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 Alca Weltmann, Schneiderin; Nr.91 Ticketkontor, Reisebüro; Nr.91 Petra Nentwig, Kosmetik u. Fußpflege; Nr.101 Das Haarwerk, Friseur; Nr.111 Tempur Studio, Premium Schlaf; Nr.113 Rahimi Beauty; Nr.117 Feinkost Läufer;
Lattenkamp Nr.4 Lotto + Toto; Nr.6 Elbschön, Friseur; Nr.8 Ying Yang - bananes Food;
Lehmweg Nr.28 Queen for a Day, Mode; Nr.36 Haarkunst, Claudia Ossege; Nr.36 Sense of Beauty, Die Wellness Lounge; Nr.40 Fine Antique Interiors; Nr.46 Galerie in Eppendorf; Nr.46 Clou, Geschenke; Nr.46 Blumenladen B.Sannamp; Nr.48 Zuckerpuppe, Mode; Nr.50 UMS, Ute Münzer Spiess, Make up; Nr.50 die Passerie, Wein, Essig, Öl, Whisky; Nr.56 Fleischerie Harms; Nr.58 Jolie Karla-Maria Osterstzer, Friseurmeisterin; Nr.58 Ristorante Italiano; Nr.17 Praxis Klinik Pöseldorf; Nr.31 Fashion Cut, Kostümbildner Änderungsschneider; Nr.31a Cafe Estoril 2; Nr.35 China Garten, Restaurant; Nr.35 Haare

Manuel Oliveira; Nr.41 Kratzfest, Naildesign; Nr.43 Milchzahn, Baby- u. Kinderausstattung; Nr.43 Son Sara, Boutique; Nr.43 Yilmaz, Änderungsschneiderie; Nr.43 Askrafi Antikes & Feines; Nr.51 Stoffkunst; Britta Grumann, Kurzwaren; Nr.53 Eppendorfer Haushaltsstüben; Nr.55 Outfit Haare & Kosmetik; Nr.57 ANIMAL finearts;
Lenhartsstraße Nr.16 LoBo Frisuren GmbH, Meisterhafte Haargestaltung;
Levanteaus Flane Chocolaterie Cafe; Swatch, Uhren; Bar Levante, Restaurant; Drösser & Rademacher, Schreibwaren; Park Hyatt Hamburg, Hotel; Calvin Klein Jeans Store; Sansibar-The Store Shop, Kleidung; Marc O'Polo, Kleidung; Schubbecks Gewürze; Princess tam.tam Boutique Hamburg; 1.Etage Schiebthl Österr.; Restaurant; 1.Etage Asia Restaurant; 1.Etage B.O.S.Caviar Gourmestecker; 1.Etage Fon Friseur; 1.Etage Sushi Factory;
Lilienstraße Nr.8 Body Focus GmbH;
Lokstedter Weg Nr.1. Cleopatra Schönheitswag; Nr.1 Tessa Petzoldt, Blumen;
Löwenstraße, Ecke Eppend. Weg Nr.22 China Restaurant; Nr.22 Optiker 81.de;
