

ALSTERTAL

MAGAZIN

01/2020
AUFLAGE 51.000

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

HAMBURG HÖREN

BOSBACH, KUBICKI,
CARPENDALE UND MEHR:
DIE NEUEN FOLGEN UNSERES
PODCASTS!



WUNDER- KIND

TENNIS-HOFFNUNG
ELLA SEIDEL (14) IST
WELLINGSBÜTTLERIN

PROMIS, PROMIS

WIR BERICHTEN VON
DEN GLAMOURÖSESTEN
EVENTS DER STADT!



AB SEITE 51

Prinz. IM GLÜCK

DER HAMBURGER NICOLAS PUSCHMANN ERZÄHLT, WIE ER IN DER
KUPPELSHOW „PRINCE CHARMING“ SEINEN TRAUMMANN FAND!

KONKURRENZLOS GÜNSTIG. DIGITALE DACHWERBUNG FÜR IHR GESCHÄFT.

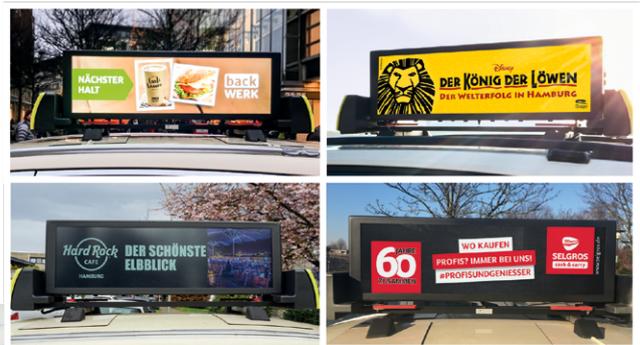
Digitale Dachwerbung auf Taxen mit TAXi-AD Digital

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

ODER UNTER FALLENSIEAUF.DE



BREYER & SECK BAU Massive Wohnträume



10 Jahre
Massive
Wohnträume
in höchster
Qualität

STANDORTE:

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

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

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

info@breyerundseckbau.de

Unsere Stärken



Individuelle Planung



Massive Bauweise



KfW-Effizienzhaus

HSV ★
HAUSBAU-
PARTNER



Weitere Informationen finden Sie unter www.breyerundseckbau.de

Ihre Sicherheit. Ihre Zukunft. Ihr Haus.

SCHLECHTES KLIMA

VON WOLFGANG E. BUSS



Klima, Klima, Klima! Das Thema hat alles andere verdrängt! Ob Journalist oder Anonymus in den deutschen Kommentarspalten, das Überleben der Menschheit steht überall zur Diskussion. Und alles hat erneut seine deutsche Ordnung, die Migrations-Debatte lässt grüßen: Hier die Guten, Klima- und Weltenretter, CO₂-Aktivisten, Verzicht-Plädierer, die Links-grün-urban-Intellektuellen, – dort die Fiesen, mit den dicken Autos,

Plastikstrohalmen, die Von-Menschen-gemachtem-Klimawandel-Zweifler, in-Urlaub-Flieger, AfD-ler. Seit Monaten schon stehen sie am moralischen Pranger.

Auch die politische Debatte ist vom Thema „Climate Change“ und Decarbonisierung geprägt und hat in atemberaubender Geschwindigkeit den Hamburger Wahlkampf in den Klima-Modus geschaltet. Hier die Guten, Sich-Sorgen-Macher, die „Ich-will-dass-ihr-in-Panik-geratet“ – Wahlkampf im Panik-Modus. Wer die besseren Hamburger sind, steht heute schon fest, nur ob jene auch die politische Mehrheit bekommen, ist noch nicht klar. Denn genau ihre Panik macht anderen Angst. Können die Hamburger-SUV-Hasser tatsächlich das Weltklima retten? Oder werden sie genau das Gegenteil erreichen?

Denn längst haben sie die Klima-Frage vermischt mit Umverteilungs-Phantasien und deutschen Sozialneid-Debatten. Besser ausgedrückt: Statt Turbokapitalismus sollen wir in die sozial-ökologische Marktwirtschaft surfen, auf der Riesenwelle CO₂-Reduktion.

Ich gestehe, vor Kurzem eine Reihe von Gesprächen in Asien geführt zu haben. Ja, ich bin da hingeflogen und sprach mit meinen chinesischen Freunden über meine Flugscham. Sie kannten das Wort nicht, wussten es nicht einzuordnen und berichteten zum Thema Fliegen stolz, dass ihr Land bis 2035 sagenhafte **216 neue** Flughäfen eröffnen wird. Ähh, wie bitte?

Auch meine Freunde in Südostasien kannten den Begriff Climate-Change nicht wirklich. Sie sind stolz, schon ein wenig unseres Wohlstandes erreicht zu haben – und wollen weiter Gas geben, dass es ihre Kinder einmal besser haben. Ich habe ihnen geantwortet, „How dare you“, „Your house is on fire“ und dass sie in Panik geraten müssten, genauso wie meine Links-grün-intellektuellen Freunde in Hamburg. Denn sie, und die Liste von angeblich 10.000 Wissenschaftlern, wüssten es nun wirklich genau. Um meinen Ost-Asien-Bericht abzukürzen: Ich konnte sie leider von den Gedanken unserer Katharina Fegebank nicht überzeugen und dachte: Es müssten zeitnah noch weitere 7,5 Milliarden Menschen überzeugt werden. Denn CO₂ ist ein vor allem **globales** Thema.

Was aber ist, sollten die – gerne mal angezweifelte – Berechnungen der aktuellen Klimawissenschaft tatsächlich stimmen? Also der Anteil der wechselnden Sonnenaktivitäten sowie natürlichen Klimaschwankungen kaum eine Rolle spielen und **nur** der Mensch, mit seiner Rattenplagen-ähnlichen Ausbreitung, mit bald 10 Milliarden auf unserem Planeten, der Verursacher sein? Ups?

Es ginge dann nur über technologischen Fortschritt und nicht über Wohlstands- oder Wachstums-Verzicht. Und sollte die irre aber hier so beliebte Sozialneid-Debatte (Flüge, SUV, Kreuzfahrten, pfuil) als Vorbild für die Klimadebatte in die Welt getragen werden, werden wir schneller als gedacht die Vier-Grad-Marke überschreiten...

Diskutieren Sie mit: facebook.com/alstertalmagazin oder w.buss@alster-net.de

Faszination OPAL



Einladung

in die Welt der australischen Opale
vom 20. bis 22. Februar 2020



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

Wir freuen uns auf Sie! Ihr Juwelier Willer Team.

willer
JUWELIER

Rolfinckstraße 13
22391 Hamburg - Wellingsbüttel
Telefon 040/5369650 · www.willer.de
Liebesbriefe in Schmuck



JÜRGEN WEISS IMMOBILIEN

Mit den besten Vorsätzen für das Jahr 2020.

Poppenbüttel



Eigentumswohnung, ca. 138,47 m² Wohnfläche, 4 Zimmer, Baujahr 2004, Tiefgaragenstellplatz, EA: V, 99,00 kWh, Gas, Kaufpreis: 795.000 €

Wellingsbüttel



Einfamilienhaus, ca. 140 m² Wohnfläche, ca. 1.131 m² Grundstücksfläche, 5 Zimmer, Baujahr 2008, EA: B, 20,80 kWh, L/W Wärmepumpe, Kaufpreis: 990.000 €

Wellingsbüttel



Baugrundstück, ca. 1.400 m² Grundstücksfläche, EA: nicht erforderlich, Kaufpreis: 1.550.000 €

Langenhorn



Reihenhaus, ca. 102 m² Wohnfläche, ca. 274 m² Grundstücksfläche, 3 Zimmer, Baujahr 1958, EA: in Bearbeitung, Kaufpreis: 350.000 €

Hummelsbüttel



Reihenhaus, ca. 100 m² Wohnfläche, ca. 430 m² Grundstücksfläche, 4,5 Zimmer, Baujahr 1958, Garagenstellplatz, EA: B, 176,30 kWh, Gas, Kaufpreis: 575.000 €

Sasel



Bungalow, ca. 193 m² Wohnfläche, ca. 193 m² Souterrain, ca. 1.670 m² Grundstücksfläche, 6 Zimmer, Baujahr 1970, EA: B, 185 kWh, Gas, Kaufpreis: 1.950.000 €

Klein Borstel



Baugrundstück, ca. 467 m² Grundstücksfläche, EA: nicht erforderlich, Kaufpreis: 850.000 €

Alsterdorf



Wohn- und Geschäftshaus, ca. 517 m² Gesamtfläche, ca. 850 m² Grundstücksfläche, Baujahr 1919 / 1980, Energieausweis: in Bearbeitung, Kaufpreis: 2.200.000 €



Einladung zu den 21. Alstertaler Immobiliengesprächen

Dienstag, den 11. Februar 2020, Einlass um 17:30 Uhr, Beginn um 18:00 Uhr
UHC (Uhlenhorster Hockey Club), Wesselblek 8, 22339 Hamburg

Immobilienkauf in Spanien - Schwerpunkt Teneriffa & Costa Blanca

Was ist beim Kauf unbedingt zu beachten? Immobilie als Feriendomizil oder als Hauptwohnsitz? Darf ich meine Immobilie vermieten? Wo sind die Unterschiede zu Deutschland? Wie lebt es sich an der Costa Blanca und auf Teneriffa?

Unsere Teams der Costa Blanca und Teneriffas referieren zum Thema und stellen Immobilien aus Spanien vor, mit Schwerpunkt auf Costa Blanca und Teneriffa. Im Anschluss erwarten Sie Einzelgespräche bei spanischen Snacks und Cava. Geben Sie uns bei spezifischen Fragestellungen gerne vorher Bescheid, so dass wir uns vorbereiten können.

Wegen begrenzter Plätze bitten wir um rechtzeitige Anmeldung zu dieser kostenlosen Veranstaltung unter **040 / 53 88 88 88** oder per Mail an **info@jw-i.de**



Filiale Hummelsbüttel

Hummelsbüttler Hauptstr. 59
Jürgen Weiss, Felix Weiss
040 / 53 88 88 88



Filiale Fuhlshbüttel

Kleekamp 4
Peter Pakulat, Bastian Pakulat
040 / 533 01 333



Filiale Klein Borstel

Stübeheide 153
Susanne Weiss, Nadine Gehrmann
040 / 593 51 671

Weitere Informationen finden Sie unter: www.jw-i.de

SPD
DIE GANZE STADT IM BLICK

**UNSER TEAM
FÜR DAS ALSTERTAL & DIE WALDDÖRFER**





ANDREAS DRESSEL
WAHLKREISLISTE PLATZ 1

ANJA QUAST
WAHLKREISLISTE PLATZ 2

TIM STOBEROCK
WAHLKREISLISTE PLATZ 3

WIR WERBEN UM IHR VERTRAUEN UND UM IHRE STIMMEN AM 23. FEBRUAR.

INHALT

Januar 2020

Magazin

- 3 Kolumne
- 8 Termine: Was geht im Alstertal?
- 10 News: Spannende Podcasts, Messen, Ausstellungen und mehr!
- 18 Eine Alstertaler Familie erkundet die Welt
- 20 Lutz Ackermann über „Klimahysterie“
- 22 Tennishoffnung: die Wellingsbüttlerin Ella Seidel
- 24 Wolfgang Kubicki zu Gast im AlsterCast
- 26 Der historische Kleinbahnhof in Wohldorf bleibt erhalten!
- 28 Pro Contra soziales Pflichtjahr
- 30 Ausgesetzte Meerforellen zurück in der Alster!
- 32 „Prince-Charming“-Gewinner Nicolas Puschmann im Interview
- 34 Spannende Veranstaltungen im neuen Jahr
- 50 Interessante und witzige Ausstellung in Duvenstedt
- 98 What's up in Town: Promis bei den glamourösesten Events der Stadt

Wellingsbüttel

- 36 Multitalent: Songwriter Mo Brandis

Fuhlsbüttel/Sasel

- 38 Singer/Songwriter Vince Bahrdt war wieder kreativ

Poppenbüttel

- 46 Die Schleuse bekommt eine Fischtreppe
- 48 Poppenbüttler Senioren machen Theater

AEZ-Inside

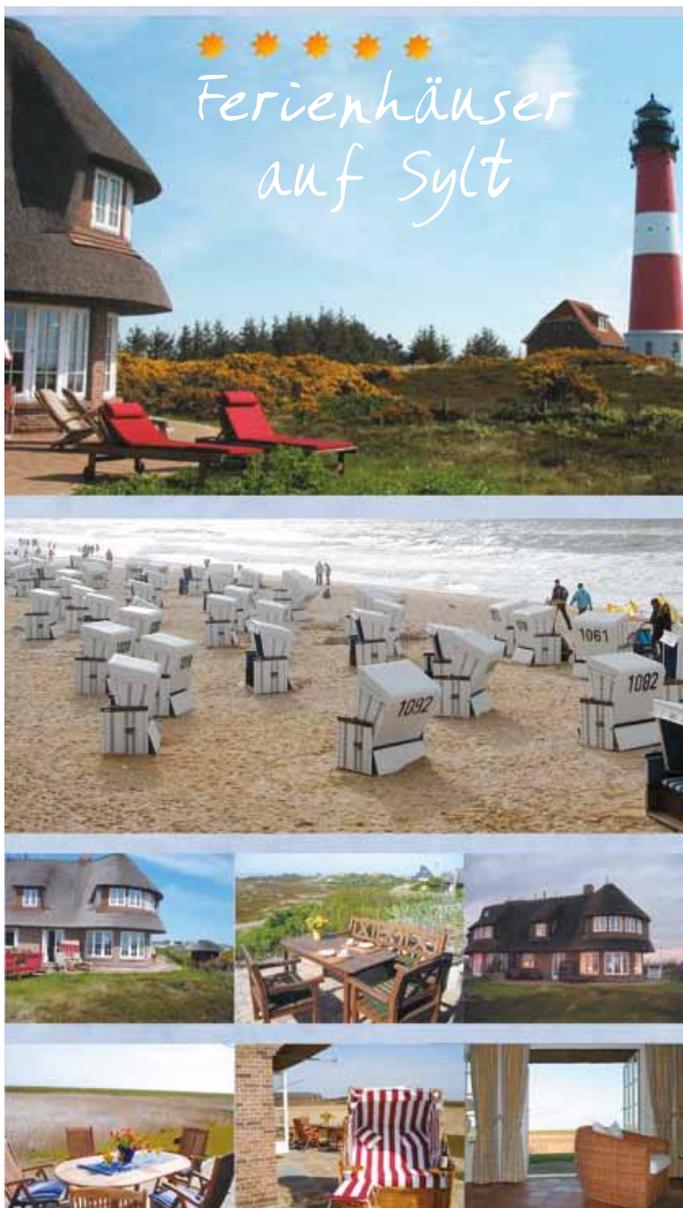
- 52 Kolumne
- 53 Spannende Ausstellung: smartech
- 54 Mode: Das neue Jahr wird bunt!

Service

- 40 Rund ums AEZ
- 56 Essen & Trinken
- 59 Golf
- 60 Traumhochzeit
- 62 Besser hören & sehen
- 64 Gesundheitsratgeber
- 67 Senioren
- 70 Bauen & Renovieren
- 78 Garten/Tiere
- 79 Auto-Welt
- 90 Immobilien
- 96 Handwerk
- 97 Kleinanzeigen / Impressum

30

Ferienhäuser auf Sylt



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



Sensationeller Fang:
Frank Schlichting vom
Angelverein Alster mit
Alster-Meerforelle.

Foto: privat



54

Mit bunten Farben dem grauen Schietwetter Fröhlichkeit entgegensetzen.

Foto: COMMA

36

Wellingsbüttler Singer/Songwriter Mo Brandis reist um die Welt



Foto: Vincent Dolmen

Foto: Sascha Steinbach/DTB

22

Eines der größten deutschen Tennistalente: Ella Seidel aus Wellingsbüttel.

Kleinreparaturen
Instandhaltung
Fliesenarbeiten
gegründet 1954

Sanierung
Hochbau
Gewerbebau
www.heinz-eickhof.de

Heinz Eickhof
Bauausführungen GmbH
Bürgermeister-Bombeck-Str. 3 - 22851 Norderstedt - (040) 5361248

MISS WORK **5 € Gutschein**

Schuh- und Schlüsseldienst
Schließanlagenmontage • Stempel
Gravuren aller Art • Batterien-Service

Tel. & Fax
040 - 52 98 00 41
Am Tarpenufer 6
22848 Norderstedt
dogan.guersel@web.de

24h Schlossnotdienst
ab 60,00 €

Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr
Sa. 9 - 13 Uhr

INTERNATIONALES SCHEIDUNGS- U. FAMILIENR.
RECHTSANWALT ZAHEDY AM RATHAUSMARKT
TEL. 355 66 415 ANWALTINHAMBURG.DE

Büroeinrichtungen

**Bürostühle
Arbeitszimmer**

jede Abmessung und Oberfläche
1500 m² große Ausstellung

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

IKON **ROLF KAPPLER** **KESO**
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.

Termine



„Frau in Blau“: Die Künstlerin Sabine Kunte-Fischer stellt bis 27. Februar in der Bücherhalle Alstertal aus.

© Sabine Kunte-Fischer



Unter dem Motto „Kunst ist, was gefällt“ präsentiert Kunte-Fischer außerdem eine eigene Hamburg-Collage.

2. Februar

Es wird italienisch im Sasel-Haus, Saseler Parkweg 3. Denn um 18 Uhr gibt das bekannte Sestetto Stradivari an Ort und Stelle das einzige Konzert seiner diesjährigen Tournee im norddeutschen Raum.

Für den Auftritt in Sasel hält das Sestetto unter anderem Johannes Brahms' Streichsextett Nr.1 und Peter Tschaikowskys „Souvenir de Florence“ für die Zuhörer bereit. Tickets gibt es online unter www.sasel-haus.de für 10 bis 26 Euro. Weitere Infos unter Telefon 040 601 716 0.

9. Februar

Jazz und Soul kombiniert mit Tupfern aus Pop und Folk sowie



Axel Beth,
Geschäftsführer

Profitieren Sie von neuen Fördermöglichkeiten! Energieeffizientes Bauen wird von der KfW mit bis zu EUR 120.000,- gefördert. Zusätzlich erhöht die KfW den maximal möglichen Tilgungszuschuss von 5 % auf 15 %.

Wir beraten Sie gern und freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

WOHNEN AM SPECHTORT - NEUE KfW-FÖRDERMÖGLICHKEITEN



DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN

Zweigeschossiges Einfamilienhaus –
Lemsahl-Mellingstedt, Baujahr 2020, ca. 147 m² Wohnfl., 5 Zi., zwei Bäder, hochwert. Materialien, KfW 55, ca. 531 m² Grdst., EA: B, Gas, 24,9 kWh/(m²a), Kl: A+, KP: EUR 805.080,-

Zweigeschossige Doppelhaushälfte –
Lemsahl-Mellingstedt, Baujahr 2020, ca. 153 m² Wohnfl., 5 Zi., zwei Bäder, hochwert. Materialien, KfW 55, ca. 20,9 kWh/(m²a), Kl: A+, KP: EUR 672.870,-

Zweigeschossiges Townhouse –
Lemsahl-Mellingstedt, Baujahr 2020, ca. 160 m² Wohnfl., 5 Zi., zwei Bäder, hochwert. Materialien, KfW 55, ca. 215 m² Grdst., EA: B, Gas, 24,9 kWh/(m²a), Kl: A+, KP: EUR 622.750,-

www.dahlercompany.de

DAHLER & COMPANY Alstertal GmbH & Co. KG | Wellingsbüttler Weg 136 | Telefon: 040.53 05 43-0 | alstertal@dahlercompany.de

Die vom Käufer im Falle eines Ankaufs an die DAHLER&COMPANY Alstertal GmbH & Co. KG zu zahlende Käuferprovision beträgt 4% inkl. gesetzl. MwSt. bezogen auf den Gesamtpreis.

fürs Alstertal

mit kleinen, persönlichen Geschichten. Diese interessante Mischung bringt Sängerin San Glaser im Duett mit Arnd Geise am Bass auf die Bühne der Burg Henneberg, Marienhof 8. Das Besondere: Das Konzert, das um 19 Uhr beginnt, wird das erste dieser Art sein, die Idee entstand spontan. Aus diesem Grund wird an jenem Abend auch erstmals der Name des Duos enthüllt. Tickets gibt es auf Spendenbasis ab 15 Euro. Weitere Infos unter www.burg-henneberg.de.

Ab 9. Februar

Um 11 Uhr wird die diesjährige Frühjahrsausstellung des Wellingsbütteler Torhauses, Wellingsbütteler Weg 75B, mit einer feierlichen Vernissage eröffnet. Bis einschließlich 1. März stellen sechs Künstlerinnen und Künstler ihre Werke aus, die sich von Porträtmalerei über Holzschnitte bis hin zu abstrakter Kunst erstrecken. Geöffnet hat die Ausstellung samstags von 14 bis 17 Uhr sowie sonntags von 11 bis 17 Uhr. Weitere Infos unter Telefon 040 536 12 70 oder im Internet unter www.kulturkreis-torhaus.de.

13. Februar

Hauptstadt-Flair umweht die KunstKate, Eulenkrugstraße 62, ab 20 Uhr, denn das Jazz-Quartett Berlin 21 hat sich angekündigt. Die Gruppe aus Berlin-Moabit präsentiert an diesem Abend ihr zweites Studioalbum namens „Odds On“, das ausschließlich aus Eigenkompositionen besteht. Die vier Musiker versprechen eine musikalische Weltreise von Afrika übers Schwarze Meer nach Nord- und Südamerika. Tickets gibt es ab 15 Euro vor Ort im KatenLaden. Weitere Infos unter Tel. 01 72 40 497 62

oder per Mail an kunstcate@googlemail.com.

16. Februar

Wenn die Starboard Sallys um 16 Uhr auf der Burg Henneberg auftreten, begeben sich die Zuhörer auf Fahrt durch die musikalischen Weiten der Seefahrersongs. Das irisch-englische Liederrepertoire des Quartettes erzählt von den längst vergangenen Überfahrten zwischen alter und neuer Welt – nostalgische Momente garantiert. Tickets gibt es auf Spendenbasis schon ab 15 Euro. Weitere Infos unter www.burg-henneberg.de.

19. Februar

Von 16 bis 18 Uhr lädt Hexe Knickebein zum Faschingsfest in die Bücherhalle Alstertal, Heegberg 22, ein. Geeignet ist die Veranstaltung für Kinder ab vier Jahren, die gerne verkleidet kommen können. Es werden verschiedene Lieder gespielt, bei denen je nach Belieben mitgespielt oder einfach nur zugehört werden kann. Der Eintritt ist frei. Weitere Informationen unter Tel. 040 69 08 38 52 oder im Internet unter www.buecherhallen.de/alstertal.html.

Bis 27. Februar

„Kunst ist, was gefällt!“ Unter diesem Motto stellt Sabine Kunte-Fischer noch bis zum 27. Februar in der Bücherhalle Alstertal aus. Die Werke der gebürtigen Bremerin erstrecken sich von Mohnblumenfeldern bis hin zu einzigartigen Hamburg-Collagen. Ihren Schwerpunkt hat sie dabei auf die Acrylmalerei gelegt. Die Ausstellung kann jederzeit während der Öffnungszeiten der Bücherhalle kostenfrei besucht werden. Weitere Informationen unter Tel. 040 69 08 38 52 oder im Internet unter www.buecherhallen.de.



LA MADERA
RESTAURANTE

<p>HUFTSTEAK</p> 	<p>GARNELEN</p> 	<p>SPARERIBS</p> 
--	--	---

ALL YOU CAN EAT 17,90 €
PRO PERSON

serviert mit Potato Dippers und Kräuterbaguette

01. - 29. Februar 2020 | Montag bis Samstag
Saseler Chaussee 101 - 22393 Hamburg - Tel.: 040 / 380 76 165
www.la-madera.de



Stilleuchten Götzel
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

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

Feiert sein
50-jähriges
Bühnenjubiläum
mit einer
Tour: Howard
Carpendale.



UNSER PODCAST
„ALSTER-CAST“
Die aktuellen Folgen:

DIE SHOW SEINES LEBENS

Weil die ersten Shows von **Howard Carpendales** aktueller Produktion „**Die Show meines Lebens**“ anlässlich seines 50. Bühnenjubiläums schnell ausverkauft waren, geht er damit in diesem Jahr auf große Deutschland-Tour und präsentiert auf 18 Konzerten seine Hits. Am **7. Mai** kommt der gebürtige Südafrikaner auch **nach Hamburg**. Um 20 Uhr spielt der 74-Jährige in der Barclaycard Arena. Mehr Infos zur Tour und Tickets ab 72,90 Euro über [semmel concerts](http://semmelconcerts.com) gibt es auf www.semmel.de. **Verleger Wolfgang E. Buss traf den Sänger**, der ihm unter anderem verriet, warum die Jubiläums-Show seine Zukunft ist.