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.1 Café par Ici; Nr.3 Maria-Louisen Apotheke; Nr.3 Restaurant Luise; Nr.7 Fleischerie R.Schuster;
Martinistraße Nr.6 Saadet 's Portog. Cafe+Schneiderie; Nr.14 Saigon, Restaurant; Nr.64 Edeka Arff im Spektrum am UKE; Nr.11 Neko Cafe;
Milchstraße Nr.2 Juwelier Perlen Müller; Nr.28 Ristorante De 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 OLGUN Änderungsschneiderie;
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 & Kinderreit, Schneider; Nr.21 Änderungsschneiderie, Schneider; Nr.25 Shop Mittelweg; Nr.25a Schanzbäckerei; Nr.27 Il Gelato, Eisdiele und Lattemacchiato; Nr.31 Bistro Masur; Nr.31 Gurke, Kneipe; Nr.41a Bio Sun, Sonnenstudio; Nr.41a Hypo Bank; Nr.123 Pöseldorf Apotheke; Nr.125 Gebr. Jürgens, Haushaltswaren; Nr.151 Dr. Schrank, Orthopädie; Nr.157 Haspa; Nr.161 Raven, Restaurant; Nr.163 Middleway Gallery; Nr.165 Apotheke Carjell's; Nr.173 Bäckerei Bamian; Nr.173 Blumen Jürs am Mittelweg;
Mönckbergstraße Nr.3 MO-CITY-APOTHEKE; Nr.9 Hirmer Grosse Größen;
Mühlenkamp Nr.2 Harms & Schacht, Restaurant; Nr.4 Hund & Katze, Tierartikel; Nr.6 Kaffee elbgold, Café + Rösterei; Nr.8 Edalatt, 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, Antipatis etc.; Nr.16 Liman, Fischrestaurant; Nr.16 Die Suppenndell, Imbiss; Nr.18 Mü - 18 Pizza Profis; Nr.22 Optiker Vocke; Nr.34 Haspa; Nr.38 AUSTI Moden GmbH; Nr.40 Ceeest Tagesbar; Nr.42 Coffee 42; Nr.42 Fee, Textilien; Nr.46 La Piadina; Nr.48 Melano; Nr.54 Trüffel Schwein; Nr.1 Restaurant aledo; 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 Niemerszein; Nr.59 Jacques Weindop; Nr.59 Fetch Restaurant; Nr.63 Tanzclub, Die Tanzschule;
Mundsberg-Damm 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;
Munsburger Tower Nur Hier, Bäckerei; ICHIBAN Japanisches Restaurant; Sonnenstudio; nah & frisch- eat & fresh to go; Louisiana Restaurant
Nedderfeld Nr.12 Audi Zentrum, Autohaus; Nr.22 Wibo-Werk, Heizungen; Nr.30 Fiat, Autohaus; Nr.34 Nissan, Autohaus; Nr.36

Mitsubishi, Autohaus; Nr.38 BMW, Autohaus; Nr.40, Renault, Autohaus; Nr.80 Renault Niederlassung Hamburg, Autohaus; Nr.98 B.O.C. Fahrräder; 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. Cravatierie Hamburg Nr.10 Nespresso Boutique; Nr.26 Waßmann, Jeweliere; Nr.42 Ewige Lampe; Nr.46 Loro Piana; Nr.50 SØR, Mode; Nr.50 Liz Malraux Design; Nr.54 habitat, Möbel-Store; Nr.80 JOOP! Store Hamburg; Nr.80 GANT Store; Nr.43 Jil Sander, Mode; Nr.43 van Laack Store; Nr.61 Marlies Möller, Friseur;
Oberstraße Nr.1 Juwelier Georg Frisch; Nr.3 Sisters, Hair- u. Naildesign;
Ohlsdorfer Straße Nr.2 Zoo, Tiergeschäft; Nr.4 Bistrot;
Osaakalee Nr.6 Lieblingsplatz; Nr.6 RR Plus, Friseur;
Osterfeldstraße Nr.81-85 HÖRstation GmbH, Hörakustikmeister, Hörtherapeut;
Papenhuder Straße Nr.24 Hand-Werk, schöne Wolle; Nr.24 Pappenheimer, Wirtschaft; Nr.28 Sturm, Teehandelskontor; Nr.30 Näscherei-Cafe; Nr.32 Koch- u. Designhaus; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.40 Uhlenhorster Apotheke; Nr.40 Taucherzentrum; Nr.42 Kinderspiel, a little fun; Nr.56 Hans-Home Immobilien; Nr.58 Blumengeschäft; Nr.25 Lange, Feinwäscherei; Nr.27 Xocolaterie Hamburg; Nr.35 Rexrodt, Restaurant; Nr.39 Konditorei Pritsch; Nr.63 Doging Station; Nr.67 Obst & Gemüse; Nr.67 Änderungsschneiderie;
Parkallee Nr.15 Feinkost Sarikaya;
Poelchaukamp Nr.2 Broterbe Gaues; Nr.4 Anne Schuhknecht, Mode; Nr.4 Gertrauden-Moden, Maßanfertigung-Änderung; Nr.4 Lotto am Poelchaukamp; Nr.4 Clips Haare; Nr.16 KARIN MILLER Hamburg; Nr.24 Bazaar Boutique; Nr.36 TAYAS Kaffeehaus; Nr.1 Ristorante Salentino; Nr.1 TIP Reisen; Nr.3 Eiscafe am Poelchaukamp; Nr.7 Cafe Canale; Nr.7a LOOK! Schuhe, Karen Bühe; Nr.7a Kanne Lifestyle; Nr.9 twice 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 Schmucktochter Carolin Winkler; Nr.25 Pasta & Vino; Nr.25 Hackbarth 's Intertex Studios;
Pöseldorf Center Corner, Mode;
Rothenbaumchaussee Nr.10 Grand Elysee, Hotel; Nr.48 Broders Restaurant; Nr.70 Bolero 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 Spory; Nr.63 Verdi Restaurant; Nr.75 Sweet Home, Antiquitäten; Nr.101 Cucinid'Elisa, Italianisches Restaurant; Nr.105 Sushi; Nr.107 Hotel am Rothenbaum; Nr.107 Zala, Restaurant; Nr.119 Haspa; Nr.137 Terrasse Cafe Funk-Eck, Restaurant-Konditorei-Cafe; Nr.189 L' Atelier du par ici; Nr.189 Peemüller, Raumausstattung; Nr.209 Dirk Brinkmann, Friseur;
Sandtorkai Nr.44 Andronaco
Schiankreye Nr.2 Köbes, Restaurant & Bar;
Schiankreye Nr.73 Bäckerei Allaf;
Schiankreye Nr.4 Haspa;
Sierichstraße Nr.30 Asia Wok, Asiatische Spezialitäten; Nr.42 Marco Hops, Exklusive Damenmode; Nr.90 Alster Textilpflege;
Spitalerstraße Nr.2 Nике; Nr.8 promod; Nr.16 Edeka Bank; Nr.1 Dat Backhus; Nr.1 Runners Point, Warenhandel; Nr.7 Lush, Hand made Cosmetics; Nr.9 NIVET, Restaurant - Bar - Cafe; Nr.9 Optik Weser;
Tarpenbekstraße Nr.56 Praxis f. Krankengymn. & Physiotherapie, Dietke Dörrie; Nr.62 Fahrshule Hoepfner;
Ulmestraße Nr.2 Le Beau Voisin
Warburgstraße Nr.7 Poldi Imbiss
Winterhuder Marktplace Winterhuder Forum Apotheke; Bücherhalle Winterhude; von Alwörden;
Winterhuder Marktplace 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.20 Ali Demiroglu, Kiosk; Nr.88 Scharlau Copy-Center für Profis; Nr.122 Sculpt Cut, Friseur; Nr.122 wax art, natural brazilian waxing; Nr.142 hüftgold Cafe Bistro; Nr.144 Haspa; Nr.5 Fruchthaus Bescherer, Obst- u. Gemüse-Service; Nr.65 Ulf Friedrich Schneidermeister, Maßanfertigung; Nr.65 Schnittpunkt, Damen u. Herrenfriseur; Nr.65 Matratzen Concord;
Sharepoint werden unter:
Tel.: 040 - 538 34 52