Das ganze
Gespräch

mit Howard Carpendale
hören Sie in unserem
PODCAST „ALSTER-CAST“



www.magazine.hamburg/alstercast
und auf allen wichtigen Podcast-Portalen



Die Vielfalt der in
faszinierenden
Blau und Grün-
tönen erschei-
nenden Opale
ist überra-
schend!

Die Schätze Australiens in Wellingsbüttel

Vom 20. bis zum 22. Februar lädt das Team von Juwelier Willer in der Rolfinckstraße 13 wieder zu seinen Opaltagen ein. „Unser Freund, der Deutsch-Australier Karl-Heinz Höbelt, bringt rund 4.0000 Steine zu uns nach Wellingsbüttel“, erklärt Inhaberin Gabriele Willer. Ein Besuch lohnt also, denn wer einen schönen Opal findet, kann sich im Atelier auf Wunsch aus diesem Lieblingsstein ein Lieblings-Schmuckstück anfertigen lassen. Mehr Informationen gibt es unter Tel. 040 536 96 50 und auf www.willer.de.

Messe für die Gesundheit

Die **Gesundheitsmesse „Buddha & Balance“** für Mensch, Tier und Wohnraum zählt zu den erfolgreichsten Messen im Norden und macht am 21. und 22. März Station im Sasel-Haus, Saseler Parkweg 3. Hierfür werden noch interessierte Aussteller gesucht.

Mehr als 60 unterschiedliche therapeutische, pädagogische und spirituelle Fachkräfte werden im Sasel-Haus zusammenkommen, um ihre spannendsten Ideen zu präsentieren und sich untereinander zu vernetzen. Dabei ist jedes Fachgebiet nur einmal vertreten. „Das ist mir sehr wichtig,“ erklärt Organisatorin Barbara Teßmer, „so garantiert die Messe eine hohe Qualität und ein vielfältiges Angebot.“ Möchten Sie als Ausstellerin oder Aussteller dabei sein? Dann melden Sie sich bei Barbara Teßmer unter **Tel. 04122 817 22**. Weitere Infos unter www.buddha-and-balance.de



Barbara
Teßmer legt bei
der Organisation
der Gesundheits-
messe „Buddha &
Balance“ großen
Wert auf Vielfalt.



Gutschein

für eine kostenfreie Immobilienbewertung

Viele gute Gründe für eine Immobilienbewertung



Nicht nur ausgezeichnet, sondern auch diskret!

- Wir finden diskret einen Käufer für Ihre Immobilie, ohne eine öffentliche Anzeige zu schalten.
- Wir bieten Zugang zu unserer exklusiven Kundenkartei mit regional, national und international ansässigen Kunden.
- Seit Jahren erzielen wir Bestpreise bei Immobilienverkäufen.
- Wenn auch Sie Ihre Immobilien verkaufen möchten, ohne dass Ihre Nachbarn oder Bekannten davon erfahren, stehen wir Ihnen als Immobilien-Experten gerne zur Seite.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsame Wege zu gehen.
Ihre Karin Günther, Immobilienfachwirtin IHK

Günther & Günther GmbH

Immobilienbüro Elbvororte
Elbchaussee 576, 22587 Hamburg

Immobilienbüro Alstertal
Saseler Markt 12a, 22393 Hamburg

Immobilienbüro Sachsenwald
Weidenbaumsweg 103, 21035 Hamburg

Homepage: www.guenther-immobilien.de

Telefon: 040 / 320 330 90



040 / 320 330 90



www.guenther-immobilien.de



CeU-Präsidentin und Initiatorin Kristina Tröger (r.) mit den Gästen Peter Tschenischer und Dagmar Wöhr.

Foto: Ulrich Tröger



Denis André malt Landschaften und Tiere - mal schön, aber auch mal kritisch.

Natur inspiriert

Der Künstler Denis André präsentiert vom 2. Februar bis zum 1. März unter dem Titel „impressions“ seine Kunst in Öl, Aquarell und als Radierung in der Barfuss-Galerie Klaus Timm in Hummelsbüttel. Infos und Öffnungszeiten auf www.barfuss-galerie.de

Neues Format

Beim ersten Neujahrsdinner des **Clubs europäischer Unternehmerinnen e.V.** im Hotel Vier Jahreszeiten war Hamburgs Erster Bürgermeister, Peter Tschenischer, zu Gast und sprach über die „Vielfalt als Erfolgsfaktor der Hamburger Wirtschaft“. Als Überraschungsgast erzählte dann noch CeU-Mitglied Dagmar Wöhr über ihre Erfahrungen als Koordinator der Bundeskanzlerin für die maritime Wirtschaft sowie als Mitglied der Investorenriege bei dem Sendeformat „Höhle der Löwen“. Mehr Informationen zum „Club europäischer Unternehmerinnen e.V.“ auf ceu-hamburg.eu

Beste Lagen in Hamburgs Norden

Persönliche Beratung: 040/63 64 63-0



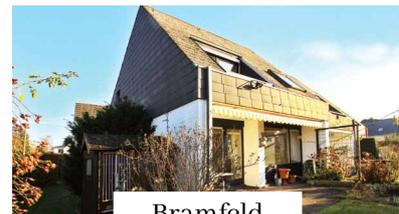
Sasel

Juwel im Alstertal, ca. 588 m² Wohn-/Nutzfl., 9 Zi., 5 Bäder, excl. Ausstattung, Einliegerwhg., Garage für 3 PKW's, ca. 1.500 m² Grdst., Gas-B-43 kWh, € 2.750.000,-



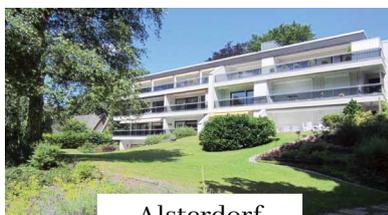
Bergstedt

9-Zi.-EFH mit Einliegerwohnung, insges. ca. 316 m² Wohnfl., 4 Bäder, Sauna, excl. Ausstattung Bj. 1975-Sanierung 2009, VK, D' Carport, 853 m² West-Grdst., Gas-B-92,5 kWh-C, € 1.090.000,-



Bramfeld

4-Zi.-Endreihenhaus, ca. 125 m² Wohnfläche, gepflegte Ausstattung, Vollkeller, Bj. 1975, Stellpl. 332 m² S/W-Grundstück in ruhiger Lage, V-Öl-225 kWh-G, € 455.000,-



Alsterdorf

3-Zi.-ETW, ca. 110 m² Wohnfl., I.OG, komplett modernisiert, Bj. 1973, Luxus-Wellnessbereich, Grundstück mit Wasserzugang, TG-Platz, V-Gas-226 kWh, € 745.000,-



Poppenbüttel

Haus in Haus, 4-Zi.-ETW im Erdgeschoss zzgl. kl. Einliegereinheit, ca. 132 m² Wohn-/Nutzfläche, sehr gepflegt, Kamin, gr. Terrasse, ca. 500 m² Gartenanteil, Gas-B-132 kWh-E, € 449.000,-

Nutzen Sie unsere Kompetenzen, Erfahrungen und Kontakte. Unser qualifiziertes Witthöft-Team steht für Verkäufer und Käufer bereit und begleitet Sie von der Bewertung des Objektes, über Besichtigungstermine bis zum Vertragsabschluss und anschließender Übergabe professionell mit Herz und Verstand.

Witthöft Wohnimmobilien GmbH / Tel. 040/63 64 63-0 / info@witthoeft.com / www.witthoeft.com
Zentrale Sasel / Saseler Ch. 203 / 22395 Hamburg Immo-Shop Wellingsbüttel / Rolfinckstr. 15 / 22391 Hamburg

WITTHÖFT
Immobilien aus gutem Hause

Räumungsverkauf bei Florelle



Tolle Abschiedsrabatte auf das gesamte Sortiment, z.B. auf edles Geschirr wie NOVA von Bella Tavola, gibt es bis Ende März bei Florelle.



„Vielen Dank und auf Wiedersehen“, sagt Inhaberin **Renate Bode**. Nach sieben Jahren verabschiedet sich **Florelle** und bedankt sich mit bis zu 50 % Rabatt für die Treue bei seinen Kunden – und das mit tollen Angeboten rund um die Themen Einrichtung, gedeckter Tisch und Geschenkartikel. Seidenblumengestecke, -sträuße und -kränze werden noch nach den Wünschen der Kunden angefertigt. Kommen Sie vorbei und lassen sich von dem umfangreichen Sortiment inspirieren.

Mehr Infos unter **Tel. 605 09 86** und **www.florelle.de**



12 neue Sporthallen für das Alstertal

Der Hamburger Senat treibt die Weiterentwicklung der sportlichen Infrastruktur voran. So sollen bis 2027 insgesamt 130 neue Sporthallen auf dem Gebiet der Hansestadt entstehen und 149 bereits existierende Anlagen saniert werden. Im Alstertal sind insgesamt 12 neue Hallen in Planung, von denen neben dem Schulsport auch die Mitglieder der Sportvereine profitieren sollen. Insgesamt plant die Stadt, innerhalb der nächsten zehn Jahre über 1 Milliarde Euro in den Ausbau der Hamburger Sportlandschaft zu investieren, was einem Plus von 400 Millionen Euro verglichen zur vorigen Dekade entspräche. Sportsenator Andy Grote bezeichnete die Initiative mit einem jährlichen Investitionsvolumen von über 60 Millionen Euro als „wohl größtes Sportstättenausbauprogramm in der Hamburger Geschichte“.

Top Friseur (m/w/d) im Alstertal gesucht!

Bis zu € 2500,- brutto,
Umsatzprovision,
Verkaufsprovision,
Prämie am Jahresende,
Fahrtkostenerstattung.

Wenn Sie Ihren Kundenstamm mitbringen können, erhalten Sie € 1000,- Wechselprämie!

Aussagekräftige Bewerbungen bitte an
mail@ihrneuerfriseurjob.de

Mein Schiff.



UNBERÜHRTE NATUR HAUTNAH ERLEBEN.

NORWEGEN MIT GEIRANGERFJORD ODER NORDKAP

Mein Schiff 6 / 1 / 4

Reisezeitraum Mai - August 20

8 - 11 Nächte · Innenkabine

Balkonkabine ab 1.895 € ** ab

1.545 € **

PREMIUM ALLES INKLUSIVE*



Reisebüro R & M Reisen

Frahmredder 3
22393 Hamburg
Mo. – Fr. 09:00 – 18:00 Uhr
Samstag 10:00 – 13:00 Uhr
Tel.: 0 40 / 6 46 04 40
www.cruise-partner.de

TOP 100
REISEBÜRO
2019/2020

Mein Schiff.

* Im Reisepreis enthalten sind ganztägig in den meisten Bars und Restaurants ein vielfältiges kulinarisches Angebot und Markengetränke in Premium-Qualität sowie Zutritt zum Bereich SPA & Sport, Entertainment und Kinderbetreuung.

** Preis p. P. im PLUS-Tarif (limitiertes Kontingent) bei 2er-Belegung einer Innenkabine ab/bis Hafen. Die Routen und Reihenfolge der Häfen variieren leicht.

TUI Cruises GmbH · Heidenkampsweg 58 · 20097 Hamburg · Deutschland
Stand: 23.01.2020

Menken + Schlieff

Bewertungswochen

Kostenlose Bewertung Ihrer Immobilie
durch unsere Experten

Unsere Bewertungsexperten



Andreas Schlieff

*Kaufmann in der Grundstücks-
und Wohnungswirtschaft*



Lena Thonke

*Zertifizierte Sachverständige
für Immobilienbewertung*



Vincent Paul Menken

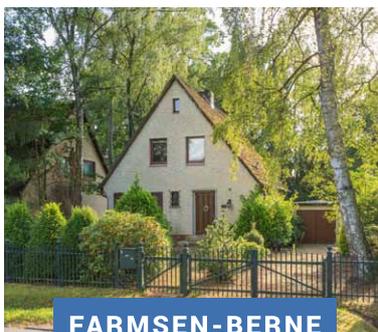
*DEKRA-geprüfter Sachverständiger
für Immobilienbewertung D1*

Aktuelle Angebote



KLEIN BORSTEL

DENKMALGESCHÜTZTES
REIHENMITTELHAUS
mit Garten und viel Potential,
ca. 90 m² Wohnfläche,
ca. 200 m² Grundstück, 4 Zimmer,
KP 485.000 € zzgl. NK und
5,95 % Courtage



FARMSEN-BERNE

EINFAMILIENHAUS MIT POTENTIAL
und 2. Bauplatz auf
Südwestgrundstück,
ca. 90 m² Wohnfläche,
ca. 1.029 m² Grundstück, 4 Zimmer,
KP 725.000 € zzgl. NK und
5,95 % Courtage



WELLINGSBÜTTEL

SANIERTER BUNGALOW
mit Garten und 3 Garagen, BJ 1962,
ca. 110 m² Wohnfläche, 5 Zimmer,
ca. 585 m² Grundstück, EA-B,
291 kWh/(m²*a), 2003, Gas, H,
KP 715.000 € zzgl. NK und
3,75 % Courtage

Unser LORA-Bewertungssystem

Diskrete Aufnahme Ihrer Objektdaten

*Individueller Gutachtenentwurf
mittels LORA-Bewertungssystem*

*Persönliches Beratungsgespräch
inkl. Anpassung an Ihre Situation
(Verkauf, Schenkung, Erbschaft, etc.)*

Ihre individuelle Bewertung

*Individuelle Begutachtung
Ihrer Immobilie*

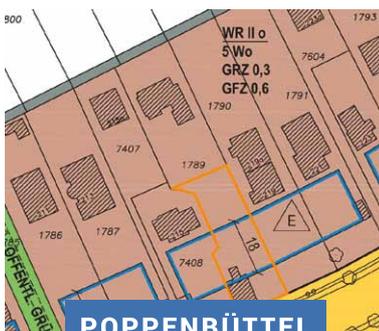
*Marktgerechte Ermittlung
des Verkehrswertes*

*Jetzt im
Februar und März
Ihre kostenlose
Immobilienbewertung
anfordern:*

040 / 27 87 72 13

info@menken-schlief.de

Im Wert von 875 € !



POPPENBÜTTEL

VIELSEITIGES BAUGRUNDSTÜCK
mit Garagenanlage,
ca. 670 m² Grundstück,
KP 695.000 € zzgl. NK und
3,75 % Courtage



POPPENBÜTTEL

GUT ERHALTENES EINFAMILIENHAUS
mit großem Garten,
ca. 206 m² Wohnfläche,
ca. 832 m² Grundstück, 5 Zimmer,
KP 995.000 €
zzgl. NK und 3,75 Courtage



KLEIN BORSTEL

SELTENE KAFFEEMÜHLE
mit Südwestgarten,
ca. 185 m² Wohnfläche,
ca. 584 m² Grundstück,
6,5 Zimmer, 2 Garagen

Das Torhaus im Februar



© Stephan Hensel

Der Kulturkreis Torhaus startet sein Februarprogramm im Torhaus, Wellingsbüttler Weg 75 b, am **7. Februar** um 19.30 Uhr mit der Gruppe „8 to the bar“. Die drei Musiker bieten ein abwechslungsreiches Repertoire aus Rock'n Roll, Blues und Boogie Woogie. Tickets: 21/19/erm. 10 Euro.

Etwas ruhiger und vor allem nachdenklicher wird es am **16. Februar** um 11.30 Uhr. Der Schauspieler **Burghart Klaußner** liest aus seinem Buch „Vor dem Anfang“. Es ist die Geschichte der Segelflieger Fritz und Schultz, die zum Ende Krieges, auf dem Flughafen des Reiches ist noch etwas los und es herrscht Aufbruchsstimmung, doch noch einen Befehl erhalten ... Thema ist die Tragik des Lebens. Tickets: 15/12/erm. 10 Euro. Kartentelefon Torhaus: 040 536 12 70.

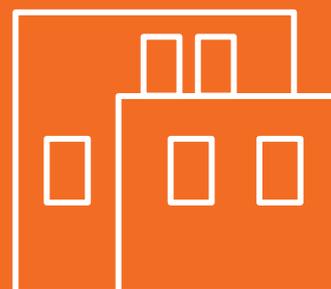
Kommen nach Wellingsbüttel und sind „8 to the bar“: Claas Vogt, Günther Brackmann und Martin Wichmann (v.l.)

1.000€ gewonnen!

Die **Haspa-Filiale** im Poppenbüttler Weg 195 hatte im Sommer eine Gewinnaktion für heimische Vereine gestartet: 1. Preis **1.000€ Kulturförderung**. Drei Alstertaler Institutionen traten an, gewonnen per Kundenvoting hat das Niederdeutsche Theater **Henneberg Bühne**. Das möchte die junge Generation für die schöne Sprache Plattdeutsch begeistern und präsentiert aus diesem Grund in Poppenbüttel vier Aufführungen im laufenden Jahr, drei auf niederdeutsch und das Weihnachtsmärchen auf hochdeutsch. Das Alstertal Magazin gratuliert! Mehr Informationen zum Theater gibt es auf www.hennebergbuehne.de.

FRÜHJAHRSPUTZ IN IHRER NEUEN IMMOBILIE?

Wir machen Nachbarn! Das ist mehr als ein Slogan – es ist das Verständnis von guter Arbeit für das Verkaufen, Vermieten und Verwalten von Immobilien.



Shop Volksdorf
Wiesenhöfen 4
22359 Hamburg

Verwaltungszentrale Volksdorf
Im Alten Dorfe 24, 1. OG
22359 Hamburg

+49 40 64 20 88 20
reschke-immobilien.de

20

Jahre für Sie
in Volksdorf!

 RESCHKE
IMMOBILIEN

Bachs Johannespassion MAL ANDERS

Am **23. Februar** wird es in der **Lutherkirche Wellingsbüttel** ein besonderes Ereignis geben: die Johannespassion in kleiner Besetzung mit neun Sängern. Geht das überhaupt? Ja! Bach selbst hatte bei seinen Aufführungen nicht wesentlich mehr Sänger zur Verfügung. Turba-Chöre und Arien werden von den 8 Mitgliedern der „Albis Cantores“ (auf Deutsch „Elbkantoren“) gesungen, das aus je zwei professionellen Sopranistinnen, Altistinnen, Tenören und Bässen besteht, deren überwiegende Zahl entweder freie oder festangestellte Mitglieder des NDR-Rundfunk-Chores sind. Der Evangelist wird von dem renommierten Tenor Michael Connaire gesungen. Das Solisten-Ensemble wird begleitet von dem Barockorchester „Hanse-Barock“ unter der Leitung vom Wellingsbüttler Kirchenmusiker Moritz

Schoff. Wann: 23. Februar, 18 Uhr (Einlass ab 17.30 Uhr). Wo: Lutherkirche Wellingsbüttel, Up de Worth 25, Karten (10-28€) u.a. am Konzerttag an der Abendkasse.

Singt in Wellingsbüttel den Evangelisten, der renommierte Tenor Michael Connaire.

Foto: Laurens Pein

22.222,22€ für KNACK DEN KREBS



Natalie von Borcke (Knack den Krebs) und die UHCer Tom Schmidt-Didlaukies und Johanna Seelmaecker (v.l.).

Anfang Januar veranstaltete die weibliche und männliche U16-Jugend des UHC bereits zum 14. Mal das **Juli Harnack Charity Turnier**. In der Halle am Wesselblek in Hummelsbüttel spielten 12 Mannschaften aus ganz Deutschland zugunsten der Initiative KNACK DEN KREBS der Fördergemeinschaft Kinderkrebs-Zentrum Hamburg e.V. (kinderkrebs-hamburg.de). Alle Teams gehören zu den besten ihrer Jahrgänge und lieferten spannende Spiele vor ca. 500 Zuschauern (Hallenkapazität ausgeschöpft). Bei den Mädchen siegte der UHC, bei den Jungs siegte DSD Düsseldorf. Besucher konnten Lose für die Tombola im Wert von nur einem Euro erwerben, 8.000 Lose wurden verkauft, 2.000 glückliche Gewinner konnten ihre Preise dank zahlreicher Sponsoren entgegennehmen. Durch weitere Spendenaktionen des UHC kamen zur Freude aller Beteiligten 22.222,22 Euro zusammen.

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

Angebote im Februar

Voltaren® Schmerzgel forte 23,2 mg/g Gel	180g 21,95 € <small>(100g = 12,19€)</small>
WICK MediNait Erkältungssirup Sirup	90 ml 9,95 € <small>(100ml = 11,06€)</small>
ASS ratiopharm protect 100mg® 100 magensaftresistente Tabl.	2,30 €

...damit Sie gesund bleiben!

Druckfehler vorbehalten

CDU

Politik mit christlicher Haltung:

DIETRICH
WERSICH

dietrich.wersich@cduhamburg.de

Liste 2 Christlich Demokratische Union Deutschlands

6	Wersich, Dietrich Arzt, Senator a. D.	<input checked="" type="checkbox"/>
---	--	---

Moorhof 7
22399 Hamburg
040 6050986
www.florelle.de

**RÄUMUNGS
VERKAUF**
WEGEN GESCHÄFTSAUFGABE

**50%
20% 30%**

Dekoration · Geschirr · Mode · Seidenblumen

Von Duvenstedt hinaus in die Welt. Seit Juli 2019 ist die Familie Pitschner-Finn auf Weltreise.



Fotos: privat

Mit der Familie um die WELT



Die Zwillinge Lasse und Barne auf dem Athabasca Gletscher in den Rocky Mountains.

Raus aus dem Alltag und hinein in ein **Abenteuer**, das die Familie wohl nie mehr vergessen wird: Mit ihren drei Kindern sind **Sebastian und Svende-Catleen Pitschner-Finn aus Duvenstedt** vor sieben Monaten aufgebrochen, um die Welt zu entdecken. Nicht nur die Kinder, sondern auch Mama und Papa versprechen sich, **an der Herausforderung zu wachsen**. Und es ist ein Plädoyer für die Elternzeit!

Unter der Woche beim Arbeitgeber in Düsseldorf und am Wochenende zuhause in Hamburg. Wie Millionen anderer junger Familienväter musste auch Sebastian Pitschner-Finn jahrelang den Spagat zwischen Job und Familie meistern - bis zum Frühjahr 2019. Damals reichte der gebürtige Wattenscheider nämlich einen Antrag auf 14 Monate Elternzeit ein, ohne sich von der Aussicht finanzieller Einbußen und möglicher beruflicher Nachteile abschrecken zu lassen. Ein großer Schritt, der für den 39-Jährigen laut eigener Aussage dennoch einfach war, „weil ich es wirklich wollte.“

Doch statt die Zeit zuhause in Duvenstedt zu verbringen, entschied sich die Familie dazu, noch einen Schritt weiter zu gehen. Eine Weltreise sollte es sein, 12 Monate lang. Zusammen mit den Zwillingen Lasse und Barne (6 Jahre) und Tochter Smilla (9 Monate). Und so ging es im Juli 2019 los in Richtung New York - mit dem Mietwagen durch die USA und anschließend nach Kanada in die berühmten Rocky Mountains, Mexiko, Panama, Guatemala. Mal länger, mal kürzer, mal ein oder zwei Zimmer und vor allem: Jede Menge zu sehen.

Ihre Reise dokumentiert die Familie in Form von Blogs und Videotagebüchern, die sie auf Facebook und YouTube veröffentlicht. „Papi

lernt fliegen“ heißt das Projekt, das sich insbesondere an jene Väter richtet, die genauso wie einst Pitschner-Finn überlegen, Gebrauch von der Elternzeit zu machen. Sich den alltäglichen Herausforderungen eines Familienvaters zu stellen, denen man sonst vielleicht einfach aus dem Weg gegangen wäre und so langsam aber sicher „das Fliegen zu lernen“ – darum geht es der Familie. Bereits nach sieben Monaten ziehen sie eine positive Bilanz: „Man unterhält sich viel öfter und spricht sich aus, wenn es mal Streit gibt.“

In Chile, wo sich die Duvenstedter inzwischen aufhalten, bekommt der 39-Jährige schon bald ein Medikament gegen seine Multiple Sklerose Erkrankung verabreicht, das ihm auch die nächsten Monate eine beschwerdefreie Weiterreise ermöglichen soll. „Auch das ist erst einmal wieder eine Herausforderung, Fliegen zu lernen, Vertrauen darin zu haben, dass alles klappt.“

Seinen Schritt, in die Elternzeit zu gehen, hat er bis heute nicht bereut. „Ich möchte Väter, die überlegen in Elternzeit zu gehen, nicht dazu drängen, es mir nachzumachen, sagt der dreifache Familienvater. „Man sollte sich nur darüber bewusst sein, dass es ein großes Privileg ist, diese Möglichkeit überhaupt zu haben.“

jb

oticon
PEOPLE FIRST



OTICON | Opn S

* Juul Jensen 2018, Oticon White Paper

„DANKE, dass du mich so verstehst wie ich dich.“

NEU: Oticon Opn S Mini-R, endlich wieder Sprache verstehen wie andere Menschen in Ihrem Alter.*

Wissenschaftlich bewiesen:

- Sprache verstehen wie Normalhörende*
- 360° Hör-Erlebnis dank patentierter Spitzentechnologien
- Modernste Akku-Technologie, **wiederaufladbar** durch kontaktlose Induktion

Jetzt vorbeikommen und kennenlernen!