What's up in TOWN?



Keynote Speakerin Michelle Euzet und PR-Profi Ursula Reimers (r.)



Karl Meyer, Club der Optimisten-Vorständin Barbara Kunst und Kommunikationsprofi Till Uterharck (v.l.)



Talkgast und Hamburgs Verfassungsschutz-Chef Torsten Voß und Club der Optimist-Präsident Lutz Peter Eklöh (r.)

OPTIMISTENTREFF

„Optimismus im Extremismus“ lautete das recht provokante Motto des 2. „Optimistischen Themenabends“ des Jahres des **Club der Optimisten**. **Torsten Voß**, Leiter des Landesamtes für Verfassungsschutz Hamburg, referierte vor rund 70 anwesenden Mitgliedern in der bar noir im Hotel Tortue zu den verschiedenen Arten des Extremismus sowie den Auswirkungen und Einordnungen. Und er schaffte es zu vermitteln, warum selbst bei diesen Inhalten Optimismus angebracht ist.

Fotos: Dirk Masbaum Fotografile



Katja Kleffmann (Lufthansa), Rallye-Expertin Birte Ballauff und Maklerin Dagmar Viereck



PR-Lady Marietta Andreae, Talkgast Marie Gräfin von Waldburg mit Gastgeberin und CeU-Präsidentin Kristina Tröger (v.l.)

SOCIETYTALK

Auf Einladung der Präsidentin und Initiatorin des **Club europäischer Unternehmerinnen e. V. (CeU)**, Kristina Tröger, kam die Grande Dame des deutschen Boulevardjournalismus, **Marie Gräfin von Waldburg**, ins Hotel Vier Jahreszeiten, um aus ihrem Buch „**Meistens diskret – Erinnerungen einer Society-Reporterin**“ zu lesen. Über 100 Unternehmerinnen und Gäste versammelten sich, um Marie Waldburgs Erinnerungen an ihr bewegtes Leben mit Stars und solchen, die es gerne wären, zu hören und ihr Fragen zu ihren Erfahrungen zu stellen.



Stifetin Ingrid Ehlerding und Annette von Ranzau, Internat Schloss Rohlstorf (r.)



Galeristin Kirsten Roschlaub und Schauspielerin Nicole Nagel (r.)

Fotos: Ulrich Tröger



Unternehmerin Gaby Gaßmann und Steuerfachmann Dr. Thomas Röh mit Gattin Britta (v.l.)

SCHMUCKWELT

Familie Mozaffarian, die in vierter Generation das **Juweliergeschäft CABOCHON** im Alstertal betreibt, lud rund 100 Gäste zu **Brand & Friends** in den **Vitra Showroom** in Altona ein. Setareh Mozaffarian, die das Unternehmen seit sechs Jahren mit ihren Eltern Faramarz und Zari leitet, freute sich über die vielen strahlenden Gesichter: „Es war schon lange mein Traum, nahezu alle unsere Brands der CABOCHON-Welt zusammen zu zeigen.“ Dazu gab es kühle Getränke und feine Dim Sum-Variationen sowie Beef Brisket.



Gastgeberin Setareh Mozaffarian und Mode-Profi Esra Nathalie Hafen (r.)

Fotos: Martina van Kann

TEMPUR® Komfort – einfach unvergleichlich



Sparen
Sie jetzt
bis zu **500 €**

TEMPUR®

A mattress like no other

Unvergleichlicher Schlafkomfort – jetzt unvergleichlich günstig

Beim Kauf einer Matratze aus dem umfangreichen TEMPUR® Sortiment sparen Sie 250 € und ab 160 cm Matratzenbreite 500 € vom UVP.

Ob TEMPUR® Cloud, Sensation, Hybrid oder Original – finden Sie Ihren persönlichen Traumpartner für mehr Schlafqualität.

Aktion gültig bis 29.02.2020. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Tempur Sealy Deutschland GmbH
Carl-Benz-Straße 8 · 33803 Steinhagen



ORIGINAL
TEMPUR-MATTEL



CoolTouch™

10
JAHRE

GARANTIE



SPACE
TECHNOLOGY

DE: BILDUNG UND SPIN NEMA
ANNEHME UND VERBODEN
DE: SINCE: FOLGENDEN
ZUR BEWERTUNG VON
UND 10000 +



CoolTouch™



Die CoolTouch™
Technologie sorgt für
angenehme Frische.



Gratis

Ab einem Einkaufswert
von 150 € bekommen Sie
eine TEMPUR® Schlafmaske
(im Wert von 30 €) gratis!

TEMPUR® Store Hamburg in Winterhude

Barmbeker Straße 152
22299 Hamburg
Telefon 040 2982 73 95
www.tempur.de



1
MONAT
GRATIS
TRAINIEREN

Begrenztes
Kontingent*

DEIN HIER.
DEIN JETZT.

” **SCHRITT FÜR SCHRITT**
ZU MIR SELBST.

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.