FREUDE AM HÖREN

ACKERMANN AKUSTIKUM

Eine Marke der Amplifon Deutschland Gruppe

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



KENNENLERN-GUTSCHEIN

Testen Sie jetzt
Oticon Opn S Mini-R
unverbindlich in Ihrem
Alltag. Bei uns vorbeikommen oder Termin vereinbaren
Tel.: 040/608 24 724.



ALSTERTAL PLUS

DAILY | LOCAL | PEOPLE | LIFESTYLE

powered by Alstertal-Magazin

Jetzt
täglich neu
entdecken!

www.alstertalplus.de

Jeden Tag News und Tipps
aus der schönsten Region Hamburgs

Powered by Alstertal-Magazin



KLIMAHYSTERIE tötet Zuversicht

Der prominente Alstertaler **Journalist Lutz Ackermann** (viele Jahre NDR) blickt **kritisch** auf den medialen **Mainstream** und die selbsternannten Klimaretter. Und er macht sich damit **angreifbar**, wird plötzlich in der „rechten“ Ecke geschoben. Trotzdem denkt er quer. Im Alstertal Magazin begründet er seine **Skepsis**.

„11.000 Klima-Experten rufen den Klima-Notstand aus!“ - diese Schlagzeile beherrschte vor einigen Wochen die Medien. Die Nachricht stammte von einem Internet-Portal, das seriös erschien. Die Journalisten übernahmen sie ungeprüft. Als sich einige im Nachhinein die Unterschriftenliste der Unterzeichner genauer anschauten, entdeckten sie Namen wie „Mickey Mouse“ und „Harry Potter“.

Kurz, das Ganze war ein Fake, nur sehr wenige echte „Klima-Experten“ waren unter den Unterzeichnern, man fand Lehrer, Klempner, Automechaniker in der Liste und jede Menge nicht identifizierbare Namen. Als der Schwindel aufflog, war das Papier schwuppdwupp aus dem Ursprungsportal verschwunden. Bis auf wenige Ausnahmen haben die Medien diese Fake-Meldung nicht richtiggestellt.

„Die Victoria-Wasserfälle in Afrika versiegen, der Zambesi trocknet aus!“ berichtete der MDR in einem dramatischen Fernseh-Beitrag. Ursache sei der Klima-Wandel. Zum Beweis wurde ein schmales Rinnsal gezeigt, das die Klippen herunter tröpfelte. Sofort wurde die Meldung über Zeitungen, Radio-Sendungen und Internet-Portale weiter verbreitet. Es war ebenfalls ein Fake. Das Rinnsal war ein Zambesi-Nebenarm, der in der Trockenzeit regelmäßig versiegt. Der Zambesi selbst donnerte ein paar hundert Meter weiter in voller Pracht über die Klippen. Die

zuständige Wasser-Behörde erklärte, er führe zur Zeit die viertgrößte Wassermenge der letzten 25 Jahre.

Richtigstellungen gab es im MDR, aber woanders kaum und wenn, dann irgendwo am Rande, wo nur wenige sie bemerkten. „Beispiellose Buschbrände in Australien!“ titelten die Medien im Januar. Ein Blick in Wikipedia hätte genügt, um Zweifel an dieser Schlagzeile zu wecken. Denn aus einer für jeden zugänglichen Statistik der Buschbrände geht hervor, dass es in Australien weit „beispiellosere“ gegeben hat, sowohl was das verbrannte Terrain als auch die Brandopfer angeht.

Der australische Buschbrand-Experte David Packham erklärte im australischen TV, die jüngsten Brände hätten sich deshalb so gewaltig entwickeln können, weil die Bewohner das hochbrennbare Laub der Eukalyptus-Bäume auf ihren Grundstücken liegen ließen, anstatt es zu entsorgen. Kein Wort darüber in unseren Medien.

Zugegeben, dies sind extreme Beispiele für manipulative Berichterstattung zum Thema Klima-Wandel. Den weniger offensichtlichen begegnet man tagtäglich in allen Medien. Da werden normale Winterstürme zu Orkanen hochgestuft, Hauskatzen zu „Klimakillern“ erklärt und die sauberste Luft der letzten 100 Jahre zu „Verpestungen“ aufgeblasen. Wer das kritisiert oder es als „Klima-Hysterie“ bezeichnet, muss sich



Lutz Ackermann ist Journalist. Bis zu seiner Pensionierung war er als Rundfunk-Redakteur und Moderator für den NDR tätig. Heute arbeitet er als freier Fernseh-Präsentator.

darauf gefasst machen, als „rechts“ diffamiert zu werden. Selbst wenn er seine Kritik mit Fakten untermauert. Natürlich ist es überlebenswichtig, dass über das Klima-Problem auf breitester Basis informiert, diskutiert und gestritten wird. Aber ohne Hysterie und ohne Fakes und Übertreibungen. Wenn jedes Wetter-Phänomen zum Indiz für die nahende Apokalypse aufgebläht wird, verlieren die Menschen die Zuversicht. Greta Thunberg nimmt genau das in Kauf, wenn sie vor den UNO-Repräsentanten schreit: „Ihr sollt in Panik geraten!“ Allerdings tun die das kaum, statt dessen aber Millionen junger Menschen.

Meine Tochter (27) berichtete, in ihrem Freundeskreis wollten viele keine Kinder mehr in die Welt setzen, „denn durch den Klima-Wandel wird ja demnächst ohnehin alles Leben vernichtet.“ Eine 25-Jährige erklärte mir in vollem Ernst, sie glaube nicht mehr daran das 50. Lebensjahr noch zu erreichen.

Die seriösen Klimatologen rechnen in Sachen Erderwärmung mit langen Zeiträumen, manche mit Hunderten von Jahren, und ob es dann wirklich schlimm kommt, weiß keiner. Vor 30 Jahren war noch bis 2020 eine Erwärmung von 4,5 Grad vorausgesagt worden, tatsächlich ist es 1 Grad. Trotzdem und sicherheitshalber muss man handeln. Und zwar besonnen und rational. Man muss die Zeit nutzen für Lösungen. Der

FDP-Politiker Christian Lindner brachte es auf den Punkt: „Um Vorreiter und Vorbild beim Klima-Schutz zu sein, müssen wir Lösungen exportieren und keine Verbote.“ Denn nur wenige Länder auf der Welt sind bereit, sich um des Klimas willen einzuschränken. Vor allem die wohlstandshungrigen Länder in Asien, Afrika und Latein-Amerika sind es nicht. Wenn wir von ihnen Einschränkungen und Verbote fordern, zeigen sie uns den Vogel und sagen: „Ihr habt hundert Jahre lang Fortschritt und Wohlstand genossen und wir sollen bereits im Voraus darauf verzichten? Wir denken gar nicht daran. Im Übrigen ist Eure Forderung nichts anderes als eine neue Form des Kolonialismus!“

Der Ausweg: Man muss Technologien entwickeln, die diesen Ländern eine Teilhabe am Wohlstand ermöglichen, ohne das Klima zu schädigen. Das aber werden nur gebildete, kreative, zuversichtliche Menschen tun, nur sie werden den nötigen Elan aufbringen. Verzagte, deprimierte, hoffnungslose werden es nicht tun. Wir brauchen daher Hoffungsverbreiter und keine Untergangspropheten und Klima-Hysteriker. Wenn Panik und Angst zu den beherrschenden Gefühlen einer ganzen Generation werden, gnade uns Gott! Das Gefährliche dran ist, dass Menschen in Angst leicht manipulierbar sind.

In George Orwells Horror-Roman „1984“ werden die Bürger in einen Zustand der Dauer-Angst versetzt durch tägliche Meldungen über einen Krieg, der an den Grenzen des Imperiums tobt. Er tobt seit Jahren, kommt aber nie näher. Damit erstickt man jede Kritik und hält die Massen bei der Stange. Das Damoklesschwert ist die bevorzugte Waffe der Demagogen.

Man kann nur hoffen, dass nicht irgendwann von rechts oder links ein demagogischer Retter auftaucht, dem die Menschen bereitwillig ihre Freiheit, ihre Humanität und ihre Menschenwürde opfern. Wir hatten das schon mal in diesem Lande...

Tanzen

das schönste Hobby zu zweit

Erste
Stunde
gratis!

Einstiegstermine

Februar 2020

Sonntag	02.02.	16:15 Uhr
Sonntag	02.02.	18:00 Uhr
Montag	03.02.	19:00 Uhr
Dienstag	04.02.	19:00 Uhr
Mittwoch	05.02.	20:30 Uhr
Donnerstag	06.02.	19:00 Uhr
Freitag	07.02.	20:30 Uhr



Tanzschule Ring3 Inh. Peter Gade | Poppenbütteler Weg 88 22339 Hamburg | 538 64 44 info@ring3.de

AIDA SONDERKONTINGENTE



7 TAGE MITTELMEER MIT AIDAnova

► Mai – Oktober 2020 ► Inkl. Flug
Mallorca > La Spezia > Civitavecchia >
Marseille > Barcelona > Mallorca
INNEN AB 899 € | BALKON AB 1.049 €

7 TAGE OSTSEE MIT AIDAprima

► Termine von Mai – September 2020
Kiel > Tallinn > St. Petersburg >
Helsinki > Stockholm > Kiel
INNEN AB 799 € | VERANDA AB 1.049 €

10 TAGE NORWEGEN MIT AIDAsoi

► Termine von Mai – Oktober 2020
Hamburg > Bergen > Geiranger Fjord
> Hellesylt > Åndalsnes > Molde >
Trondheim > Ålesund > Eidfjord >
Stavanger > Hamburg
INNEN AB 1.099 € | BALKON AB 1.699 €

Exklusiv für Leser
des Alstertal Magazins:
(Coupon bei Buchung vorlegen)

**50,- €
Bordguthaben**

+ kl. AIDA-Überraschungspaket
pro Kabine bei Buchung
bis zum 24.02.2020

14 TAGE RUND UM ISLAND MIT AIDAbella

► 17.05. + 28.06.2020
Kiel > Århus > Invergordon > Kirkwall
> Reykjavik > Ísafjörður > Akureyri >
Lerwick / Shetland Inseln > Kiel
INNEN AB 1.499 € | BALKON AB 2.349 €

17 TAGE HIGHLIGHTS AM POLARKREIS MIT AIDAluna

► Juni – August 2020
Kiel > Kirkwall > Reykjavik > Ísafjörður
> Akureyri > Spitzbergen > Nordkap/
Honningsvåg > Hammerfest > Tromsø
> Leknes > Bergen > Kiel
INNEN AB 1.899 € | BALKON AB 3.299 €

7 TAGE METROPOLEN MIT AIDAprima

► Mai – Oktober 2020
Hamburg > Southampton > Le Havre
> Zeebrügge > Rotterdam > Hamburg
INNEN AB 699 € | VERANDA AB 799 €

7 TAGE ADRIA MIT AIDAbliu

► April – August 2020 ► Inkl. Flug
Venedig > Bari > Korfu > Dubrovnik >
Zadar > Venedig
INNEN AB 949 € | VERANDA AB 1.349 €

AIDA VARIO Reisepreise p.P. bei Doppel-
belegung. Kurzfristige Preisanpassungen
durch AIDA Cruises vorbehalten.
AIDA Cruises – German Branch of Costa
Crociere S.p.A., Am Strande 3d, 18055 Rostock

**BUCHUNG UND BERATUNG BEI
IHREN KREUZFART-EXPERTEN
040 / 646 04 40**

R&MREISEN
Frahmredder 3 • 22393 Hamburg

INFO & BUCHUNG AUCH ONLINE UNTER
cruise-partner.de



Hat mit sechs Jahren zum ersten Mal zum Schläger gegriffen: Ella Seidel.

© Sascha Steinbach/DTB

ZIEL: Top 20 der Welt

Eines der größten deutschen Tennistalente kommt aus **Wellingsbüttel: Ella Seidel**. Sie wurde bereits mit **14 Jahren deutsche Meisterin** und nahm bei den Europameisterschaften 2019 teil. Ella ist die Nachwuchshoffnung schlechthin. Unsere Praktikantin Hanna Dreyer sprach mit dem Tenniscrack über Entbehrungen, Vereinbarkeit von Training und Schule sowie ihre Ziele.

Alstertal Magazin: Früher hast du neben dem Tennis auch noch Hockey gespielt, dich dann aber für Tennis entschieden. Warum für diese Sportart?

Ella Seidel: Auf jeden Fall war das eine schwere Entscheidung, weil mir Hockey und Tennis gleich viel Spaß gemacht haben. Allerdings mag ich lieber den Einzelsport, da ich alleine für das verantwortlich sein möchte, was ich gerade mache und ungern von einem Team abhängig bin.

Wie alt warst du, als du angefangen hast Tennis zu spielen?

Sechs Jahre. Mein Vater hat auch gespielt und ich bin häufiger mitgegangen. So kam ich zum Tennis.

Für den Sport hast du im 8. Schuljahr sogar die Schule gewechselt. Ist dir diese Entscheidung leicht gefallen und welche neuen Möglichkeiten bietet dir die neue Schule?

Auf keinen Fall war die Entscheidung leicht, da ich eine super nette Klasse hatte und viele Freunde. Außerdem war die Schule nicht weit weg, ich konnte immer mit dem Fahrrad dorthin fahren. Meine neue

Schule ist jetzt in Dulsberg und ich muss nun immer mit dem Bus fahren. Aber es ist eine von wenigen Sportschulen in Hamburg und ich kann morgens vor der Schule trainieren. Und würde mir Tennis nicht so viel bedeuten, hätte ich auch nicht die Schule gewechselt.

Du hast einen vollem Trainings- und Turnierkalender und somit kaum Zeit für Freunde. Wirst du manchmal neidisch, wenn du siehst, dass deine Freunde shoppen gehen?

Manchmal, wenn ich Instagram-Stories sehe, frage ich mich schon, warum ich das hier überhaupt mache. Vor allem, wenn etwa ein Training nicht so gut lief und ich keine Lust mehr habe, an dem Tag noch meinen Schläger in die Hand zu nehmen. Aber trotzdem ist Training das, was mir am meisten Spaß macht in meiner Freizeit.

„TENNIS IST MEIN LEBEN UND DESWEGEN OPFERE ICH MEINE FREIZEIT DAFÜR!“

Natürlich treffe ich auch gerne meine Freunde, aber Tennis ist halt mein Leben und deswegen opfere ich auch meine Freizeit dafür.

Du spielst sehr viele Turniere im In- und Ausland. Da müsstest du viele Fehltage auf deinem Schulzeugnis stehen haben. Wie regelst du Sport und Schule?

Auf meiner alten Schule wurde es nicht gerne gesehen, dass ich mal eine Woche nicht da war. Auf meiner neuen Schule ist das

kein Problem mehr. Ich bekomme vorher Arbeitsaufträge von meinen Lehrern mit, die ich dann in meiner Freizeit bei den Turnieren machen kann. Anschließend schicke ich die meinen Lehrern über ein Online-Portal. Ich erhalte dann korrigierte PDF-Datei zurück.

Was war dein größter Erfolg und bei welchem Turnier bist du ärgerlicherweise herausgeflogen bzw. hast dich verletzt, sodass du den Titel verpasst hast?

Mein größter Erfolg war im Sommer 2019 in Ludwigshafen, wo ich die deutsche Meisterschaft gewonnen habe. Ein toller Moment. Anschließend

konnte ich mit einer weiteren deutschen Spielerin zu den Europameisterschaften nach Tschechien fahren. Dort bin ich im Einzel und im Doppel ins Viertelfinale gekommen, wo ich dann aber leider gescheitert bin. Es war ein bisschen ärgerlich, aber trotzdem war es ein schönes Erlebnis dort mit der Nationalhymne einlaufen zu dürfen. Was schlimm war, war das Finale der Deutschen Meisterschaft im Sommer 2018, wo ich zu einem kurzen Ball laufen wollte und umgeknickt bin und ich dann aufgeben musste, trotz einer Führung.

Was möchtest du in deiner Zukunft erreichen?

Ich würde gerne einmal zur Weltspitze gehören und eins der vier Grand Slam Turniere gewinnen. Top 20 der Welt wäre auch cool, und dafür trainiere ich auch die ganze Zeit.

Hanna Dreyer



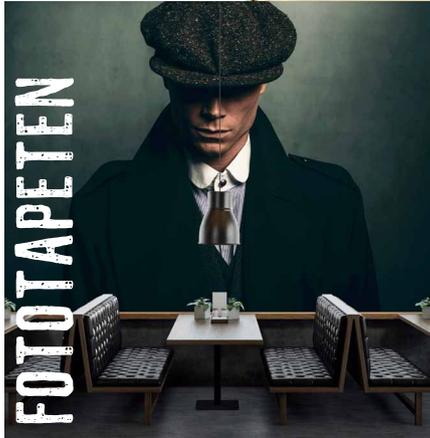
Ziegelformen
★ ab 7,99

now!

**VIelfalt
STATT
EINFALT**



WER SEIN
ZUHAUSE LIEBT,
DER KOMMT
ZU UNS!



FOTOTAPETEN



XXL



WAHNSINN!
Wie so eine
XXL-Fototapete
einem Raum mit
Naturaufnahmen,
dem Lieblingsort oder
Typen verzaubern
kann! Wage es!
Du wirst es lieben.

★ Alle Angebote sind gültig bis zum 29.2.2020



Schöner Wohnen
Premium-Wandfarben
29,99 ★
12,- €/Liter



„AUS GEBRAUCHT
WIRD CHIC“
Marabu Chalky-Chic
Kreidefarben
225 ml 8,99 €

3,99€/100ml

CHALKY-CHIC
KREIDEFARBE
CHALK PAINT - PEINTURE À LA CRAIE



kwp
seit 1919



UNSER PODCAST „ALSTER-CAST“ – Die aktuellen Folgen:



Wolfgang Kubicki, einer der bekanntesten FDP-Politiker, stellvertretender Bundesvorsitzender der FDP und seit Oktober 2017 Bundestagsvizepräsident.

Klimahysterie und grüne Doppelmoral

In einem Podcast mit Verleger Wolfgang E. Buss zum Thema des Hamburger Wahlkampfes vergleicht **Wolfgang Kubicki**, der um klare Positionen nicht verlegen ist, die grüne Klimahysterie mit der katholischen Kirche. Man beschreibe die Hölle, erkläre dann, mit einer Verhaltensänderung gäbe es die Erlösung und zwischendurch kann man dann mit Ablasszahlungen und Beichten sein Gewissen reinigen. Bei den Grünen-Wählern sei das so ähnlich: Man wählt grün, fährt dann aber die Kinder mit dem SUV zur Schule. Das, so Kubicki, sei ein merkwürdiger Standard. Und, so Kubicki weiter, wenn wir wissen, dass 80 Prozent der zusätzlichen CO₂-Emissionen seit 1990 aus China und Indien kommen, wäre es sinnvoller, einmal in Peking zu demonstrieren, als hier oder in Davos große Reden zu schwingen, wo es nichts kostet. Seine Forderung im Podcast: „Was wir brauchen, und das ist unsere klare politische Position, ist technischer Fortschritt! Nur so können wir die Klimakrise meistern.“

Wolfgang Kubicki spricht sich in den Podcast auch klar für eine sozial-liberale Politik in Hamburg aus. Um Grün-Rot in Hamburg zu verhindern empfiehlt er, liberal zu wählen, also links-liberal, mit Unterstützung der CDU. Eine wirkliche „Gefahr“ einer grünen Regierungschefin sieht er nicht, weil sich die Hamburger an Vernunft - und nicht moralischer Überlegenheit orientieren würden.

Klartext! „Man wählt grün, fährt dann aber die Kinder mit dem SUV zur Schule. Das ist merkwürdig“.



Das ganze Gespräch

mit Wolfgang Kubicki hören Sie in unserem PODCAST „ALSTER-CAST“

www.magazine.hamburg/alstercast und auf allen wichtigen Podcast-Portalen



Besuch von **Bosbach**

Auf der Alstertaler Business Lounge hatte **Wolfgang Bosbach** bereits seine Meinungsstärke unter Beweis gestellt. Für den AlsterCast schaute er im Magazin Verlag Hamburg vorbei. Im Gespräch mit Christian Luscher, dem stellvertretenden Chefredakteur des Alster Magazins,

ging es um die aktuelle Lage der CDU, die Frage Kramp-Karrenbauer oder Merz, den Wahlkampf in Hamburg, konservative junge Leute, seine Wunschkoalition in Berlin und die Frage, ob er bei all den Terminen nach seinem Rückzug aus dem Bundestag überhaupt noch Zeit zum Golfen hat. Eine kurzweilige Diskussion!



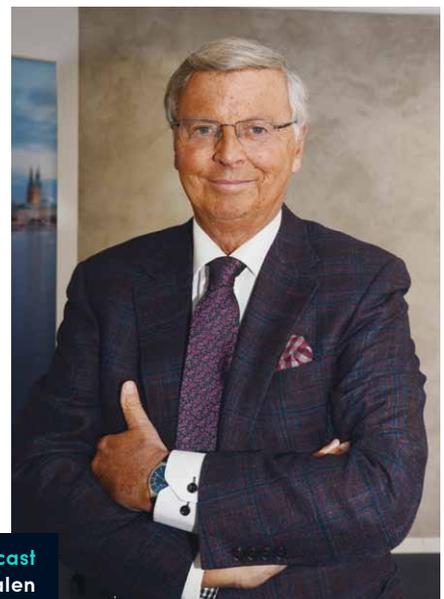
Der vielbeschäftigte Wolfgang Bosbach (r.) sprach mit Christian Luscher, stv. Chefredakteur.

Das ganze Gespräch

mit Wolfgang Bosbach hören Sie in unserem PODCAST „ALSTER-CAST“



www.magazine.hamburg/alstercast und auf allen wichtigen Podcast-Portalen



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



**Freie
Demokraten**
FDP

**GRÜNER VERBOTS-WAHSINN GREIFT UM SICH!
ROT UND SCHWARZ BEREITS BETROFFEN.
GEGENMITTEL?
AM 23.02 FDP WÄHLEN**

WEIL SIE AM BESTEN WISSEN, WIE SIE LEBEN WOLLEN.

DIE MITTE LEBT.



Finn Ole Ritter - Roter Zettel: FDP-Liste, Platz 1

www.liberalerritter.de/ Spotify: „Ritter Rock!“



Links: Endstation Wohldorf. Der Kleinbahnhof gilt bis heute als nördlichster Bahnhof Hamburgs.

Unten: Die letzte Kleinbahn hielt 1961 in Wohldorf. Erhalten blieb einzig die Zentrale zur Güterabfertigung.



Kleinbahnhof Wohldorf bleibt erhalten!

Erfreuliche Nachricht für das **historische Nahverkehrsmuseum „Kleinbahnhof Wohldorf“**: Das unter Denkmalschutz stehende ehemalige Bahnhofsgebäude wird **umfassend saniert**. Sprinkenhof schätzt die Baudauer auf etwa ein Jahr – im April könnten die Arbeiten bereits beginnen.

Das Nahverkehrsmuseum Kleinbahnhof Wohldorf ist ohne Frage eine Institution im Hamburger Norden. Seit 1996 präsentiert der Verein Verkehrsamateure und Museumsbahn e.V. dort seine beeindruckende Ausstellung.

Die Sammlung umfasst neben einer liebevoll gestalteten Modellbahnanlage zahlreiche Exponate, Dokumente und Fotos zur Geschichte der elektrischen Kleinbahn, die von 1907 bis 1961 den Wohldorfer Bahnhof ansteuerte. Dieser gilt bis heute übrigens als nördlichster Bahnhof Hamburgs.

Im vergangenen Jahr dann der Schock: Ende März 2019 musste das Museum aufgrund der Baugefährdung des denkmalgeschützten Bahnhofsgebäudes schließen. Wasserschäden und die allgemeine Befeuchtung der Bausubstanz hatten der Statik des über 100 Jahre alten Baus erheblich zugesetzt. Die Zukunft des Nahverkehrsmuse-

ums stand lange Zeit in den Sternen.

Nun steht allerdings fest, dass es weitergeht: Und zwar mit einer umfassenden Sanierung des gesamten Gebäudes. „Mit der dringend notwendigen Sanierung erhalten wir ein für die Stadtteilgeschichte der Walddörfer und die Verkehrsgeschichte Hamburgs wichtiges Gebäude“, sagte Finanzsenator Dr. Andreas Dressel zu den Plänen. Dr. Harald Elsner vom Verein Verkehrsamateure und Museumsbahn e.V. äußerte sich zuversichtlich, im Zuge der geplanten Sanierung aus dem Museum eine noch bekanntere und attraktivere Anlaufstelle für Ausflügler und Schulklassen entwickeln zu können.

Das Sanierungsvolumen soll sich auf eine Summe von 900.000 Euro belaufen, wovon 490.000 Euro aus dem investiven Quartiersfonds zur Verfügung gestellt werden. Den Rest der Kosten übernimmt der städtische Landesbetrieb Immobilienmanagement und Grundvermögen (LIG).

Bereits 2007 waren Fassade, Fenster und das Dach des Gebäudes für insgesamt 250.000 Euro saniert worden. Nun steht die grundlegende Erneuerung der technischen Ausstattung auf dem Programm. Zudem werden die wesentlichen Stilelemente aufgearbeitet und konserviert. Für die Realisierung der anstehenden Maßnahmen wird die Sprinkenhof GmbH zuständig sein. Sprinkenhof-Geschäftsführer Jan Zunke bezifferte die voraussichtliche Bauzeit auf etwa ein Jahr. Momentan laufen noch die Planungen, allerdings soll noch dieses Jahr mit der Sanierung begonnen werden. „Wenn alles gut läuft, vielleicht im April“, sagte Zunke. 2021 soll dann die große Wiedereröffnung gefeiert werden.

jb

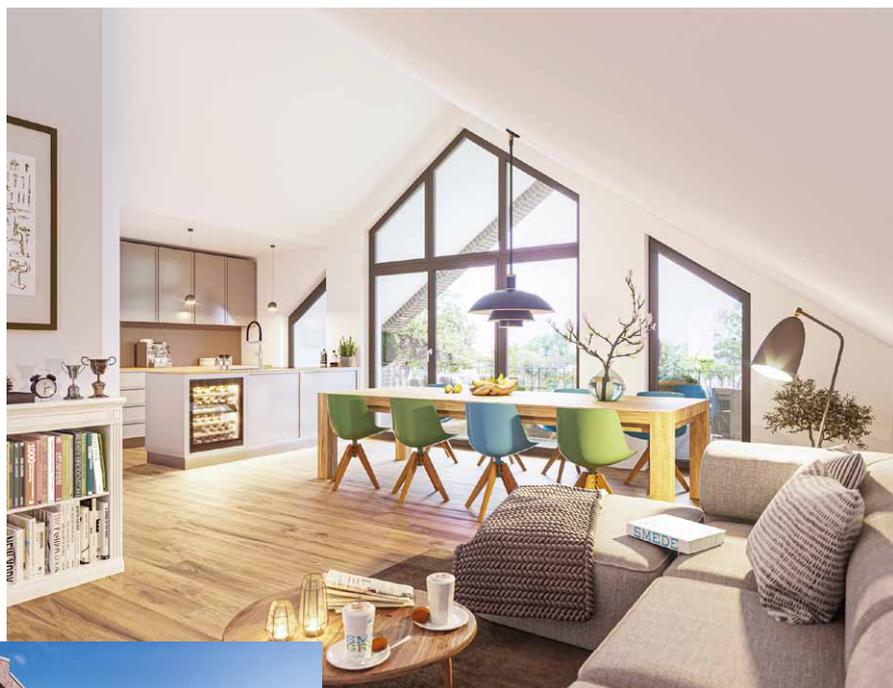


Präsentierten die Sanierungspläne: Jan Zunke von der Sprinkenhof GmbH, Seffi Keller (LIG), Finanzsenator Andreas Dressel und Dr. Harald Elsner vom Verein Verkehrsamateure und Museumsbahn e.V. (v.l.)

Meerblick an der Ostseespitze

Stylisch wohnen am Meer, mit allem Komfort - ein Traum. Er lässt sich erfüllen. Im **Bauprojekt „Smedegrund“** in Großenbrode, direkt vor der beliebten Insel Fehmarn. Dort entstehen in der Schmiedestraße 13 zehn traditionell verklünnerte Giebelhäuser mit 28 Wohnungen - 2 bis 4 Zimmer, 66 bis 133 qm. Modern und nachhaltig im ENEC KfW40-Standard mit Luftwärmepumpe und Wasserfilter. Wie der Name verrät, befand sich dort einst im historischen Dorfkern eine alte Schmiede - zentral gelegen am höchsten Punkt des Ortes, was heutzutage kurze Wege und einen wunderschönen Meerblick ermöglicht.

Innen warten die hellen und offenen gestalteten Wohnungen mit gefragten Details auf. Etwa einer offenen Küche, hochwertigen Design-Belägen, einer bodengleichen Dusche und einer immer sommer-sandwarmen Fußbodenheizung - eine wahre Wohlfühlwelt. Sie kann Ihr neues Zuhause sein! Mehr Infos zu dem gelungenen Bauprojekt gibt es unter **Tel. 04367 99 75-0** und auf **www.smedegrund.de**.



Innen wie außen: Ein modernes Design, das sich an den Bedürfnissen der Bewohner orientiert, schafft ein traumhaftes Wohnerlebnis.

Schnell heimisch fühlen: Zehn architektonisch ansprechende Giebelhäuser in vier Blöcken ermöglichen genau das!


SCHULZE
Outdoor Living

SCHNÄPPCHENSTART
ZUM JAHRESBEGINN 2020

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

50%

AUF ALLE AUSSTELLUNGSSTÜCKE AUS 2019 * 1,3
20% RABATT AUF DIE NEUE KOLLEKTION 2020 * 2,3



*1 Bezahlung und Abnahme sofort. | *2 50% Anzahlung sofort / bei Auftrag, 50% bei Warenübernahme (Abholung oder Lieferung) bis 14.03.2020.

*3 Alle Rabatte bezogen auf den UVP, gültig bis 15.02.2020 bzw. solange der Vorrat reicht.



Lebenserfahrung sammeln,
Pflegekräfte unterstützen:
Wie sinnvoll ist eine
Dienstpflicht?

Dienstpflicht für alle?

PRO

CONTRA



Hanna Dreyer
Praktikantin

Sollen **junge Frauen und Männer** ein **soziales Pflichtjahr** ableisten müssen? Dies wird immer wieder **debattiert**, zuletzt von der CDU-Vorsitzenden Annegret Kramp-Karrenbauer. Ist ein solches Jahr **sinnvoll?** Wir diskutieren.



Christian Luscher
stv. Chefredakteur

„**A**usland, Studium oder doch lieber erst eine Ausbildung? Das fragen sich jährlich hunderte von Jugendlichen, die ihr Abi bereits in den Taschen haben. Oftmals wissen sie nicht genau, wie es nach dem Abi weiter geht. Deswegen kann ein soziales Pflichtjahr sehr hilfreich sein. Dadurch kann man auf ganz andere Gedanken kommen und man kann einen ganz neuen Blickwinkel des Lebens entdecken. Man kann in Ruhe über seine Zukunft nachdenken und herausfinden, was man machen möchte. Und wenn man schon Pläne für die Zukunft hat, dann kann man diese auch noch ein Jahr später umsetzen.“

Dieses soziale Jahr soll verhindern, dass die Jugendliche auf den falschen Weg geraten und nur zu Hause sind. Auch ich habe noch keine Pläne für meine Zukunft, weshalb mir dieses Jahr sehr helfen würde. Ich weiß, dass jetzt viele sagen werden, dass ich auch ein freiwilliges soziales Jahr machen kann. Das stimmt, aber viele andere, die das gleiche Problem haben wie ich, haben vielleicht keine Lust sich z.B. in Pflegeeinrichtungen zu engagieren. Das Jahr fordert einen auf, etwas für die Gesellschaft zu tun und tätig zu sein. Es bietet einem Chancen und neue Lebenserfahrungen.“

„Ich war selbst Zivildienstleistender und möchte die Erfahrungen aus dieser Zeit durchaus nicht missen. Dennoch bin ich gegen die Dienstpflicht. Ich habe selbst gesehen, wie „Zivis“ als billige Kräfte ausgenutzt wurden und die Arbeit von Festangestellten für ein Taschengeld erledigten – oft, ohne wirklich die Ausbildung dafür zu haben. Daher schrillen bei mir die Alarmglocken, wenn Befürworter der Dienstpflicht frohlocken, damit könnte man doch den Personalmangel in der Pflege lindern. Ob es der Pflegebranche wirklich guttut, wenn man statt gut ausgebildeten und ordentlich bezahlten Kräfte auf Massen von unterbezahlten, un- ausgebildeten und zwangsrekrutierten Kurzeitkräften zurückgreift, wage ich zu bezweifeln.“

Das Argument, die Pflicht wäre besonders lobenswert, denn die Dienstverpflichteten würden damit „der Gesellschaft etwas zurückgeben“, zieht erst recht nicht, da dieses großzügige „Zurückgeben“ unter Zwang geschieht. Freiwilliges Soziales Jahr, Bundesfreiwilligendienst & Co. fördern und besser stellen: Gernel Aber mit patriotisch verkämpfter Zwangsarbeit Lücken auf dem Arbeitsmarkt füllen ist unserer Gesellschaft nicht würdig.“

RECHTLICHE ÄNDERUNGEN...

Für Immobilienver-
käufer ändert sich
2020, voraussicht-
lich ab Sommer,
einiges. Informieren
Sie sich jetzt!

2020-VERKAUFEN.
FRUENDT.DE

IMMOBILIENVERKAUF:

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

FRÜNDT
IMMOBILIEN

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

Ihr sicherer Weg zum Verkaufserfolg:

TEL. 040 / 6001 6001

WWW.FRÜNDT-IMMOBILIEN.DE

Saseler Markt 1, 22393 Hamburg (Sasel)



Zur bleibenden Erinnerung

GAEDKE

Granit & Marmorwerke

gaedke@grabmale.de • Tel. 0172 402 60 03

Nach über 10 Jahren Meerforellen-Besatz hat Frank Schlichting den lang ersehnten Beweis in den Händen, sie kommen zum Laichen zurück.



Fotos: privat

Die Meerforelle ist zurück!

Ende des vergangenen Jahres machte **Frank Schlichting** in der **Alster** die Entdeckung seines Lebens: eine **Meerforelle**. Rund 55 cm lang. Gut fünf Jahre zuvor hatte er sie als 1 cm langen Brütling im Fluss ausgesetzt – es ist eine Geschichte von Mühsalen, Hoffnung und Erfolg.

Über 100.000 gut 1 Zentimeter lange Meerforellen-Brütlinge hat der Lemsahler Frank Schlichting wohl schon in kleinen Nebenbächen der Alster ausgesetzt. Über einen Zeitraum von über 10 Jahren, zusammen mit seinen Kollegen vom Angelverein Alster. Immer in der Hoffnung, dass sie nicht Stichling, Frosch, Gelbrandkäfer & Co als Futter dienen, sondern den Weg in die Nordsee finden, um später nach rund 5 Jahren zum Laichen in die Alster zurückzukehren. Einen einzigen Nachweis hatte er dafür, dass es klappt. „Vor einigen Jahren schickte mir ein Angler ein Foto einer Meerforelle (Mefo), die er vor der Ohlsdorfer Schleuse gefangen hatte. Aber eben leider nicht in der oberen Alster“, erklärt Schlichting. Trotzdem habe er immer vermutet, dass sie zwischen Oktober und Februar – der Laichzeit – da sein müssen. Nur der Beleg fehlte. Bis zum 29. November des vergangenen Jahres. „Wir haben eine Elektro-Fischung zwischen der Wohldorfer Schleuse bis Höhe Trillup durchgeführt, um die Mefo im Alster-System nachzuweisen. Mit speziellem Gerät erzeugen wir eine Spannung, die die Fische unter dem Boot betäuben – nicht töten – damit man sie dann leicht keschern kann. Und plötzlich war eine da, für mich ging damit ein Lebenstraum in Erfüllung“, erklärt Frank Schlichting immer noch glücklich. Es kam noch besser. Unterhalb der Poppenbüttler Schleuse fingen die Angler 10 Mefos! Mit so vielen habe er nicht gerechnet. „Wir haben einen funktionierenden Mefo-Aufstieg. Und das durch diverse Schleusen und die Außenalster, eine echte Glanzleistung der Fische. Dank des Umbaus der Poppenbüttler Schleuse (siehe auch S. 44) wird das in Zukunft noch besser funktionieren.“

Ein weiterer Traum wäre es, wenn die Fische irgendwann in der Alster ablaichen. Der jetzige Bestand resultiert ja aus künstlicher Befruchtung. Die zur natürlichen Vermehrung erforderlichen Kiesflächen, die für Eiablage und Befruchtung notwendig sind, gibt es dank Gewässer-Renaturierungs-Maßnahmen. Etwa vom Verein

Lebendige Alster. Wie war es früher? Es gibt laut Schlichting zwar keine Berichte über einen großen historischen Mefo-Bestand in der Alster, aber bevor der Fluss durch Schleusen abgetrennt wurde – sie machten den Aufstieg lange Zeit unmöglich – werden sie dagewesen sein. „Vergleichbare Zuflüsse der Elbe wie die Ilmenau, vor allem aber wie die Luhe und die Seeve verzeichnen enorme Mefo-Aufstiege. Deswegen gehe ich davon aus, dass die Alster auch einen hatte.“ Angst, dass Angler künftig alle Mefos aus der Alster herausangeln, muss man sich übrigens nicht machen, denn in dem Zeitraum, in dem sie hier sind, haben sie Schonzeit. Frank Schlichting: „Mir geht es vor allem auch um die Süßwasserfische. Und da haben wir in der Alster wirklich Glück. Die Wasserqualität ist so gut, dass seltene Arten wie Neunauge, Mühlenkoppe und Bitterling heimisch sind.“ Die Alster ist halt ein ganz besonderer Fluss!

Ein langes Mefo-Interview mit Frank Schlichting gibt es auf www.alstertalplus.de kw

Insgesamt 11 Mefos konnte Frank Schlichting in der Alster nachweisen. „Eine höhere Zahl als erwartet“, so der Experte.



Lars Tönseuerborn (l.) erhielt die letzte und alles entscheidende schwarze Krawatte von „Prince Charming“ Nicolas Puschmann - und damit auch sein Herz.



Foto: PTO Media

Möchtest du diese **Krawatte** ann

Als erster „schwuler Bachelor“ verteilte **Nicolas Puschmann** Krawatten statt Rosen und suchte im einzigen Gay-Dating Format Deutschlands „**Prince Charming**“ seinen Mr. Right. Wir haben mit dem Hamburger über die Suche nach seinem persönlichen Prinzen gesprochen.

Alstertal Magazin: **Wie kam es dazu, dass du überhaupt „Prince Charming“ wurdest?**

Nicolas: Ich wurde in Köln auf der Straße angesprochen. Ich habe mich selber nicht beworben, noch wusste ich, dass so eine Show geplant ist. Nach einem langen Gespräch habe ich mich davon überzeugen lassen, am nächsten Tag ein einfaches Telefoninterview zu führen. Runde um Runde wurde es immer ernster und schlussendlich wurde ich Prince Charming.

War für dich direkt klar, dass du bei diesem Format mitmachst?

Nein, nicht direkt, ich habe schon viel überlegt. Ich hatte einfach ein wenig Respekt vor dem Unterwarteten, aber ich bin froh, dass ich die Chance genutzt habe.

Hattest du Befürchtungen, dass die Öffentlichkeit auf diese Sendung nicht gut reagiert oder dich persönlich angreifen könnte?

Nein, ich hatte keine Befürchtungen. Letztendlich lässt Kritik das Thema noch mehr in den Vordergrund rücken. Jeder darf seine Meinung äußern und auf schlechte Kommentare habe ich mich im Vorwege mental drauf vorbereitet. Bislang habe ich aber nur durchweg sehr liebe Nachrichten erhalten.

Was war das absolute Highlight für dich?

Da gab es viele, wann hat man mal die Chance binnen 3,5 Wochen Bungee zu springen, Helikopter zu fliegen oder ein ganzes Freibad exklusiv zu mieten. Das Gesamtpaket Prince Charming war generell ein absolutes Highlight. Wie man merkt, ich tu mich sehr schwer, mich auf nur ein Highlight einzulassen (lacht).

Gab es auch ein Date, bei dessen Aktivitäten du dich unwohl gefühlt hast?

Ich muss sagen, ich fand jedes Date für sich einzigartig und egal, wie albern es auch von außen gewirkt hat, es hat einfach Spaß gemacht und ich würde nichts ändern... naja außer, dass ich mich bei einem Einzeldate übergeben musste (lacht) und dass ich ein Date abgebrochen habe, im Vorwege aber eine Übernachtungseinladung ausgesprochen habe. Das war in der Tat nicht sehr charming.

Gibt es auch Dinge, die dir so richtig unangenehm oder peinlich sind?

Peinlich ist mir fast gar nichts, außer zu spät sein. Wenn man z.B. zu spät zu einer Veranstaltung/Kino/Theater/Verabredung kommt und alle Blicke auf einen starren bzw. man einfach zu spät ist. Ich bin da sehr deutsch.

Wie sehen deine Pläne, beruflich und privat, jetzt aus?

Also wenn ich jetzt mal ein wenig fantasieren darf: großes Apartment



Foto: TVNow

20 Männer kämpften um Nicolas Puschmann, jetzt ist „Prince Charming“ für den diesjährigen Grimme-Preis nominiert. Ab Frühjahr wird das Dating-Format auch im Free-TV auf VOX laufen, bisher ist die Sendung nur auf TVNow zu sehen.

ehmen?

(am liebsten wieder in Hamburg), Hund, Heirat, Kinder. Beruflich darf es gerne in Richtung Moderation gehen. Ich habe gemerkt, wie sehr es mir Spaß gemacht hat, vor der Kamera zu agieren oder auch vor den 20 Männern zu stehen und meine Reden zu schwingen.

Also hast du deinen Mr. Right in der Sendung gefunden?

Ich habe meinen Mr. Right gefunden und ziehe nun mit ihm zusammen und bin absolut happy. Die Reise „Prince Charming“ war für mein Privatleben ein voller Erfolg. Wir sind sehr glücklich.

Und wie charmant bist du selbst, „Prince Charming“?

Ich denke schon, dass ich ziemlich charmant bin und meine Feinfühligkeit dazu führt, dass sich mein Gegenüber desöfteren geschmeichelt fühlen kann. Außerdem mache ich gerne Komplimente und bin generell ein sehr aufmerksamer Mensch. ks

Etnia Barcelona,
CK, KOMONO,
Marc O'Polo
munic,
Nike,
Porsche,
Ray Ban

Beate Rudloff
OPTIK

SEHENSWERT

Duvenstedter Damm 62a
22397 Hamburg-Duvenstedt
E-Mail: beate.rudloff@web.de
Tel. 040 6071025

Erste Hilfe für Ledermöbel



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

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

**Jetzt
anmelden
Start
Anfang April**

**KANN
FUSSBALL.**

**KANN
MATHE.**

**KANN
TANZEN.**



TANZSCHULE RING3

Poppenbütteler Weg 88 • 22339 Hamburg
T. 040 538 64 44 • info@ring3.de • www.ring3.de

What's up in TOWN?



Gastgeberin Britta Duah und Kultursenator Dr. Carsten Brosda



Schauspiel-Trio: Laura Uhlig, Konstantin Graudus und die Poppenbüttlerin Meike Harten (v.l.)

Fotos: Kai Weh

NEUJAHRSPUNSCH

Der Neujahrspunsch in der Komödie Winterhuder Fährhaus feierte Geburtstag, denn bereits zum 30. Mal kamen auf Einladung von Theaterleiterin Britta Duah rund 400 Gäste im Foyer des Theaters zusammen, um bei **Punsch und Berlinern** gemeinsam auf das vergangene Jahr zurück- und auf dieses auszublicken. Für Unterhaltung sorgten neben der traditionellen kritischen, aber lustigen Rede von Moderatorenlegende Gerd Spiekermann musikalische Darbietungen von Walter Plathe.



Die Landesvorsitzende der FDP Hamburg Katja Suding und Verleger Wolfgang E. Buss



Hannelore Lay (Stiftung Kinderjahre) mit Polizeipräsident Ralf Martin Meyer aus Sasel



Schauspielerin Caroline Kieseewetter und die Poppenbüttlerin Christina Block (r.).



Schmidt-Theaterchefin Tessa Aust und Ohnsorg Theater-Chef Michael Lang aus Volksdorf



Die beiden Ohlstedter Petra Milchert-Scheibner und Lästeryliker Hans Scheibner



Das Schauspielhepaar Christiane Leuchtman und Hans Peter Korff



DJ Dominique Jardin und Matthias Kallis, Mercedes Benz Vertriebsdirektor Pkw Nord

CHARITYGIG

In diesem Jahr hat die Charity-Plattform Channel Aid – generiert u.a. Spenden durch Clicks auf ihrem YouTube-Kanal – die Band Bastille in die Elphi geladen. Gemeinsam mit der Baltic Sea Philharmonic brachten sie die 2.100 Besucher zum "Kochen". Genial! Aus den Konzert-Erlösen konnte Channel Aid-Gründer Fabian Narkus 50.000 Euro an die Projekte „Chance to Dance“, „Right to play“ und „Laureus Sport for Good“ übergeben, die Kinder und Jugendliche sowie Menschen mit Behinderung unterstützen. Weitere Spenden sollen über www.youtube.com/ChannelAid folgen.



Bastille-Sänger Dan Smith



Stephanie und Moritz Fürste, Hockeylegende

Fotos: Franziska Krug für Channel Aid



Virtual Surgery Intelligence (VSI) und die dazugehörige Brille erweitern die Behandlungsmöglichkeiten im OP.

Plötzlich schwebt der Körper in 3D durch den Raum

Augmented oder auch Mixed Reality kennt man bisher vor allem aus dem Spielbereich.

In der Asklepios Klinik Altona allerdings revolutioniert sie gerade die medizinische Behandlung. Dort macht sie **aus 2D-Schwarz-Weiß-Aufnahmen 3D-Bilder in Farbe** und lässt ganze Körperregionen durch den Raum schweben.

Wenn Prof. Dr. Lars Gerhard Großerlinden eine komplizierte Wirbelsäulen- oder Beckenfraktur vor sich hat, schlüpft er nicht nur in die grüne OP-Kleidung, manchmal setzt er auch eine überdimensionale Brille auf. Die kennt man vor allem von Fans von Online-Spielen. Doch der Chefarzt des Zentrums für Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie an der Asklepios Klinik Altona beamt sich nicht in eine virtuelle Welt. „Mit der HoloLens-Brille zoomen wir uns in die Realität hinein“, erklärt er. Über diese Brille können Röntgen-, MRT- oder CT-Bilder dreidimensional und in Farbe als Hologramm in den Raum projiziert werden. Detailgetreu schweben dann Körperregionen in 3D im Raum. „Informationen, die uns durch die Bildgebungsverfahren ohnehin vorliegen, können wir damit viel besser nutzen und zwar direkt während der OP“, erzählt Prof. Großerlinden. Denn, auch das weiß der Chefarzt, um diese Bilder richtig zu deuten und eine punktgenaue OP durchführen zu können, brauchen Ärztinnen und Ärzte ein ausgeprägtes theoretische Wissen und jahrelange Berufserfahrung. „Durch die 3D-Bilder aber wird die Deutung viel einfacher.“ Weiterer Vorteil: Durch die Brille lässt sich auch



Prof. Dr. Lars Gerhard Großerlinden, Chefarzt für Orthopädie, Unfallchirurgie und Wirbelsäulenchirurgie an der Asklepios Klinik Altona

ganz normal blicken, was ein lästiges Auf- und Absetzen während des Eingriffs unnötig macht. Seit etwa zwei Jahren experimentiert Großerlinden mit diesen Brillen in Kombination mit entsprechender Software. Mittlerweile nutzen er und sein Team Virtual Surgery Intelligence (VSI) von Microsoft und die dazugehörige Brille vor allem im OP. „Wir sehen genau, wo welche Nervenbahnen und Strukturen verlaufen und können viel präziser operieren. Das minimiert die Risiken und erhöht die Qualität unserer medizinischen Versorgung“, erklärt der Chefarzt. Damit sind aber längst nicht alle Möglichkeiten ausgeschöpft, auch in der Patientenaufklärung lässt sie sich einsetzen, um Laien einen Eingriff sehr plastisch zu erklären, ebenso in der Aus- und Weiterbildung. Und für die Telemedizin eröffnet sie ganz neue Möglichkeiten. Per Videoanruf kann sich dann ein Mediziner live in OPs einschalten, die am anderen Ende der Welt durchgeführt werden. Schon jetzt können über die Brille Arztbriefe oder OP-Berichte diktiert werden. Sind die datenschutzrechtlichen Aspekte

gesichert, lassen sich diese ebenso wie die Bilder auch zwischen verschiedenen Ärzten und Kliniken hin- und herschicken. „Diese Technik entwickelt sich ständig weiter und wird die medizinische Behandlung noch revolutionieren“, so Großerlinden.

Vom „Tüdelband“ bis Swasiland

Mo Brandis ist ein musikalischer Globetrotter. Zusätzlich zur Karriere Solo und mit Band **Incognito** profilierte er sich auch als Songschreiber (z.B. ‚Nur noch kurz die Welt retten‘ von Tim Bendzko). Seine Ursprünge hat der in London ansässige Künstler aber in **Wellingsbüttel!**

Alstertal Magazin: „**Hamburg ist und bleibt meine Heimat**“, sagten Sie mal. **Genauer gesagt, sind Sie ja (auch) Wellingsbüttler. Welche Erinnerungen haben Sie an die Walddörfer?**

Mo Brandis: Meine ganze Familie kommt aus Hamburg und ich bin immer wieder gerne in der Hansestadt und in Wellingsbüttel, wo ich übrigens auch in der Kirchengemeinde meinen Zivildienst geleistet habe! Vielleicht hat mich der ein oder andere Wellingsbüttler bei meiner Lieblingsbeschäftigung auf dem großen Rasenmäher über die Gemeindewiesen rasen sehen, natürlich mit lauter Musik auf den Ohren. Ich habe gute Erinnerungen an viele „Klönschnacks“ mit netten, ehrlichen und unprätentiösen Menschen, am liebsten bei einem Kaffee oder mit einem Franzbrötchen in der Hand, einer der Geschmäcker, die ich am meisten an Hamburg vermisse! **Sie sind zwischen Swasiland, Hamburg und Ibiza aufgewachsen. Hat Sie das auch musikalisch beeinflusst?**

Ja, bestimmt. Ich habe dadurch verschiedene musikalische Einflüsse live und hautnah erlebt, von Reggae und traditioneller Musik auf Siswati in Swasiland, über Flamenco à la Gipsy Kings in Spanien



Foto: Vincent Delman

bis hin zu „An de Eck steiht’n Jung mit’n Tüdelband“ in Hamburg. Das ist schon eine ganz schöne Bandbreite. Meine Eltern hatten allerdings den größten Einfluss, weil sie zu Hause viele verschiedene Musikrichtungen gehört haben, mein Vater selbst Musik gemacht hat und meine Mutter viel getanzt hat. Musik hatte für mich deshalb schon als Kind gefühlt keine Grenzen, keine Hautfarbe, keine Sprache. Es ging einfach um den Spaß und um das Gefühl.

Sie sind vor kurzem seit zehn Jahren das erste Mal wieder in Hamburg aufgetreten. Wie war das für Sie? Wird es jetzt wieder zehn Jahre dauern bis zum nächsten Konzert hier?

(Lacht) Nein, ich bin mir sicher es wird nicht wieder zehn Jahre dauern! Es war wirklich sehr besonders für mich. Nicht nur, weil ich so lange nicht in meiner Heimatstadt aufgetreten war, sondern auch, weil sehr viele Verwandte und Freunde im Publikum waren, viele sogar zum ersten Mal. Das ist einfach ein anderes Gefühl als in irgendeiner anderen Stadt vor Hunderten oder Tausenden aufzutreten, die ich nicht persönlich kenne. Hinter der Bühne machen wir immer direkt vor dem Auftritt einen Kreis mit der Band und ich halte eine kurze motivierende und besinnliche Ansprache – dieses Mal kamen mir dabei tatsächlich die Tränen. Ich war lange nicht mehr so aufgeregt vor einem Konzert.

Gerne covern Sie auch Songs anderer Musiker. Wie suchen Sie sich die Songs aus, und was macht für Sie eine gute Coverversion aus?

Es sind immer Songs, die ich liebe und die eine andere Facette



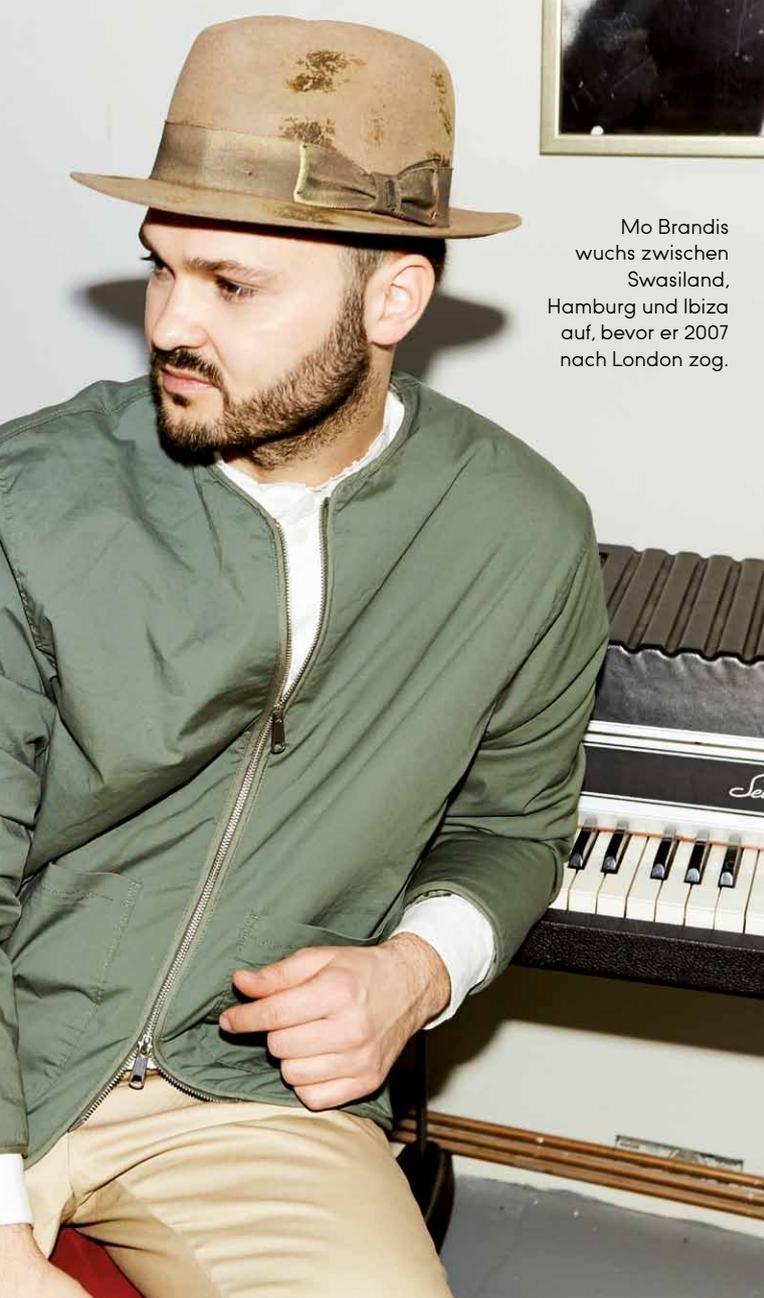
Kulturkreis Torhaus

Di., 04.02. Beginn: Oper- und Musikkurs
12:00 Uhr Leitung: Volker Wacker

Fr., 07.02. 8 to the bar
19:30 Uhr Rock’n’Roll – Boogie – Blues

So., 16.02. Burghart Klaußner
11:30 Uhr liest aus seinem Buch
Matinee „Vor dem Anfang“

Auskunft und Karten: Tel.: 536 1270 – www.kulturkreis-torhaus.de



Mo Brandis wuchs zwischen Swasiland, Hamburg und Ibiza auf, bevor er 2007 nach London zog.

Schleim im Rachen

und Räusperzwang

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

Seit wenigen Jahren ist bekannt, dass die Ursache dieser Beschwerden im Bereich der Speiseröhre und der Magenklappe liegt. Mithilfe der Befragung des Patienten und der Untersuchung des Kehlkopfs kann der HNO-Arzt erste Hinweise für die Erkrankung finden. Die 24-Stunden Messung des pH-Wertes

im Rachen führt zu weiteren Erkenntnissen. Typischerweise kommt es bei diesen Patienten nachts zu einem starken pH-Wert-Abfall.

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



Expertentipp von

Dr. med. R. Dannesberger

HNO
in Wellingsbüttel

Dr. med. Rainer Dannesberger
Facharzt für HNO-Heilkunde

Wellingsbüttler Weg 119
22391 Hamburg
Telefon: 040 - 46 65 37 28
www.hnopraxis.hamburg

Praxis für Privatpatienten und Selbstzahler

in das Set bringen. Für mich ist es wichtig, aus dem bekannten Song etwas Eigenes zu machen, eine andere Version zu kreieren. Also anders als bei Coverbandauftritten, bei denen man probiert den Song möglichst originalgetreu zu performen, was ich auch schon viel gemacht habe. In unserem Konzert ist eines meiner persönlichen Highlights ein Medley von Songs weiblicher Künstlerinnen. Alles starke Frauen, die mich als Künstler beeinflusst haben. Es sind ein paar absolute Überraschungen dabei, ganz anders als das Original, das sind meine Lieblings-Coverversionen.

Sie setzen sich auch für Straßenkinder in Äthiopien ein, haben einen Song darüber geschrieben – wie kam es zu diesem Engagement?

Das kam durch meine Eltern. Mein Vater hat in verschiedenen Ländern Entwicklungshilfe geleistet, unter anderem in Äthiopien. Meine Mutter hat in der Zeit ein Waisenhaus gegründet, woraus ein größeres Projekt mit Straßenkindern, Schulbau und Mädchenstipendien entstand, was meine Eltern bis heute leiten. 2006 besuchte ich sie das erste Mal in Äthiopien und war von der Reise so inspiriert, dass ich sofort nach Rückkehr den Song ‚Live, Love & Learn‘ schrieb. Heute ist es das Motto unserer Organisation. Es sind wirklich tolle Projekte hinter denen ich mit ganzem Herzen stehe, nicht nur weil 100% der Spenden wirklich dort ankommen, wo sie benötigt werden, da wir Mitglieder die Kosten tragen und ehrenamtlich arbeiten. Mehr können Ihre Leser gerne auf www.LiveLoveAndLearn.org erfahren. Wir freuen uns über jede Unterstützung der Projekte.

Christian Luscher

LAGERVERKAUF
bis zu 80 %



vom 18.2.2020 bis zum 22.2.2020
von 10 bis 19 Uhr
durchgehend geöffnet

FD MODE & WOHNEN
ROLFINCKSTRASSE 1-3
22391 HAMBURG
040 - 539 30 274

Orange Blue –
Volkan Baydar und
der Saseler Vince
Bahrdt (r.) – will
zum zweiten Mal
durchstarten.



Foto: Alexander Schönberg

NEUSTART!



Lars Tammme

Frischemarkt
Wandelhalle

Frischemarkt
in der Airport-Plaza

Frischemarkt
im Bahnhof-Altona

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



Orange Blue ist wieder voll da, mit einem neuen Doppelalbum – „White I Weiss“ – nach über 10-jähriger Pause. Darüber sprachen wir mit einem Part des Musik-Duos, dem **Saseler Singer/Songwriter Vince Bahrdt**.

Alsterl Magazine: **Das Album hattet ihr für 2019 angekündigt und auch im Mai ein Release-Konzert veranstaltet. Auf dem habt ihr angekündigt, die Platte jetzt erst zu veröffentlichen. Warum das?**

Vince Bahrdt: Es war zu viel Arbeit. Wir machen das ja zu zweit (zusammen mit Volkan Baydar, d.Rd.) und wir haben gemerkt, dass wir das einfach nicht hinkriegen. Man hat so viel Arbeit mit den Veröffentlichungen, den Auftritten und der Vermarktung und wir haben vor dem Konzert gemerkt, wir schaffen es nicht. Da haben wir beschlossen zum Konzert einfach die erste Single zu veröffentlichen.

Die Veröffentlichung des Albums steht kurz bevor, klappt es diesmal?

Ja. Und es gibt auch kein Zurück mehr, denn man kann das Album ja längst auf Portalen vorbestellen.

Es ist das angekündigte Doppelalbum geworden - mit einer englischen und einer deutschen Scheibe. Wie kam es dazu?

Das kommt daher, dass wir über 10 Jahre, fast 12, zwar kleine Gigs gespielt, aber nichts Neues rausgebracht haben. Trotzdem haben wir natürlich in den Jahren eine Menge Songs geschrieben. In einer Zeit, in der die Radiolandschaft immer Deutscher wurde. Dann hat eine bekannte deutsche Politikerin viele Leute nach Deutschland eingeladen und es ging bekanntermaßen ein gewisses Raunen durch die Gesellschaft. Irgendwann haben wir das Bedürfnis gehabt, diese Thematik in Songs fließen zu lassen. Und das kann man tatsächlich nur auf Deutsch, denn wenn du zwei, drei ernstgemeinte, wichtige - oder wie du findest wichtige Sätze loswerden möchtest, dann geht das nicht auf Englisch.

Das passt zu einer meiner Fragen denn ich wollte wissen, ob ihr die tagespolitisch aktuellen Themen wie Kriege oder Klima auf der Scheibe habt?

Darum kommt man nicht mehr herum, gerade wenn man auf Deutsch schreibt. Man hat als Künstler eine gewisse Verantwortung und eine Plattform – und diese gar nicht zu nutzen wäre nahezu leichtsinnig.

Gibt es eine Kernaussage, oder ist die einfach nur spaßhaben. Nicht Songs werden politisch sein?

Um Gottes Willen, wir machen immer noch Musik um der Musik willen. Man kann als Musiker ja gar nicht anders, als Songs zu schreiben, zu veröffentlichen und auch live zu performen. Das alles macht eine Menge Spaß. Aber ein paar politische Aussagen können ja mal vorkommen. kw



Sänger Vince Bahrdt und Chefredakteur Kai Wehl



White I Weiss erscheint am 14.2. beim Label Orange Blue Bros. Records und kostet 19,99€, als Deluxe Variante mit exklusivem Konzertticket und Bonus CD mit 14 Tracks 49,99€.

Aktuelle Angebote im Februar 2020

Guten Tag



SAMMELN & SPAREN



PAYBACK

Gingium® 120 mg 120 Filmtabletten	€ 94,97 ¹⁾	€ 54,95
Wobenzym® 800 magensaftresistente Tabletten	€ 204,98 ¹⁾	€ 139,95
GeloMyrtol® forte 60 magensaftresistente Weichkapseln	€ 27,30 ¹⁾	€ 24,95
Doppelherz® Ginkgo 120 mg 120 Filmtabletten	€ 60,70 ¹⁾	€ 49,95
Dolo-Dobendan® 1,4 mg/10 mg 36 Lutschtabletten	€ 11,97 ¹⁾	€ 9,99

GANZTÄGIGER KOSTENLOSER BOTENSERVICE

Saselbek-Apotheke

22393 Hamburg · Saseler Markt 18
Tel. 040/6016575 · Fax 040/6016541 · www.saselbek-apotheke.de

Täglich durchgehend geöffnet:
Montag bis Freitag
8.30 - 18.30 Uhr
Samstag 8 - 13 Uhr

1) Unser ehemaliger Verkaufspreis. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht. Für Druck- und Satzfehler keine Haftung.



droste

markisen·rollläden·jalousien·terrassendächer

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

FACHBETRIEB
Rollladen- und
Sonnenschutztechniker-
Handwerk



www.markisen-droste.de

Buddha & Balance

GESUNDHEITSMESSE FÜR MENSCH, TIER UND WOHNRAUM



60 Aussteller | Gespräche | Vorträge
Eröffnungsritual | Musik | Shops
Kunst | u.v.m.

21. und 22. März 2020
Sa 11 - 18 Uhr | So 11 - 17 Uhr
Sasel-Haus, Saseler Parkweg 3, 22393 Hamburg
Eintritt: 5,00 €/Tag (30% werden gespendet)
www.buddha-and-balance.de

Manuelle Triggerpunkt- Schmerztherapie

Bei chronischen Rücken- und Gelenkschmerzen sind die Ursache oft sogenannte Triggerpunkte, „kalte“ Entzündungsknoten in Muskelfasern. Sie führen zu lokalen, häufig aber auch zu Schmerzen und Missempfindungen an entfernten Stellen des Körpers. Daher macht es oft keinen Sinn an dem Ort direkt zu behandeln, der schmerzt. Triggerpunkte z.B. in den Gesäßmuskeln führen oft zu Bein- und Ischiasschmerzen, die am Schulterblatt verursachen oft Oberarmschmerzen und die in den tiefliegenden Bauchmuskeln können zu Rückenschmerzen führen. Schmerzmittel lösen Triggerpunkte nicht auf, der Schmerz bleibt. Die Funktion von Muskelketten von Kopf bis Fuß wird beeinträchtigt und die allgemeine Bewegungsfreiheit wird eingeschränkt:

Muskeln verkürzen und Faszien „verkleben“ auf Dauer. Ertaste ich Triggerpunkte, dann strahlen sie häufig einen „vertrauten“ Schmerz aus, der sich oft jahrelang anderen Behandlungsformen entzieht.

Während der Behandlung verschwindet oft der Schmerz allmählich und die Bewegungsfreiheit wird progressiv wiederhergestellt.



Entzündungsknoten in Muskelfasern können vom Experten behandelt werden!

Expertentipp von Juliane Koch

einzigste zertifizierte Therapeutin der Internationalen Gesellschaft für Schmerz- und Triggerpunkt Medizin IGTM e.V. in Hamburg, Autorin

**Triggerpunkt
Schmerztherapie**
Juliane Koch
 Heilpraktikerin
 Alte Landstr. 264a
 22391 Hamburg
 040 - 218 454
www.heilpraktikerin-juliane-koch.de

**NEU: PROGRAMMIERKURS
ODER FERIENCAMP**
 CAMPS 2020: Frühjahr, Sommer u. Herbst.
 Auch für 10-Finger-Tippen u. MS Office!
 Jetzt für Schnupperstunden anmelden!

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

logiscool
 Create. Code. Enjoy.

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

www.magazine.hamburg

inShape
 Physiotherapie Prävention

PHYSIOTHERAPIE
 HEILPRAKTIKER PHYSIOTHERAPIE
 WELLNESSMASSAGEN

WERDE TEIL VON INSHAPE
 MT-PHYSIOTHERAPEUT (m/w/d) GESUCHT

INSHAPE APP
 GRATIS IM APP STORE

Mo - Do 07:30 - 20:00 | Fr 07:30 - 16:00
 Termine nach Vereinbarung
 HH-Poppenbüttel - Harksheider Straße 10 - Tel: 671 074 10 - www.inshape-physio.de

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

Entscheidend sind die

Rückenstrecker!

Gemäß einer Studie des Robert Koch-Instituts leidet jeder zweite Erwachsene an Rückenbeschwerden, jeder dritte sogar mehrmals pro Woche. Die Hauptursache dafür ist in den meisten Fällen eine zu schwache tiefliegende Rückenstreckmuskulatur. Sind die tiefen Rückenstrecker zu schwach, kommt es leicht zur Überlastung von Bandscheiben und Wirbelgelenken. Die Wirbelsäule droht, instabil zu werden. Nun sind die tiefen Rückenstrecker mit konventionellen Trainingsmethoden nur schwer zu kräftigen. Das liegt daran, dass die stärkeren Hüftstrecker den Rückenstreckern bei der Rumpfauf- richtung zu viel Arbeit abnehmen. Die Rückenstrecker werden nicht genug gefordert und bleiben schwach. Mithilfe spezialisier- ter Trainingsmaschinen lässt sich das Problem lösen. Die

Lumbar-Extension-Maschine (LE) etwa ermöglicht eine wissenschaftlich fundierte Rückenanalyse und zugleich eine isolierte und gezielte Kräftigung der Rückenstrecker. Auf diese Weise können 80 Prozent der Rückenbeschwerden gelindert oder sogar ganz beseitigt werden. 2x pro Woche gesundheitsorien- tiertes Krafttraining reichen schon aus.



Expertentipp von Andreas Friebel

Fitnessökonom und Geschäftsführer
Kieser Training Poppenbüttel



Die Lumbar-Extension-Maschine (LE) fixiert das Becken und isoliert die tiefen Rückenstrecker, damit sie wirksam trainiert werden.

Foto: Verena Meier/Fotografie

Jeder

2

Erwachsene hat Rückenbeschwerden.

Das Kieser-Rückenprogramm hilft. Jetzt anmelden!

AKTION BIS 29.02.
149 EURO SPAREN*

* Gilt für Neukunden bei Abschluss eines Abos bis 29.02.2020. Nur in teilnehmenden Studios.

Kieser Training Hamburg-Poppenbüttel | Krittenbarg 4 | im AEZ
Telefon (040) 611 640 90 | Kunden parken 1 Stunde kostenlos

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

KIESER TRAINING

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Reflexzonen- therapie am Fuß

Viele Menschen haben schon einmal den Effekt einer Fußmassage (Wohlfühlbehandlung) erlebt. Die Reflexzonenmassage am Fuß (RZF) ist dagegen eine ganzheitliche Therapie, die über die reine Fuß-Massage hinausgeht. Sie wird nur von entsprechend ausgebildeten Therapeuten angeboten. Verschiedene Griffe und Streichungen an den Füßen tragen dazu bei, vorhandene organische Beschwerden zu lindern. Eine RZF Behandlung wirkt gezielt auf Körper, Psyche und Seele. Bewährte Einsatzmöglichkeiten dieser interessanten sanften Therapie sind u.a. Schmerzen des Bewegungsapparates, Beschwerden des Verdauungssystems, akute und chronische Erkältungen, Erkrankungen der harnableitenden Organe, Schlafstörungen und Unruhezustände sowie Menstruations- und Wechseljahrs-Beschwerden. Eine erste Behandlung dauert ca. 60-70 Min. Es folgen meist 4-6 Weiterbehandlungen von ca. 20-30 Min.

Griffe und Streichungen an den Füßen können dazu beitragen, organische Beschwerden zu lindern.



© DragonImages

Expertentipp von
Sigrid Werner
Heilpraktikerin

Sigrid Werner
(Heilpraktikerin)

- Hanne-Marquardt-Fußreflex
- Phyto-Therapie
- Ohr-Akupunktur
- Homöopathie

Termine nach Absprache:
Tel.: 0173 86 76 066 • hpsigridwerner@gmx.de
Langenstücken 29 • 22393 Hamburg

Einzelunterricht kann für Schüler besonders gut geeignet sein, Zusammenhänge zu verstehen.



Zeugnissorgen?

Einzelnachhilfe

„Eine Fünf in Mathe ist eine Meinungsäußerung, keine Zensur“, pflegte mein Mathematiklehrer zu sagen. Recht hatte er, denn Lernen hat wohl mehr mit Entscheidung zu tun als mit rein kognitiver Intelligenz. Nachhilfe jetzt? Ja, denn nur wer seine Zeit klug nutzt, sich also für das Lernen entscheidet, hat auch was von seiner Zeit. Qualitätsnachhilfe darf kein Nürnberger-Trichter-Lernen sein – eine Selbstverständlichkeit. Und gerade das Gespräch im Einzelunterricht eignet sich besonders gut, Zusammenhänge zu durchdenken, aus eigenen Stücken nachzufragen und dann die Antwort selbst zu finden. Es ist ein Merkmal für den guten Nachhilfelehrer, dass er auf die Schülerantwort warten kann und Zeit gewährt. Ein wertvolles Stück Lernkultur. Ein gutes Nachhilfeinstitut kann das leisten.

Expertentipp von
Donatella Mocchi

Master of Higher Education,
Lernwerk Alstertal



Lernwerk Alstertal
Einzelunterricht im Institut

Zeugnissorgen?

LERNWERK Alstertal
Frahredder 16
☎ 040 / 64 42 30 77
www.lernwerk-alstertal.de

Gesangsspaß ohne Noten

Bis vor wenigen Jahren hatte das Singen im Chor einen ähnlichen Coolness-Faktor wie Briefmarkensammeln oder Klöppeln. Doch dann holten ein paar charismatische Chorleiter, die eher Entertainer als Gesangslehrer waren, das Gruppen-Singen aus seiner verstaubten Ecke. Nicht mehr Volksmusik, Klassik und Kirchenlieder stehen seitdem auf dem Programm, sondern aktuelle Charthits und echte Pop- und Rock-Klassiker aus den 70er- und 80er-Jahren. Der Trick dabei: Gesungen wird – ohne Notenkenntnisse! – einfach nach Gehör. Und auch den Text muss niemand auswendig lernen, denn er wird in großen Lettern auf eine Leinwand projiziert.

Was zunächst ein Geheimtipp war, füllte nach kurzer Zeit die Stadthallen mit begeisterten Sängern und Sängerinnen. Inzwischen muss niemand mehr darauf warten, dass die Show in seiner Stadt gastiert, denn dasselbe Angebot – mit dem gleichen Spaß, aber regelmäßig und ganz in der Nähe – bieten mittlerweile auch gute Gesangsschulen an. Probieren Sie: die neue Lust am Singen!



Expertentipp von Susanne C. Hans

Leitung der Tanz-, Gesangs- und Schauspielschule S-eins

Im Chor ohne Noten und Text im Kopf? Das kann klappen – beim Singen nach Gehör und mit Texten „an der Wand“!

© monkeybusiness

JETZT NEUE KURSE:

- Paartanz für Erwachsene
 - Einsteigerkurse ab Februar
 - Wiedereinsteiger jederzeit
- Solotanz: von Ballett über Latin, Stepp und HipHop bis Modern
- Rock & Pop-Chor für Erwachsene

**S-eins-Chor:
Singspaß ohne
Notenkenntnisse**

S EINS

Poppenbüttler Hauptstraße 7
Fon 24 82 57 17 | www.s-eins.de

Dr. Engeln & Dr. Schomaker

we care for your smile

Praxis für Zahnheilkunde

Bohren? Nein. Danke!®

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

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

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

Offizielles Mitglied
www.alstertalmed.de



Die richtige

Zahnbürste

Zahnpflege ist wichtig. Sanft sollte sie sein, denn es sollen nur die Beläge entfernt und nicht das Zahnfleisch beschädigt werden. Hierzu eignen sich sowohl gewöhnliche Zahnbürsten, als auch elektrische Zahnbürsten. Diese sollten ein kleines, feines Borstenfeld besitzen, welches sich weich anfühlt. Und: Ohne Ausübung von Druck putzen! Das Zahnfleisch geht leider bei starkem Druck langsam, aber sicher, zurück. Dies gilt auch für den Einsatz von modernen Elektro-Zahnbürsten, deren Energie sehr hoch ist. Die Auswahl des richtigen Bürstentyps geschieht nach individueller Situation. Eine professionelle Zahnreinigung in einer Zahnarztpraxis stellt eine optimale Ergänzung dar. Damit Zähne und Mundraum gesund bleiben, sollten Sie sich regelmäßig von Ihrem Zahnarzt untersuchen lassen.

Die Auswahl des richtigen Zahn-Bürstentyps sollte nach individueller Situation geschehen.



Expertentipp von Dr. Manfred Kaps

Zahnarzt und Zahntechniker,
Zahnmedizin im Alstertal

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

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



www.alstertalmed.de

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



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

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

Fettpölsterchen und Cellulite sind kein unveränderliches Schicksal mehr!

Wunschfigur

in den Wechseljahren

In der Menopause verlangsamt sich der Stoffwechsel und die Produktion der weiblichen Hormone sinkt. Deshalb entstehen bei unveränderter Aktivität und Ernährung insbesondere am Bauch ungewohnte Fettpölsterchen. Der Versuch, mit Sport dagegen zu steuern, ist oft an den falschen Stellen erfolgreich. Auch lassen Wassereinlagerungen bei einigen Frauen Po und Beine anschwellen und bringen selbst leichte Cellulite unschön zur Geltung. Hier setzt die HYPOXI-Methode® an, die den Problemzonen zu Leibe rückt. Eine Kombination aus Kompressions- und Vakuumbehandlung mit moderatem Fettverbrennungstraining fördert die Durchblutung der Problemzonen und aktiviert den Stoffwechsel. Gesunde ausgewogene Ernährung ist hilfreich dabei. Auch wird mit Hypoxi das Bindegewebe gestärkt, die Haut gestrafft und Cellulite deutlich gemildert.



Expertentipp von Christiane Schlüter
HYPOXI-Studios



Zahnmedizin im Alstertal
Dr. med. dent. Manfred Kaps
Heegbarg 21 (AEZ-Außengalerie) • 22391 Hamburg-Poppenbüttel
Telefon: 040 - 67 10 77 20 • www.zahnmed-aez.de

**COIFFEUR-TOPADRESSE
IN HAMBURG** WWW.SYLVA-SCHACHT.DE

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

Neu bei uns im Team: Vitali Baryschnikow

**SYLVIA
SCHACHT**

HEEGBARG 6
(GEGENÜBER AEZ)
22391 HAMBURG
TEL: 611 929 56
MO. GESCHLOSSEN
DI-FR 9:30-19:00 UHR
SA 9:30-14:00 UHR

HYPOXI
design your body

GUTE VORSÄTZE FÜR 2020:

Gezielt an Problemzonen abnehmen
Lesen Sie dazu über 100 Kundenstimmen auf www.hypoxistudios-hamburg.de

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

GUTSCHEIN
Testen Sie uns unverbindlich!
1 gratis Doppelbehandlung im Wert von 60 Euro
Für Neukunden, gültig bis 10.3.2020
Termine: Frau Schlüter Tel. 0160 - 184 28 13
Partner/in-Rabatt 50%!

**Hypoxi-Studio Alstertal • Stadtbahnstraße 32A
22393 Hamburg • Tel.: 040 386 507 34
Parkplätze auf dem Hof!**



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



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

Wandsbeker Chaussee 31 Saseler Damm 31
 22089 Hamburg 22395 Hamburg
 Telefon: (040)2541 51 61 Telefon: (040) 600 18 20
 Telefax: (040)2541 51 99 Telefax: (040) 600 18 299
 info@han-bestatter.de · www.han-bestatter.de





Poppenbütte erhält Fischtreppe

Umweltsenator Jens Kerstan hat mit einem „verbalen Spatenstich“ die **Bauarbeiten an der Poppenbütteler Schleuse offiziell eröffnet**. Seit kurzem rollen dort die Bagger, denn die Schleuse wird saniert und der Umlauf wird zu einer Fischtreppe.

Die Alster wird von der Quelle bis zur Mündung in die Elbe durch mehrere Schleusen- und Wehrbauwerke angestaut. Diese Bauwerke stellen kaum überwindbare Hindernisse für Fische dar. Das soll sich ändern. Bis Ende 2020 entsteht in Poppenbütte eine neue Fischtreppe. Denn das Wehr Poppenbütteler Schleuse mit dem angestauten Schleusenteich gehört zu diesen Hindernissen. Mit der jetzt gestarteten Baumaßnahme wird zum einen das Wehrbauwerk erneuert, um die Betriebs- und Hochwassersicherheit zu verbessern und zum anderen wird eine Fischtreppe geschaffen. Diese soll in das bestehende Umlauf-Gewässer integriert werden, das am Wehrbauwerk vorbeiführt.

Nach der bereits erreichten Fischdurchgängigkeit an der Mühlenschleuse, der Rathausschleuse und der Fuhsbütteler Schleuse wird mit der Maßnahme in Poppenbütte die Fischdurchgängigkeit von der Elbe zur Quelle der Alster weiter verbessert. Und es geht weiter: Fischtreppe an den Wehren Mellingburger Schleuse und Wohldorfer Schleuse sind bereits geplant und sollen bis 2023 gebaut sein.

Umweltsenator Jens Kerstan: „Nach Jahrhunderten sollen spätestens ab 2023 wieder Fische wie Stichlinge, Aale und Meerforellen und später sogar Lachse barrierefrei von der Elbe durch die gesamte Stadt in Alster und bis zu Ihrer Quelle in Schleswig-Holstein ziehen können. Das Wehr Poppenbütteler Schleuse ist ein wichtiger Baustein dafür. Zwei weitere Fischtreppe werden in Kürze dazukommen. Das ist ein echter Erfolg für unsere Alster.“

Für die Erneuerung des Wehres Poppenbütteler Schleuse

AUSSTELLUNG | ÖL - AQUARELL - RADIERUNG

denis andré
 impressions 2018 - 2019

vom 02.02.2020 bis zum 01.03.2020 Sa. + So. 11-17 Uhr
 Vernissage 02.02.2020 - Finissage 01.03.2020, 11 Uhr

Barfuss Galerie Klaus Timm
 Sandkuhlenkoppel 55 | HH 22399

www.barfuss-galerie.de
www.denis-andre.net | mail@denis-andre.net

Kunsthandlung Alstertal

Ihr Rahmen-
 fachgeschäft –
**individuelle
 Beratung
 und große
 Auswahl!**



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

Jetzt **täglich neu** entdecken

ALSTERTALPLUS.de

DAILY | LOCAL | PEOPLE | LIFESTYLE

Jeden Tag News und Tipps aus
 der schönsten Region Hamburgs

www.alstertalplus.de



Die Poppenbüttler Schleuse (links) wird saniert, das unauffälligere Umlauf-Gewässer in Richtung Schleusenteich (rechts) wird zur Fischtreppe.

Fotos: Kai Wehl

ler Schleuse pe

hat das Bezirksamt Wandsbek den Landesbetrieb Straßen, Brücken und Gewässer (LSBG) beauftragt. Das Geld für die Herstellung der Fischtreppe in Höhe von 1,8 Millionen Euro stellt die Behörde für Umwelt und Energie bereit. Für die nötige Grundinstandsetzung des Wehrbauwerks stehen weitere 1,2 Millionen Euro zur Verfügung.

Um den Fischen den Aufstieg zu ermöglichen, muss der Grund des Gewässers, die sog. „Sohle“, im Umlauf-Gewässer in Richtung Schleusenteich mit kleinen überwindbaren treppenartigen Höhenstufen ansteigen. Hierzu wird die neue Sohle in Richtung Schleusenteich aufgefüllt und mit Querriegeln (Höhenstufen) aus Natursteinen strukturiert. So können die erforderlichen unterschiedlichen Fließgeschwindigkeiten erzeugt werden, die die Fisch-Wanderung ermöglichen. Auch viele Kleinlebewesen der Fließgewässerlebensräume wie Muscheln, Krebse, oder Insektenlarven profitieren von der Maßnahme.

Umbau: Um den Fischen den Aufstieg zu ermöglichen, muss der Grund des Umlauf-Gewässers mit kleinen überwindbaren treppenartigen Höhenstufen ansteigen.



f Teppich Galerie Poppenbüttel

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

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

www.orientteppichshop24.de

**GOEBEL HIRSCH
BRINKE**
RECHTSANWÄLTE

Recht anspruchsvoll.

FAMILIENRECHT · ERBRECHT · ARBEITSRECHT

Poppenbüttler Hauptstraße 13 · Tel. 606 79 226
www.alsteranwalt.de

Tradition verpflichtet

BESTATTUNGEN

Eggers

Poppenbüttel

Ohlendieck 10
22399 Hamburg

Telefon: 040 - 602 23 81

info@bestattungen-eggers.de
www.bestattungen-eggers.de

Ihr Fachgeschäft im Alstertal

LOEWE. Metz Panasonic Block DENON YAMAHA Gigaset

Elektrohaus FernsehMelle

LIEBHERR Miele SIEMENS BRAUN KRUPS

Verkauf, Installation, Reparatur

Elektrogeräte, Leuchten, Elektroinstallation
TV, HiFi, Multiroom, Kabel-TV, DVB-T2HD, SAT
DSL, Netzwerk, WLAN, Telefone, Telefonanlagen

Tel: 602 22 41 + 60 82 13 80

Poppenbüttler Hauptstraße 11 * 22399 Hamburg
Mo-Fr 9:00 - 13.00 Uhr + 14:15 - 18:00 Uhr Sa 9:00 - 13:00 Uhr

Über die Geschichte des Kabarets

Vor 8 Jahren gründeten Hans-Walter Hoge und Harald Paulsen eine Poppenbütteler Theatergruppe. Ziel: der „Kabarett-Revue“ neues Leben einzuhauchen. 20 Frauen und Männer im Alter von 40 bis 80 Jahren schlossen sich der Idee an und so feierte das Ensemble, das sich später den Namen „Die Philemoniker“ geben sollte, mit seiner ersten Produktion bereits große Erfolge. Es folgten regelmäßige Proben sowie zwei weitere Revuen in den Jahren 2013 und 2015. Nun, zu Beginn der neuen Dekade, warten die Philemoniker mit einer weiteren Revue auf. Unter dem Titel „Wer schmeißt denn da mit Lehm!“ nimmt die Poppenbütteler Kabarettrevuegruppe ihre Gäste mit auf eine Zeitreise in die Geschichte des Kabarets, der Kabarettrevuen, aber auch der Satire in Film und Theater. So werden Lieder und Chansons aus verschiedenen Epochen zu hören sein, aber auch politische Gedichte und Szenen. Mit ihrem Programm möchten die Philemoniker aufzeigen, wie in parodistischer Weise politische Zustände oder aktuelle Ereignisse auf Korn genommen wurden und dass viele Stücke aus der Vergangenheit nichts von ihrer Aussagekraft verloren haben. Die Proben, die bei Interesse gerne besucht werden können, finden immer mittwochs um 20 Uhr im Gemeindehaus der Marktkirche, Poppenbütteler Markt 2, statt.



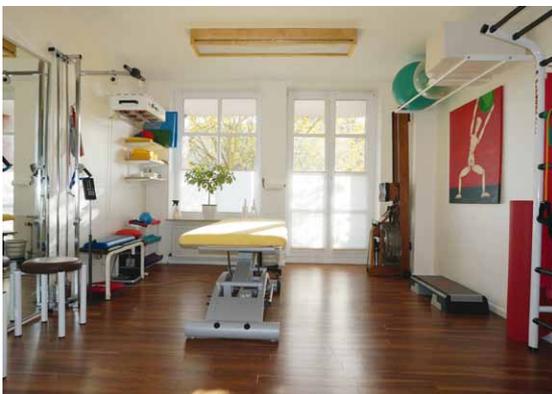
Die Philemoniker aus Poppenbüttel präsentieren ihre neuste Revue an vier verschiedenen Abenden im Februar.

„Wer wirft denn da mit Lehm!“ Aufführungstermine

- 1. Februar, 18 Uhr**
Philemon-Kirche, Poppenbütteler Weg 97
- 8. und 9. Februar, jeweils 18 Uhr**
Marktkirche, Poppenbütteler Markt 2
- 27. Februar, 18 Uhr**
Hospital zum Heiligen Geist, Hinsblek 11

ANZEIGEN-SPEZIAL

30 ERFOLGREICHE JAHRE!



30 Jahre am Kritenbarg: Die Praxis Kosmalla, die insbesondere für ihre Kompetenz und persönliche und angenehme Atmosphäre von den Patienten geschätzt wird.

Am 1. Februar 1990 eröffnete der gelernte Krankengymnast und Physiotherapeut Michael Kosmalla seine Praxis für Physiotherapie im Kritenbarg 7.

Eine gute Wahl, denn schnell wächst dort – zentral nahe dem AEZ gelegen – sein Team an qualifizierten und engagierten Mitarbeitern, das ihn bei der Behandlung von funktionellen Störungen des Bewegungsapparates unterstützt. „Die Schwerpunkte lagen anfangs in verschiedenen Behandlungsmethoden aus dem Bereich der Krankengymnastik und der Manuellen Therapie. Vor einigen Jahren habe ich das Behandlungsspektrum um die Spezialisierung bei Kiefergelenkserkrankungen (CMD) ergänzt“, erklärt Michael Kosmalla, der stolz darauf ist, sich in den 30 Jahren im Kritenbarg einen sehr guten Ruf erarbeitet zu haben. „Unsere Praxis zählt mit vier Behandlungsräumen nicht zu den großen Praxen in der Umgebung, aber gerade das schätzen unsere Patienten sehr, denn es macht eine sehr persönliche und familiäre Atmosphäre möglich. Das sehr gute Arbeitsklima ist auch für den Patienten sofort spürbar. Wir möchten auf diesem Wege ein großes Dankeschön aussprechen an alle unsere Mitarbeiter, die unsere Praxis ausmachen und an alle unsere Patienten, die uns schon über eine so lange Zeit die Treue halten!“

Mehr Informationen, etwa auch über das umfangreiche Behandlungsspektrum, gibt es unter **Tel. 040 602 70 53** und auf **www.kosmalla.net**.



Hat sein Praxis-Portfolio ständig erweitert:
Physiotherapeut
Michael Kosmalla

Meridian Spa & Fitness unterstützt bei der Umstellung auf eine bewusstere Ernährung.



POWER statt sauer:

Mit Meridian den **Stoffwechsel** in nur **zwei Wochen** ressetzen

Mit der **P. Jentschura Basenkur**, die ab sofort im Meridian Spa & Fitness erhältlich ist, können Interessierte ihrem Körper helfen, den **Säuren-Basen-Haushalt** wieder **in Balance** zu bringen. Die Kur umfasst Produkte von P. Jentschura für zwei Wochen, ein Rezeptbuch und **Ernährungstipps** von der **Dipl. Oecotrophologin Bintu Cham**.

Auch wenn wir glauben, dass wir uns gesund und ausgewogen ernähren, konsumieren wir in den meisten Fällen zu viele säurebildende Lebensmittel wie Fleisch, Fisch und Milchprodukte. Die Folge: Die Säuren lagern sich hartnäckig und dauerhaft im Bindegewebe ab, wodurch Zivilisationskrankheiten entstehen und Übergewicht begünstigt wird. Bintu Cham, Dipl. Oecotrophologin und Ernährungsberaterin im Meridian Spa & Fitness, erklärt: „Stellen sich erste Anzeichen wie ständige Müdigkeit, nachlassende Konzentrationsfähigkeit und das Gefühl fehlender Energie ein, sollte entsprechend gehandelt werden. Eine Basenkur kann hier helfen, den Stoffwechsel wieder in Schwung zu bringen. Gleichzeitig kann sie aber auch ein perfekter Einstieg für die Umstellung

auf eine bewusstere Ernährung sein.“ Meridian Spa & Fitness hat mit seinem Partner P. Jentschura eigens für Mitglieder und Gäste ein zweiwöchiges Basen-Paket zusammengeschürt, damit gute Vorsätze wie gesund ernähren und abnehmen zu erreichbaren Zielen werden. Die im Angebot enthaltenen natürlichen Nahrungsmittel von P. Jentschura sind basenbildend und liefern die ganze Vielfalt wichtiger Mineralstoffe, Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe, die für den Energiehaushalt und die Körperfunktionen unerlässlich sind. Ein Rezeptheft und Ernährungsvorträge mit der Gesundheitsexpertin Bintu Cham runden die Basenkur ab.

Wer die Kur selbst testen möchte, kann das Paket direkt im Meridian Spa & Fitness für einen Preis von 75 Euro erwerben. Eine Teilnahme am ersten Ernährungsvortrag ist kostenlos und unverbindlich zum Kennenlernen der Basenkur möglich. Weitere Infos gibt es auf www.meridianspa.de.

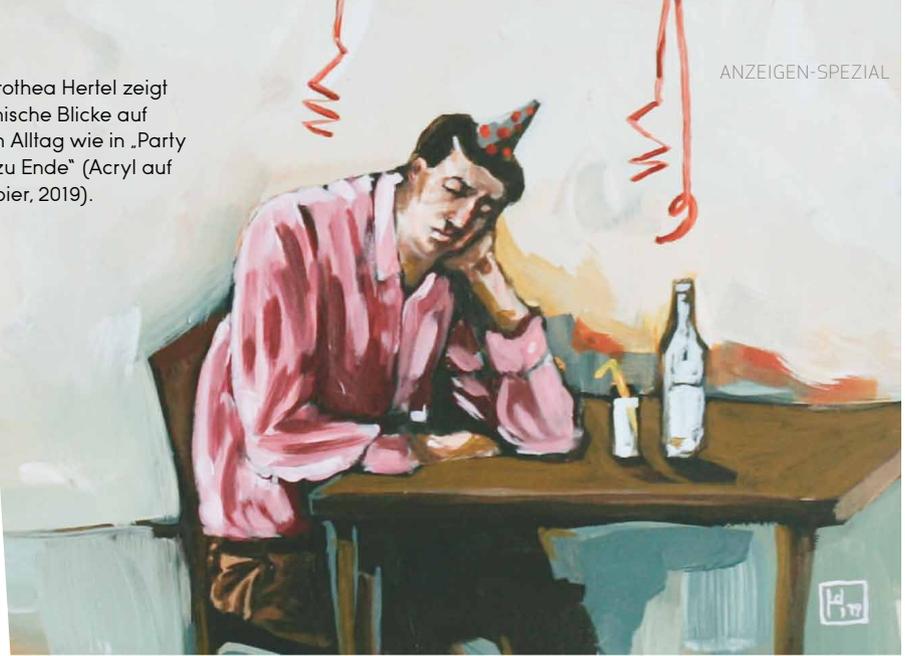


Gibt Ernährungstipps: Bintu Cham, Dipl. Oecotrophologin und Ernährungsberaterin im Meridian Spa & Fitness



Produkte von P. Jentschura, die Bestandteile der Basenkur sind: MorgenStund-Brei (500 g), 7x7 KräuterTee (100 g), WurzelKraft 100 Pflanzen Granulat (150 g), MeineBase Badesalz (750 g), pH-Teststreifen

Dorothea Hertel zeigt ironische Blicke auf den Alltag wie in „Party ist zu Ende“ (Acryl auf Papier, 2019).



Wer hat dazu schon Lust? Der Mann auf Hertels Gemälde in „Wenn Besuch kommt“ (Acryl auf Papier, 2018) nicht.

JUNGE KREATIVE in Duvenstedt

Die Malerin Dorothea Hertel und der Bildhauer Philipp Liehr zeigen bis zum 30. März in der Duvenstedter Galerie Alex F. in einer Doppelausstellung Bilder und Holzskulpturen. Zu sehen sind besondere Momente des Lebens.

„Die Bilder von Dorothea Hertel widmen sich der Ironie des Alltags, dessen Komik uns viel zu oft entgeht. Sie laden dazu ein, innezuhalten, zu schmunzeln und dem eigenen Erleben künftig mit geschärftem Blick und einer Prise Humor zu begegnen. Philipp Liehr fängt in seinen Skulpturen flüchtig vorbeieilende Momente ein, hält sie für uns fest und ermöglicht uns so, uns der Poesie des scheinbar Banalen zu nähern“, erklärt die Kunsthistorikerin Anne Simone Krüger, die auf der Vernissage am 7.2. sprechen wird. Infos auf www.galerie-alex-f.de

Nur ein flüchtiger Augenblick – DOROTHEA HERTEL UND PHILIPP LIEHR

Einladung: Vernissage am 7. Februar 2020,
ab 19.00 Uhr – open end

Einführung durch Anne Simone Krüger.

DIE KÜNSTLER SIND ANWESEND.

Ausstellung läuft bis 30. März 2020



Galeristin Alex F.

Die Galerie Alex F. vereint die Liebe zur Kunst mit der Liebe zu Interieur und Raum. Hier wird das Konzept des klassischen Kunstsalons mit anspruchsvollen besonderen Werken aus Malerei, Fotografie und Bildhauerei leicht erlebbar.

GALERIE
ALEX F.

DUVENSTEDTER DAMM 62 | 22397 HAMBURG
040 369 407 10 | WWW.GALERIE-ALEXF.DE
INFO@GALERIE-ALEXF.DE
DO – SO: 12.00 – 19.00 UHR

In Duvenstedt zu sehen: die Skulptur „Superhero“ (Linde, Acryl, 2020) von Philipp Liehr.



AEZ INSIDE

ALSTERTAL
EINKAUFSZENTRUM

TAG DER
LIEBE

ONLINE-GEWINN-
CHANCE AM
VALENTINSTAG

SMAR-
TECH

IN DER MALL
GIBT ES TECH-
NISCHE INNO-
VATIONEN VON
SMART HOME
& CO.

Auf *bunte*
Zeiten!

FARBENFROH DEN GRAUEN TAGEN TROTZEN -
WIR ZEIGEN DIE PASSENDEN LOOKS!



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Auch wenn das Jahr schon einige Tage alt ist, möchten wir Ihnen ein glückliches und vor allem gesundes neues Jahr wünschen. 2020 wird für uns sehr ereignisreich, so haben wir viele tolle Events geplant und wir werden im Spätherbst in diesem Jahr unser 50-jähriges Jubiläum feiern.

Bereits Anfang Januar haben wir mit dem ersten verkaufsoffenen Sonntag unsere Besucher mit der Boxweltmeisterin Susi Kentikian fit für das Jahr gemacht. Motto: „Sport und Gesundheit“. Susi Kentikian gab wertvolle Ernährungs- und Sporttipps. Der Februar steht ganz im Zeichen der Liebe. Am 14.2. ist Valentinstag. Auf unseren Social Media Kanälen haben wir ein Pärchen eingeladen, das im AEZ getrennt voneinander für seinen Partner ein Valentinstagsgeschenk shoppen wird. Das spannende an unserem Social Media Event ist, dass die

Community die Spielregeln aufstellen wird. Auf unserem Instagram-Kanal können Sie ab dem 9. Februar dieses besondere Shopping-Ereignis beobachten und mit etwas Glück einen Shopping-Gutschein gewinnen.

Ab Ende Februar können Sie sich auf unsere interaktive Ausstellung Smartech freuen: Ein Fahrrad-Helm, der selbständig beim Abbiegen blinkt. Gegenstände, die sich per Gesichtsmimik bewegen lassen. Virtuelle Tastaturen, die im freien Raum bedienbar sind. Vom 27.02. bis zum 07.03. wird die nahe Zukunft an der Eventfläche bei Douglas real erlebbar. Bei der Mitmach-Ausstellung Smartech können Sie technologische Innovationen, Roboter-Technologien und Virtual-Reality-Anwendungen testen. Mehr dazu siehe rechts. Freuen Sie sich nun auf unsere erste Ausgabe in diesem Jahr.

Herzliche Grüße

Ihre Center-Managerin Ludmila Brendel

Termine
&
Tipps

14.02.

Valentinstags-Aktion
auf den AEZ-Social-
Media-Kanälen mit
Gewinnchance

27.02.-07.03.

Im AEZ **technische Innovationen**
aus Smart Home, Smart Shop
und Smart Café ausprobieren
und sich inspirieren lassen.



Alle Termine und Infos unter
www.alstertal-einkaufszentrum.de



In der Mall des AEZ wird an neun Tagen erlebbar, wie unsere technisierte Zukunft aussehen könnte. Das Beste daran: Die Besucher können ganz viel selbst ausprobieren, oder sich z.B. von einem Roboter einen Kaffee geben lassen.



Erlebbar Zukunft im AEZ

**Ausstellung visionärer Computer- Technologien zum Anfassen.
Ein Fahrrad-Helm, der selbständig beim Abbiegen blinkt.
Gegenstände, die sich per Gesichts-Mimik bewegen lassen.
Virtuelle Tastaturen, die im freien Raum bedienbar sind.**

Vom **27. Februar bis 07. März** wird die nahe Zukunft im Alstertal-Einkaufszentrum real erlebbar. Bei der **Mitmach-Ausstellung ‚Smartech‘** können Hamburgerinnen und Hamburger technologische Innovationen, Roboter-Technologien und Virtual-Reality-Anwendungen testen. Auf der Ausstellungsfläche im Erdgeschoss in der Poppenbütteler Shopping Mall ist alles interaktiv. Besucherinnen und Besucher können während der Öffnungszeiten selbst Roboter steuern, mit ihnen sprechen und sie sogar streicheln. Ein künstlicher Hund wird vor allem Kinder faszinieren. Um sich von den gezeigten Zukunftstechnologien begeistern oder ins Staunen versetzen zu lassen, muss man keinesfalls besonders technikaffin sein. Sämtliche Exponate sind für den alltäglichen Gebrauch entwickelt worden. Ein smartes Café rundet das Future-Erlebnis schließlich ab. Statt eines echten Baristas bereitet ein Roboterarm die gewünschten Kaffee-Spezialitäten im AEZ zu. Zur Entspannung kann man hier auch gegen künstliche Intelligenz Schach spielen oder mit Virtual Reality Brille Zeitschriften lesen.



Poppenbüttel wird Ende Februar und Anfang März interaktiv: Besucher*innen können im AEZ Roboter steuern, mit ihnen sprechen und sie sogar streicheln. Highlight ist unter anderem ein künstlicher Hund!





Das Modelabel
COMMA präsenti-
ert in der kom-
menden Spring/
Summer-Kollek-
tion farbenfrohe
Looks.

Ciao, Grau!

Lassen Sie sich vom miesen, grauen Regenwetter nicht runterziehen. Wirken Sie mit **farbenfrohen Outfits** dagegen! Wir haben ein paar **freundliche Looks** zusammengestellt, mit denen niemand dem Winterblues verfallen muss!



- 1 Roter Mantel mit Taschen (COMMA, ca. 170€) 2 Mehrfarbig gestreifter Pullover mit langem Arm (Ernsting's Family, ca. 25€) 3 Schwarz-weißer Maxi-Rock (H&M, ca. 50€) 4 Jeggings mit Galonstreifen in Dunkelblau (Ernsting's Family, ca. 20€) 5 Loafers Tara aus Leder mit Muster (Kennel & Schmenger by myclassico.com, ca. 210€) 6 Farbenfrohes Halstuch (COMMA, ca. 20€) 7 Statement-Ohrstecker „Heart Flair“ (Bijou Brigitte, ca. 10€) 8 Uhr „Flower Time“ mit floralem Muster und Armband aus Meshgewebe (Bijou Brigitte, ca. 30€) 9 Ledertasche „Marlene Tablet“ (Maison Héroïne by myclassico.com, ca. 600€) 10 Rosa Kunststoffbrille (In Style by Apollo, ca. 70€)

Schön schaumig bitte!



Zu einem richtig leckeren Cappuccino oder Kakao gehört einfach die passende Krönung – der perfekte Milchschaum. Aber welche Milch eignet sich eigentlich am besten dafür?

Um diese Frage ein für alle Mal zu klären, haben wir uns ein paar Sorten vorgeknöpft, einen professionellen Milchschaumer besorgt und die unterschiedlichen Flüssigkeiten ordentlich durchschütteln lassen. Das Ergebnis dieser Studie möchten wir Ihnen natürlich nicht vorenthalten.

LAKTOSEFREI 1,5% FETT

Mit fettarmer, laktosefreier Milch erhielten wir einen recht lockeren, eher oberflächlichen Schaum von kürzerer Dauer.



MANDELMILCH

Der Schaum der Mandelmilch war an der Oberfläche recht steif, die Milch stockte aber nur schwach. Mandelmilch hebt sich von üblicher Milch geschmacklich sehr ab.

Restaurant Zur Kastanie

Spare Ribs satt!

Dazu servieren wir Bratkartoffeln und Krautsalat!
Jeden Donnerstag-Abend im Februar

6., 13., 20. und 27. Februar für € 19,90

„Schlachtfest“

Am 28. Februar 2020 um 19.00 Uhr

€ 24,90 p. P.

inkl. Aperitif, mit musikalischer Begleitung durch Sigi Zeidler

Mittwoch
ist unser
Ruhetag

Tel. 040 / 607 25 25 • Fax 040 / 607 09 81

Specksaalredder 14 • 22397 HH - Duvenstedt

www.restaurant-zur-kastanie.de • info@restaurant-zur-kastanie.de



Öffnungszeiten
Mo - Fr.
12-15, 17-23 Uhr
Sa, So
und Feiertags
12-23 Uhr

Khan mongolei
asia-restaurant

Mongolisches Buffet-Restaurant

Hummelsbütteler Markt 2 • 22339 HH

Telefon 040 - 63 67 90 73

www.khan-mongolei.de

L'AURORA



Valentinstag Candle Light Dinner

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

Il Vinaio

In einem ehemaligen alten Stall hinter dem Restaurant L' Aurora, der zuletzt als Lager genutzt wurde, ist mit Hilfe des Architekten Jan Klinker im Dezember 2017 das „Il VINAIO“ entstanden. Holz, der originale Putz, Stahl und freigelegte Rotklinker-Mauern sorgen mit gedeckten Farben für einen besonderen, mediterranen Stil, der einen nach Italien entführt. Die Karte tut ihr übriges für ein bisschen „Urlaubsfeeling“: Neben Weinen aus allen Regionen Italiens, Spanien und Deutschland servieren wir Ihnen italienische Köstlichkeiten.

Hummelsbüttler Hauptstr. 47, Tel. 040 - 53 05 46 89

L' Aurora

Bereits im Jahr 2001 eröffnet, begeistert das Team um Patricio Montoya seine Kunden mit originalen italienischen Gaumenfreuden. Auserlesene Weine und italienische Köstlichkeiten, werden auch Sie als Feinschmecker entzücken.



Hummelsbüttler Hauptstr. 47, Tel. 040 - 53 05 46 89

Trattoria L' Aurora



2016 eröffnete Montoya dieses Restaurant in Wellingsbüttel und legt vor allem Wert auf eine frische Küche und die Weinkarte. Die ist mit feinsten und aromatischen Weinen bestückt.

Saseler Chaussee 5,
Tel. 040 - 49 20 08 59

ALSTERTALPLUS.de

DAILY | LOCAL | PEOPLE | LIFESTYLE



3,5% FETT VOLLMILCH

Diese fettigere, haltbare Vollmilch erzeugte im Milchschaumer zwar auch einen löffelbaren Schaum, sank in der Mitte des Glases allerdings ein.

1,5% FETT FRISCH & FETTARM

Mit der fettarmen Frischmilch erhielten wir in unserem Test einen sehr schwachen, nicht fluffigen Milchschaum.



HAFERMILCH

Das Schaum-Ergebnis der Hafermilch fiel eher schwach aus. Die Milch blieb größtenteils flüssig, ohne große, schaumige Oberfläche.

Unsere Testsieger:



SOJA VANILLE & 3,8% FETT VOLLMILCH

Mit dem Bio + Vegan Sojadrink Vanille von Edeka und der frischen Milch von Bärenmarke erzielten wir die besten, cremigsten und festesten Schaumhauben unseres Tests!



Den Schrei nach Skrei-beantworten wir!

Große, leckere Mittagstisch-Auswahl
ab 8,90 €



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

Poppenbütteler Chaussee 3
22397 Hamburg
☎ 040-60 55 88 87
www.restaurant-lenz.de



Redakteurin Kimberley Schulz experimentierte für uns mit Ingwer.

Hier ißt Hamburg in Österreich!




WATZMANN WIRTSHAUS
Saseler Chaussee 166 * 22393 Hamburg
Telefon: 040 - 600 35 89
www.wirtshaus-watzmann.de

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



Osteria L'Aurora

Sowohl die Gäste des Aspria, als auch Stammkunden wissen seit der Eröffnung 2015 die besondere Qualität der Gerichte zu schätzen. Passend zu der Umgebung zwischen Sportlern ist die Frische der Küche nur eine logische Konsequenz. Aber nicht nur das, auch echte Feinschmecker und Weinliebhaber kommen in dem modernen und gemütlichen Ambiente auf ihre Kosten – für einen italienischen Gastronom selbstverständlich.



Rehagen 20, Tel. 040 - 52 01 90 50

Wunderwaffe Ingwer

„Ingwer“ ist eigentlich nur eine Knolle der sogenannten Ingwerpflanze. Sie enthält allerdings **zahlreiche Inhaltsstoffe** und zeichnet sich durch Schärfe und Aroma aus. Ob als Pulver, Öl, frisch oder getrocknet angewendet, gibt es **viele Möglichkeiten**, diese fantastische Wurzel zum eigenen Vorteil anzuwenden!

INGWERSHOT

Die unscheinbare Wurzel enthält z.B. Vitamin C und Kalium. Sobald Ingwer erhitzt wird, verliert er wichtige Mineralstoffe und die enthaltenen Vitamine werden reduziert. Von daher ist der trendige Shot wirksamer, als ein Tee, da die Wurzel in Rohform verarbeitet

INGWER: GEWÜRZ ODER PULVER?

In Pulverform ist Ingwer wesentlich länger haltbar, als frisch. Allerdings enthält er durch den Trocknungsprozess auch weniger wertvolle Ingwerstoffe und verliert somit an Qualität.

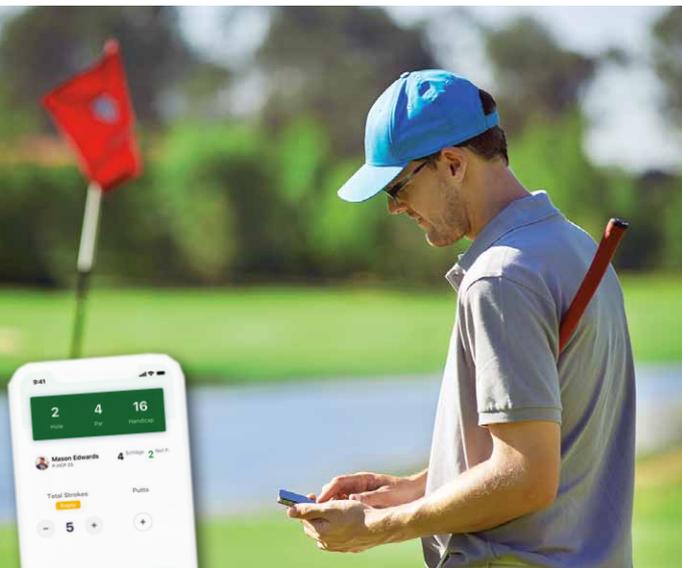
INGWERTEE & INGWERWASSER

Je nach Zubereitung können Ingwerwasser und -tee mild oder scharf schmecken und ist angenehm aktivierend für den Stoffwechsel. Zusätzlich hat die Knolle eine entkrampfende und heilende Wirkung und kann somit auch bei Magenbeschwerden helfen.



Neu: Digitaler Service des DGV

Foto: Warren Goldswain



Mit der Qualifizierten elektronischen Scorekarte können Ergebnisse nach einem Turnier sofort an das Clubsekretariat übermittelt und ausgewertet werden.

Der Deutsche Golf Verband hat Ende des vergangenen Jahres seine nächsten Digitalisierungsschritte verkündet. So gibt es beispielsweise in diesem Jahr erstmals die Möglichkeit, den aktuellen DGV-Ausweis 2020 zusätzlich zur bisherigen Karte auch in digitaler Form zu erhalten. Jeder Golfspieler kann sich mithilfe seiner 2020er-Ausweisdaten auf der hierfür neu eingerichteten Website golf-dgv.de registrieren, einloggen und seine digitalen Services abrufen. Eine Single-Sign-On-Lösung (nur einmal für verschiedene Anwendungen anmelden) ermöglicht die Nutzung verschiedener golfspezifischer mobiler App-Lösungen, zunächst beispielsweise der Qualifizierten elektronischen Scorekarte (QeSC), einer vom DGV zertifizierten, offiziellen, digitalen Scorekarte. Neu ist auch die einfache und tagesaktuelle Anzeige des Handicaps auf dem Smartphone. Möglich werden Teile des Konzepts durch die seit Anfang des Jahres gültigen Golfregeln. Sie erlauben etwa, dass die Spielleitung für ein Turnier (oder eine EDS-Runde) anstelle der herkömmlichen Scorekarte aus Papier eine QeSC zur Verfügung stellen darf. Die Regelkonformität garantiert dabei nur der Einsatz von vom DGV zertifizierten Scoring-Apps.

Der digitale DGV-Ausweis ermöglicht eine weitere Erleichterung für Spieler und Clubs: Die Anzeige des tagesaktuellen Handicaps auf dem digitalen DGV-Ausweis ist ein offizieller Handicap-Nachweis, der Nachfragen in den Clubsekretariaten reduziert.

**Ticket-
Verlosung**



Gibt's demnächst in Hamburg: **Tipps, Tricks und Trends** zum Thema Golf.

GOLF-FANS AUFGEPASST

Eines der beliebtesten Messe-Events steht vor der Tür: die **Hanse Golf**. Vom 14. – 16. Februar können sich golfbegeisterte Besucher zum 18. Mal rund um ihre Sportart informieren und sie auch aktiv erleben. Über 200 Aussteller präsentieren auf rund 8.500 qm in der Halle A4 auf dem Gelände der Hamburg Messe ein breites Sortiment an Schlägern, Mode und Zubehör sowie Golfreisen. Eines der Highlights ist wieder die breite Indoor Driving Range, in der namhafte Hersteller die Besucher zu Testschwüngen mit neuestem Material einladen. Ebenfalls sehr beliebt, die große Golf Arena, in der Golfexperten ihr Wissen anschaulich weitergeben. Diverse Mitmachaktionen runden das Angebot ab.

Öffnungszeiten: täglich 10 bis 18 Uhr. Eintritt (am Eingang Mitte): 15 / erm. (z.B. Ticket mit Gutschein durch Vorregistrierung) 11 €. Kinder bis 12 J. frei. Mehr Infos: www.hansegolf.com.

Mit uns können Sie mit etwas Glück

for free zur Golfmesse:

Wir verlosen **5x2 Tickets**. Wer 2 gewinnen möchte, der sendet bis zum 9.2. eine E-Mail mit dem Stichwort „Golf“ an k.wehl@alster-net.de

Hanse Golf

Die Golfmesse im Norden



INFORMIEREN, SPIELEN & SHOPPEN

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

HANSEGOLF.COM

HG Alstertal Magazin

¹⁾Gutschein gilt nur für 1 Person

4 EURO ERMÄSSIGUNG

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

HANSE GOLF // 14. – 16. FEBRUAR 2020
HAMBURG MESSE HALLE A4, EINGANG MITTE
TÄGLICH 10 – 18 UHR

Oh, sexy Back

Hochzeitskleider werden nie aus der **Mode** kommen. In 2020 setzt die **Braut** auf einen bezaubernden **Rücken**, ob komplett rückenfrei oder mit **traumhaftem Rückenausschnitt**. Lassen Sie sich bei uns inspirieren...



Eine spektakuläre Rückenansicht verzaubert nicht nur den Bräutigam, sondern auch jeden Hochzeitsgast, denn die Braut ist nicht nur von vorn, sondern auch von hinten traumhaft zu bewundern. Schreitet sie zum Altar, werden ihr alle nachsehen und nicht mehr wegschauen können. Doch auch hier gibt es viele unterschiedliche Varianten. Ob im Vintage Stil, mit Spitze, ein runder Ausschnitt oder so genannte „Keyholes“, es gibt einige Möglichkeiten, den Rücken perfekt in Szene zu setzen. Eine weitere, sehr moderne Alternative sind überkreuzte Träger, die 2020 viel Zuspruch finden. Klassisch schön ist weiterhin der tiefe Rückenausschnitt in V-Form, rund oder rechteckig. Der „Tattoo-Effekt“ bietet ebenfalls eine wunderschöne Rückenansicht, ohne dabei wirklich rückenfrei zu sein. Transparenter Stoff mit Spitzen-Verzierungen oder Mustern zieht alle Blicke auf sich und liegt dabei absolut im Trend. *ks*

2020 steht ein zauberhafter Braut-Rücken ganz besonders im Vordergrund.

Mit einem oder mehreren „Keyholes“ wird ein spektakulärer Rückenausschnitt geschaffen.





Transparenter Stoff mit Spitzenverzierungen. Ob am Rücken oder an den Armen, der Tattoo-Effekt ist edel.

Foto: Trés Chic by Weddix

Ihr Fachgeschäft für
Uhren • Schmuck • Bestecke

Peter Rosenberger

Uhrmachermeister

Poppenbüttler Hauptstr. 14
Tel. 602 22 36



ANZEIGEN-SPEZIAL

EIN TRAUM IN WEISS!



Perfekt in Weiß zum Altar – dank hauchdünner Veneers auf den Zähnen

© Wavebreak

Die Hochzeit zählt zu den schönsten Momenten im Leben eines Menschen. Alles soll perfekt sein. Ein strahlender Auftritt in Weiß. Und nicht nur das Brautkleid – was gibt es für ein schöneres Accessoire als weiße Zähne? Ohne Zahnverfärbungen, kleine Zahnlücken, leichte Zahnfehlstellungen und unregelmäßige Schneidekanten. „Veneers, hauchdünne, lichtdurchlässige und biologisch sehr verträgliche Keramikschalen schaffen Abhilfe. Sie werden mit einem Spezialkleber auf die Zahnoberfläche aufgebracht und verbessern schonend die Optik des Gebisses“, erklärt

Dr. Sabine Kuhn von der **Praxis für Zahnheilkunde & Prophylaxe** in Poppenbüttel. Dabei können neben konventionellen Veneers mit einer Stärke von 1 mm auch dünnere, sogenannte Non-Prep-Veneers (0,3 bis 0,6 mm) zum Einsatz kommen. Ein Bund fürs Leben! Mehr Infos: **Tel. 040 606 99 51** und **www.alsterdent.de**

Für Ihr schönstes
Lächeln

Praxis Dr. Sabine Kuhn
ALSTERDENT

Heegborg 10 · 22391 Hamburg
 040 606 99 51 · www.alsterdent.de

COURTYARD
BY MARRIOTT
 Hamburg Airport

HOCHZEITS-PAUSCHALE

Sektempfang
 Erlesenes kalt-warmes Buffet
 Korrespondierende Getränke (Weiß- & Rotwein, Mineralwasser, Kaffee, Tee)
 Menükarten
 Übernachtung des Brautpaares in einer Junior Suite inkl. Frühstück
 15 Tage Parken anlässlich der Hochzeitsreise

ab **€ 69,00** pro Person
 ab 25 Personen / für 7 Std.

Frau Becker und ihr Banktetteam beraten Sie herzlich gerne!

Courtyard Hamburg Airport
 Flughafenstr. 47-22415 Hamburg
 T 040 53102 388
CourtyardHamburgAirport.de



Glasklarere *DURCHBLICK*

Mittlerweile tragen nicht nur noch Personen mit Sehschwäche eine Brille, sondern die Sehhilfe gilt auch mit **Fensterglas als stylisches Accessoire**. Auch in diesem Jahr liegen einige Modelle natürlich ganz besonders im Trend!

Absoluter Hit: Transparente Kunststoff-Brillen

Während in den letzten Jahren die schwarzen Nerd-Brillen richtig angesagt waren, verlieren diese Gestelle jetzt wieder an Farbe. Kunststofffassungen in transparenten Tönen sind der letzte Schrei. Abgesehen davon, dass sie zu jedem Outfit problemlos kombinierbar sind, geben sie auch dem Gesicht einen viel weicheren Rahmen, als es die schwarzen oder braunen Hornbrillen bisher taten. Besonders dunklere Hauttypen können diese Modelle sehr gut tragen, da die pastelligen, transparenten Brillengestelle die Hautfarbe durchschimmern lassen und sich zart abheben.



Foto: In Style by Apollo



Nicht wegzudenken: Aviator-Brillen

Der Trend des Retro-Looks war bereits in den vergangenen Jahren wieder deutlich zu erkennen. Während früher auffällige Aviator-Brillen eher von Männern getragen wurden, sind sie 2020 auch in der weiblichen Brillenmode vertreten. Sie verleihen rockigen Looks in Kombination mit Nieten, Tattoos und Leder das gewisse Etwas und sind alles andere als Omi-verdächtig.

Trend No. 3: Extra schmaler Metallrahmen

Ganz weit vorn sind in diesem Jahr Brillen mit besonders dünnem Metallrahmen im angesagten Gold. Fein, mit klaren Linien und modern. Diese zarten Gestelle sind besonders für schmale Gesichter geeignet. Eine minimalistische Brille dieser Art lässt sich auch ideal zu jedem Outfit tragen und lenkt nicht vom eigentlichen Look ab.



Foto: FUZION by Apollo

Foto: Michalsky for Mister Spex

Foto: Mister Spex

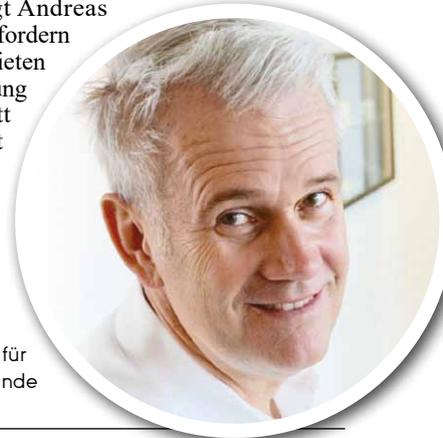
Die Augen sind unser wichtigstes Sinnesorgan

Der Wunsch, von der Jugend bis ins hohe Alter mit den eigenen Augen scharf sehen zu können, kann Ihnen erfüllt werden. Fehlsichtigkeiten wie Hornhautverkrümmung, Kurz-, Weit- und Alterssichtigkeit oder Grauer Star können heutzutage mittels eines minimalen Eingriffs korrigiert werden. Die Alterssichtigkeit betrifft in der Regel alle Menschen ab 45. Der Graue Star beginnt in der Regel schleichend ab dem 60. Lebensjahr. Im täglichen Leben erscheint Ihnen die nachlassende Fähigkeit, sich auf unterschiedliche Entfernungen zu fokussieren, zunehmend lästig. Kurzsichtige, die schon immer eine Brille getragen haben, stellen fest, dass sie immer öfter unter der Brille hindurchschauen müssen, um lesen zu können. Andere, die immer „Adleraugen“ hatten, brauchen plötzlich mehr Licht und haben das Gefühl, dass die Arme zu kurz werden und die Blendempfindlichkeit steigt. Die Betroffenen entscheiden sich dann für Fern-, Lese-, Computer- und Gleitsichtbrillen.

„Wir sind in der Lage, mittels Laserverfahren oder durch Implantation einer sog. Intraokularlinse bei geeigneten Patienten nahezu jeden Wunsch zu erfüllen“, erklärt Andreas Otto vom **AOZ-Hamburg** im Heegbarg 2. „Sollte ein Grauer Star vorhanden sein, so kann man sogar 2 Fliegen mit einer Klappe schlagen.“

Das AOZ-Hamburg ist nach DIN9001 zertifiziert und mit dem Gütesiegel „Augenchirurgie des Berufsverbandes BDOC“ ausgezeichnet. So können Sie sich sicher sein, dass Sie bestens aufgehoben sind. Schließlich ist Vertrauen der Grundstein für eine Arzt/Patient Beziehung.

„Gesundheit ist unser höchstes Gut – wir gehen vertrauensvoll damit um!“, sagt Andreas Otto. „Die modernen Verfahren erfordern eine ausführliche Beratung. Wir bieten Ihnen die Beratung, Voruntersuchung und Behandlung – alles komplett – an einem Standort. Vielleicht haben auch Sie bald die Chance ohne Brille leben zu können?“
Beratungstermine online und alle Infos finden Sie auf www.aoz-hamburg.de



Andreas Otto, Facharzt für Augenheilkunde



AOZ
AUGENÄRZTE

Augen
Operationszentrum
Hamburg



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

☎ 040/53 04 88 77
www.aoz-hamburg.de

Mit Leichtigkeit und Freude zum Wunschgewicht!

Was hilft wirklich beim Abnehmen? Diese Frage beschäftigt jeden Tag Millionen von Menschen, dabei haben zahllose Diäten und gnadenlose Fitnesskuren nicht selten einen Jo-Jo-Effekt zur Folge. Mithilfe meiner individuellen Ernährungsberatung, guter Diagnostik und Naturheilkunde können Sie eine neue Symphonie zwischen Körper, Geist und Seele entwickeln. Gemeinsam analysieren wir ihre Ernährungsgewohnheiten, erörtern Ihre persönlichen Bedürfnisse und entwickeln einen rhythmischen Ernährungsplan, der exakt auf Sie abgestimmt ist. Sparen Sie an Zeit und Nerven auf dem Weg zu Ihrem Wunschgewicht.



Heilpraktikerin und
Ernährungsberaterin
Angela Blume



Mehr über Angela Blume



GANTH - Ganzheitliche Therapie
Farmsener Landstraße 196
22359 Hamburg
0172 425 43 16
praxis@blume.ag
www.ganth-hamburg.de

10 JAHRE

„Gemeinsam für das Leben“

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



STRAHLENZENTRUM HAMBURG MVZ
cyberknife center hamburg

Langenhorner Chaussee 369 • 22419 Hamburg

Tel.: 040 - 244 245 80 • Fax: 040 - 244 245 869 • mail@szhh.de

www.strahlencentrum-hamburg.de



Wenn die BEZIEHUN krank macht

Ungesunde Beziehungen, die einen förmlich krank werden lassen, gibt es sowohl in **Partnerschaften**, als auch **Freundschaften** und können jede **Lebensfreude** nehmen. Toxische Menschen projizieren all ihre eigene **Unzufriedenheit** auf ihren Partner, verdrehen Tatsachen und rauben **Vitalität** und **Energie**. Doch wie erkenne ich, dass ich mich in einer „**Toxischen Beziehung**“ befinde?

Emotionale Misshandlungen können in jeder menschlichen Beziehung vorkommen und sind manchmal nicht auf den ersten Blick zu erkennen. Eine „**Toxische Beziehung**“ ist Gift für den meist empathischen, emotionalen und loyalen Partner, denn von heute auf morgen verändert sich die zu Beginn traumhafte Beziehung zum Albtraum. Nörgeln, Maßregelungen, Unverständnis, Missbilligungen und Ausnutzen sind nur einige Merkmale, an denen Sie ein solch giftiges Verhältnis erkennen können.

Der gesunde Part wird wahrscheinlich nicht verstehen, was plötzlich vor sich geht und hat mit hoher Wahrscheinlichkeit auch nichts Bedenkliches falsch gemacht. Eine solche Beziehung ist tückisch, denn die Person, die einem anfangs als Seelenverwandter vorkam, projiziert den eigenen Schmerz und die eigene Unzufriedenheit auf das bemühte Gegenüber. Er macht es nieder und raubt somit jegliche Energie, bis der andere die eigenen Stärken selbst nicht mehr anerkennt. Diese toxischen Menschen, die einem erst Nähe und Vertrautheit entgegenbringen, strahlen Negativität aus. Sie interessieren sich in erster Linie nur für ihr eigenes Wohlergehen und geben nur äußerst ungern zu, im Unrecht zu sein, geschweige denn, dass sie gar Recht haben.



G



Toxische Partner verwenden die Schwächen des anderen gegen sie und treiben Unsicherheiten in die Höhe.

Denn Sie haben ja eh keine Ahnung und selbst wenn Sie richtig liegen, dann war es einfach nur Glück und nicht Können oder Wissen.

Eine Entschuldigung wird auch nur sehr selten über ihre Lippen kommen, denn ein Schuldeingeständnis kommt für gewöhnlich eher nicht infrage. Egoismus, gar Narzissmus, Desinteresse und Neid sind weitere Punkte, die mit einer toxischen Beziehung Hand in Hand gehen. Dieses unguete Gefühl wird zum stetigen Begleiter, denn der empathische Partner bemüht sich vergebens, auch wenn er niemals genug sein wird. Doch auch dieser Weg ist gefährlich, denn zwischen- durch gibt es Lichtblicke, die den gesunden Beteiligten Hoffnung schöpfen und erneut an der

eigenen, im Grunde korrekten Verhaltensweise zweifeln lassen. So höllentartig die grausamen Momente auch sind, umso schöner erscheinen die glücklichen Augenblicke, die meist mit intensiver Nähe und einem starken „Wir“-Gefühl verbunden sind, dann aber beim nächsten falschen Wort alle Himmel einfallen lassen. Seien Sie sich bewusst, dass Sie an dieser Situation nicht schuld sind. Ein toxischer Partner ist kein Resultat des eigenen Fehlverhaltens und lässt sich auch durch noch so liebevolles Bemühen nicht langfristig bekehren.

Er wird versuchen, Sie zu verändern, einzuschränken und Sie dazu zu bringen, seine Sichtweisen anzunehmen, doch letztendlich wird auch das dann falsch sein und ihm nicht gefallen oder anöden. Toxische Menschen hassen sich selbst, doch anstatt sich mit dem eigenen Wesen auseinanderzusetzen, übertragen sie diese negativen Gefühle und ziehen sich die positive Energie des anderen. Es wird sehr schwer fallen, einzusehen, dass die Person, die Sie eigentlich lieben sollte, solch grausame Charaktereigenschaften hat, doch um wieder glücklich zu sein, müssen Sie diese Tatsache akzeptieren und sich von diesem Gift, das einst Liebe zu sein schien, lösen.

Sowohl Männer, als auch Frauen können den kräfte raubenden Part in einer toxischen Beziehung einnehmen und im Austausch gegen Energie und Lebensfreude den eigenen Frust beim Partner hinterlassen.



© Muerchbach

Bietet Hilfe bei destruktiven Partnerschaften: Coach Brigitte Burow.

TOXISCHE BEZIEHUNGEN - ES GIBT HILFE

Partnerschaften, in denen ein Partner emotionale Gewalt ausübt, den anderen manipuliert und dessen Selbstvertrauen systematisch zerstört, bezeichnet man als „toxische Beziehungen“. „Kennzeichnend für den toxischen Partner ist u.a., dass er sein Opfer durch ständigen und abrupten Wechsel von Idealisierung und Abwertung in einen Zustand großer emotionaler Not versetzt und erheblichen psychischen Druck ausübt“, erklärt die Hamburger Coaching-Expertin Brigitte Burow.

„Beim passiven Partner liegen meist tief sitzende seelische Verletzungen aus der Kindheit vor, die ihn daran hindern, sich angemessen zu wehren und abzugrenzen. Diese verborgenen Wunden gilt es aufzudecken und ihre Heilung anzustoßen.“

Durch ihre langjährige Erfahrung im Umgang mit dem Thema „toxische Beziehungen“ hat sich Brigitte Burow auf diesen Bereich spezialisiert. „Ich biete Betroffenen Hilfe und Unterstützung durch Einzelcoachings an. Gemeinsam analysieren wir die Mechanismen der zerstörerischen Beziehung und erarbeiten Lösungswege. Dieser Prozess birgt die Chance, eigene verborgene Verletzungen aufzuspüren und zu heilen.“

So kann ausreichend Kraft gewonnen werden, um die Belastungen einer solchen Beziehung zu überwinden.“ Mehr Informationen zu diesem und anderen Themen gibt es unter **Tel.: 0176-43 46 23 68** und auf **www.burowcoaching.de**



Traurige Ernährung

Diese Lebensmittel machen unglücklich

Einige Lebensmittel machen fit, andere eher krank. Manche glücklich und weitere sogar traurig. Aber woran liegt das?

Eine schwedische Studie hat ergeben, dass gewisse Speisen unser Gemüt senken. So soll beispielsweise Weißbrot nicht nur für vollere Hüften, sondern durch das schnelle Steigen und dann wieder Abfallen des Blutzuckerspiegels auch für unglücklich sein die Verantwortung übernehmen. Folgen davon können also auch Depressionen und Panikattacken sein. Auch Freunde von Fruchtsäften werden enttäuscht

und jetzt schon traurig sein. Diese Säfte enthalten nämlich in der Regel viel Zucker und kaum Ballaststoffe, die für gewöhnlich den Blutzuckerspiegel kontrollieren und nicht zu schnell steigen lassen. So pusht der Zucker erst, die Werte sinken aber ebenso schnell. Anschließend verspüren Konsumenten aber eher Hunger und Groll.

Gute Laune hervorrufen sollen übrigens eher Lebensmittel wie Bananen oder Nüsse, da sie den Körper mit Vitaminen und Nährstoffen versorgen, die an der Bildung von Glückshormonen beteiligt sind.

ANZEIGEN-SPEZIAL

GEBEN SIE KEINEN ZAHN VERLOREN!



Ghazaleh Zargaran M.Sc., rät die „mikroskopische Endodontie“ und gibt keinen Zahn verloren.

Zahnerhaltung (auch bereits stark geschädigter Zähne) steht bei vielen Patienten im Vordergrund - doch nicht bei allen Ärzten. Dabei ist der Vorteil offensichtlich: Verzicht auf eine Extraktion mit anschließender Zahn-lücke oder nötiger Brückenkrone oder ggf. eines Implantates. Unsere Fachzahnärztin für Endodontologie (Wurzelkanalbehandlung), Ghazaleh Zargaran



M.Sc., rät die „mikroskopische Endodontie“, was heißt, eine wirklich fachgerechte Wurzelkanalbehandlung.

In diesem Prozess werden auch bereits problematische Wurzelfüllungen erneuert und medizinisch perfekt ersetzt, wir nennen das Wurzelkanalrevision. Dank unserer modernsten Behandlungsverfahren und neuester Technik, wie z.B. dem Operationsmikroskop, konnten wir schon viele verloren geglaubte Zähne retten.

Denn trotz moderner Implantate ist kein künstlicher Zahn so gut **wie der natürliche**. Diese medizinische Expertise haben nur wenige Zahnärzte in einem aufwendigen Zusatzstudium erreicht. Wir retten Zähne, die von so manchem Kollegen bereits aufgeben wurden.

Für weitere Infos jetzt ganz unverbindlich Termin vereinbaren: 040-23 09 83.

DENTAVERSUM HAMBURG

Zahnärzte der Zukunft.

BALLINDAMM 3
20095 HAMBURG

T 040 23 09 83

WWW.DENTAVERSUM.DE

KOSTENFREIE PARKPLÄTZE IN DER KUNSTHALLE VORHANDEN

Kostenfreie Patienten-VORTRÄGE

Mi., 26.2., 18 Uhr:

Dr. Zuch:
„3-D-Röntgen“ und „Bessere Mundheilung durch Eigenblut bei Knochenaufbau.“

Vortrags-Vorankündigung:

Mi., 25.3., 18 Uhr

Mi., 29.4., 18 Uhr

Mi., 27.5., 18 Uhr

Mi., 7.6., 18 Uhr

Bitte sofort anmelden, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

DENTAVERSUM ACADEMY

DENTAVERSUM HAMBURG



2019 waren in Hamburg 36 Senioren mehr an Verkehrsunfällen beteiligt als noch im Vorjahr.

Mehr Seniorenunfälle in Hamburg

Denkt man in Hamburg an die Verkehrsunfälle des vergangenen Jahres zurück, ist der kuriose Zwischenfall, der sich Ende April im Alstertal-Einkaufszentrum ereignete und wie durch ein Wunder keine Verletzten forderte, wohl immer noch am präsentesten. Ebenfalls für Kopfschütteln sorgten der Unfall am Poppenbütteler Weg sowie jener in der Othmarscher Waitzstraße – beide geschahen Ende Mai. Was alle drei Verkehrsunfälle gemeinsam haben: Verursacht wurden sie durch ältere Menschen, die ganz offensichtlich nicht mehr Herr der Lage waren und so eine Generaldebatte über die Fahrtüchtigkeit von Seniorinnen und Senioren lostraten. Die Hamburger Polizei setzte daraufhin ein Zeichen, indem sie insgesamt 20 Infoveranstaltungen

zum Thema in verschiedenen Seniorentreffs abhielt und sich so einen positiven Effekt für die allgemeine Verkehrssituation versprach. Aktuelle Zahlen zeigen nun jedoch, dass das Engagement noch nicht hundertprozentig zu zünden scheint, auch wenn die Polizei eine erste positive Bilanz zieht. Denn bis Ende September 2019 waren insgesamt 9248 Senioren im Hamburger Stadtgebiet in einen Verkehrsunfall verwickelt – und damit 36 Menschen mehr als noch im Vorjahr. Diese Zahl ist wiederum mit Vorsicht zu genießen, da zur Gruppe der Beteiligten sowohl Verursacher als auch Opfer zählen. Gut möglich also, dass am Ende auch Glück und Pech eine gewisse Rolle bei der Entwicklung der Zahlen gespielt haben.



Aus unserer Feder kommen viele prägende Ideen. Für Weitere suchen wir noch Grundstücke.

Gemeinsam mit Ihnen planen und bauen wir nach Ihren Vorstellungen und Wünschen ein Architektenhaus, das bis ins kleinste Detail zu Ihnen und Ihrem Leben passt. Ein Haus, so individuell wie Sie.

www.mollwitz.de 040 645 395 0

M
Mollwitz

FORUM ALSTERTAL

Wir bieten Ihnen Service-Wohnen, Tagungen & Events direkt neben dem AEZ



Service-Wohnen im schönen Alstertal



Das FORUM ALSTERTAL bietet Ihnen 88 exklusive 2 - 3 Zimmer Service-Wohnungen von 43 bis 105 m² für ein selbstbestimmtes Leben in einem hochwertigen und modernen Ambiente.

- Familiäres Serviceteam
- Hausmeisterservice
- 24h Hausnotrufsystem
- Umfangreiches Kultur- und Kursprogramm
- Sozialpädagogische Beratung & Betreuung

Wir bieten Ihnen eine unvergleichliche Lage zwischen Alsterlauf und Alstertaler Einkaufszentrum mit erstklassiger Infrastruktur für alle Ihre Aktivitäten und eine individuelle Freizeitgestaltung.

Wir freuen uns auf Sie!

www.Forum-Alstertal.de

Kfz: Kfz-Führerschein, Gas: Bj. 1999 Kfz: Bj. 42,2 kWh, Gas: Bj. 2014

Kritenberg 18 · 22391 Hamburg

040 - 60 68 68



Alterskrankheit

Lange Zeit galt der Heuschnupfen als eine Krankheit der Jugend, die sich mit den Jahren auswächst. Aktuelle Zahlen zeigen jedoch, **dass immer öfter ältere Menschen mit einer Pollenallergie zu kämpfen haben.**

Eine Mitschuld trägt dabei offenbar auch der Klimawandel.

Der vielerorts meist frostfreie Winter gönnt Allergikern keine Verschnaufpause: Die ersten Hasel- und Erlenpollen fliegen bereits. Auffällig: Dank des Klimawandels beginnt die Pollensaison immer früher, die Pollen werden immer aggressiver, und die Zahl der Heuschnupfengeplagten steigt an – laut Daten der KKH vor allem bei Senioren. So verzeichnet die Kaufmännische Krankenkasse von 2008 auf 2018 in der Altersgruppe der 65- bis 79-Jährigen ein Plus von rund 43 Prozent. Bei der Generation 80 plus hat sich die Zahl der Pollenallergiker demnach sogar mehr als verdoppelt.

Laut der Analyse ist mittlerweile rund jeder 20. Erwachsene ab 45 Jahre von Heuschnupfen speziell durch Pollen betroffen. Manche quälen sich seit ihrer frühen Kindheit damit. Bei vielen werden die Beschwerden mit den Jahren jedoch geringer oder verschwinden fast ganz. Häufig verstärken sich die Symptome im mittleren Erwachsenenalter wieder, was einerseits den Anstieg ab 45 Jahre erklärt. Andererseits werden Pollenallergien vermehrt erstmals im Erwachsenenalter diagnostiziert.

Einer der Gründe dafür ist die Luftverschmutzung, denn Forscher beobachten die Entstehung von Allergien bei Erwachsenen verstärkt in Großstädten wie Hamburg. Das Klimagas Kohlenstoffdioxid (CO₂) beschleunigt das Pflanzenwachstum und somit auch die Pollenproduktion. Außerdem lagern sich Umweltschadstoffe wie Ozon an den Pollen an und machen sie zunehmend aggressiver. Sie lösen dann auch bei älteren Menschen allergische Reaktionen aus, die früher nie mit Heuschnupfen zu kämpfen hatten – vor allem,

Ihr Pflegeheim in den Walddörfern



Senioren & Pflegeheim
Margarethenhof

Wohldorfer Damm 156
22395 Hamburg - Bergstedt

Tel.: 040 - 604 87 42
Fax: 040 - 604 02 40

Mail: info@margarethenhof-hamburg.de



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

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



www.margarethenhof-hamburg.de

Professionelle Friseure für pflegebedürftige Menschen

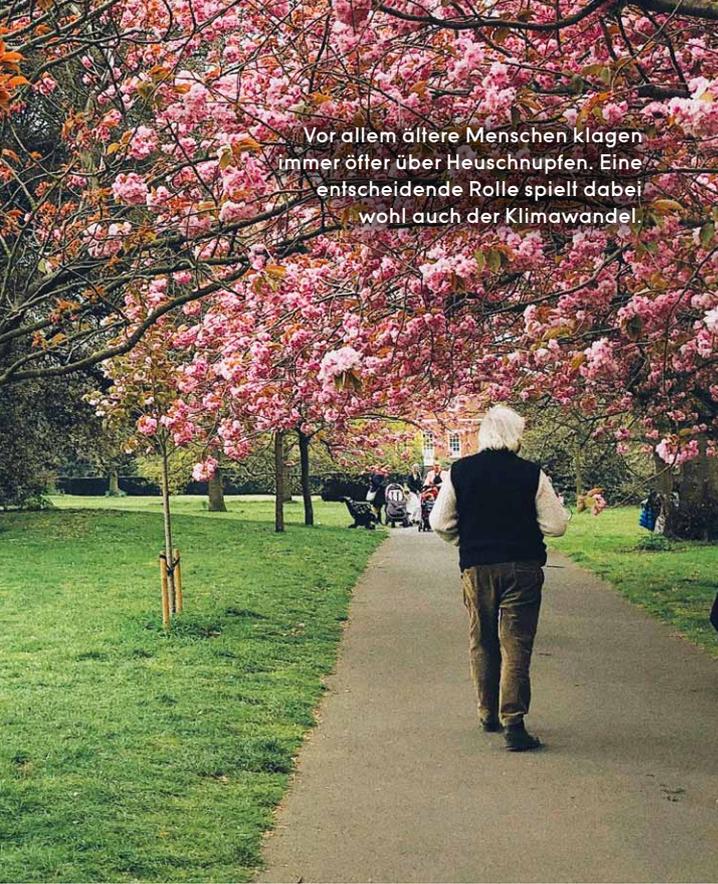


Mitarbeiter/in in Teilzeit

möglichst mit Führerschein gesucht!

Mittwoch bis Samstag oder Montag bis Donnerstag, 9 - 15 Uhr oder 13 - 18 Uhr.

Rufen Sie an! Tel.:
60 68 44 40



Vor allem ältere Menschen klagen immer öfter über Heuschnupfen. Eine entscheidende Rolle spielt dabei wohl auch der Klimawandel.

Pollenallergie?

wenn das Immunsystem ohnehin schon geschwächt ist, etwa durch andere Krankheiten oder weitere schädliche Umwelteinflüsse.

Allergischer Schnupfen durch Pollen galt bis vor einiger Zeit als Krankheit der Jugend, die sich mit den Jahren auswächst. Doch inzwischen leiden immer mehr Menschen erst im Erwachsenenalter darunter. Dazu hat die KKH Kaufmännische Krankenkasse bundesweit Daten zur Häufigkeit von sogenannter Rhinopathie durch Pollen ausgewertet. Das Ergebnis: Von 2008 auf 2018 stieg der Anteil der Patienten mit dieser Diagnose bei den 45- bis 64-Jährigen von 4,7 auf 5,9 Prozent, bei den 65- bis 79-Jährigen von 3,3 auf 4,8 Prozent und bei den ab 80-Jährigen von 1,5 auf 3,3 Prozent.

Bei den Versicherten bis 44 Jahre ging der Anteil der Pollenallergiker hingegen von 5,7 auf 5,4 Prozent leicht zurück. Die Analyse zeigt also, dass die Diagnosen ab einem Alter von 45 Jahren deutlich zunehmen. Ausgewertet wurde außerdem der Anteil der Pollenallergiker in den einzelnen Bundesländern (altersübergreifend).

Hier zeigt sich, dass in Bundesländern mit städtischen Ballungsräumen wie Nordrhein-Westfalen (Anteil von 5,7 Prozent) und Hessen (5,9 Prozent) mehr Menschen mit allergischem Schnupfen aufgrund von Pollen leben als in Bundesländern mit ländlichen Gebieten wie Mecklenburg-Vorpommern (Anteil von 4,6 Prozent) und Thüringen (4,7 Prozent).

Wir sind für Sie da.




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



MDK-Ergebnis
2 0 1 8
Sehr gut
(1,0)

Unsere persönlich geführte Pflegestiftung in Hamburg Poppenbüttel – erstmals urkundlich erwähnt im Jahre 1248 – betreut 168 Bewohnerinnen und Bewohner nach modernsten Anforderungen. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



WOHNEN MIT PFLEGE SEIT 1248

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



Wieder mobil.
Kompetente Hilfsmittelversorgung
nach Schlaganfall.

www.schlaganfall-versorger.de

Individuelle Hilfsmittelberatung für Schlaganfall-Betroffene. Vereinbaren Sie einen Termin für unsere Schlaganfall-Sprechstunde. Immer montags von 13-17 Uhr in unserer Reha-Ausstellung in HH-Poppenbüttel.

040/606 04-945
kontakt@schlaganfall-versorger.de

K+T
KRAUTH + TIMMERMANN
Rehatechnik GmbH + Co. KG



Jetzt mit neuem Homecare-Partner

Medilog
Hamburg · Teinert

Plissees sperren die Sonne nicht ganz aus, sondern tauchen den Raum in angenehmes Licht. Einige sind sogar energieeffizient!



Foto: DUETTE®

Lichtschutz & Durchblick

Wie wir unsere Fenster gestalten, ist nicht nur eine Frage des **Sonnenschutzes**. Vorhänge, Plissees & Co. können ihrerseits ein interessantes **Design-Element** eines jeden Raumes sein. Wir zeigen, wie! Fortsetzung auf S. 72



Foto: Amniror GmbH



Foto: Velux

Auch an schrägen Fenstern tun Plissees ihren Dienst – mit Hilfe von schmalen, kaum sichtbaren Seitenschienen.

Der klassische Vorhang verspricht größte Variabilität und lässt sich mit anderen Elementen des Raums und Textilien abstimmen.

Fortsetzung auf Seite 72

Rollläden



**Einbruchschutz • Garagentore • Plissees
Terrassenüberdachung • Markisen**



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

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

**Hauptagentur
Sandra Dölling**
Sparkassenfachwirtin
Bankkauffrau
Versicherungsfachfrau

Fiersberg 19, 22397 Hamburg
Tel 0173 2611776
sandra.doelling@ergo.de
www.ergo.de

**Mit ERGO werden
Wohnträume wahr!**

Aus Vorschlägen von über 300 Anbietern
finden wir für Sie ein passendes Konzept
zur Finanzierung. Wir bieten Ihnen
persönliche Beratung und attraktive
Konditionen.

ERGO
Versichern heißt verstehen.

www.magazine.hamburg

So bequem, dass man wünscht, man könnte ewig liegen bleiben.

Verwandeln Sie mit TRECA Ihr Schlafzimmer in eine Wellness-Oase und genießen Sie einen Schlaf, der nicht nur Erholung, sondern tiefe Ruhe schenkt.

LUXUS à la CARTE



TRECA
PARIS

Polsterbett „Adonis“
z.B. in 160x200 cm komplett
mit TRECA Imperial Matratzen.
Wie abgebildet, ohne Deko
für 9.990 €.

Cramer

TRECA À LA CARTE AKTION

ENTDECKEN SIE JETZT DEN
LUXURIÖSEN SCHLAFKOMFORT
VON TRECA IN UNSEREM
GROSSEN PRIVILÈGE STUDIO
UND PROFITIEREN SIE BIS
ZUM 29. FEBRUAR 2020
VON DEM À LA CARTE VORTEIL:
ALLE STOFFGRUPPEN
ZUM EINSTIEGSPREIS.

Hier für Sie erhältlich:

Cramer Möbel+Design GmbH
Kieler Straße 301, 22525 Hamburg
Tel. 040. 54 73 78 0
www.cramer.de

Lichtschutz & Durchblick

Fortsetzung von Seite 70

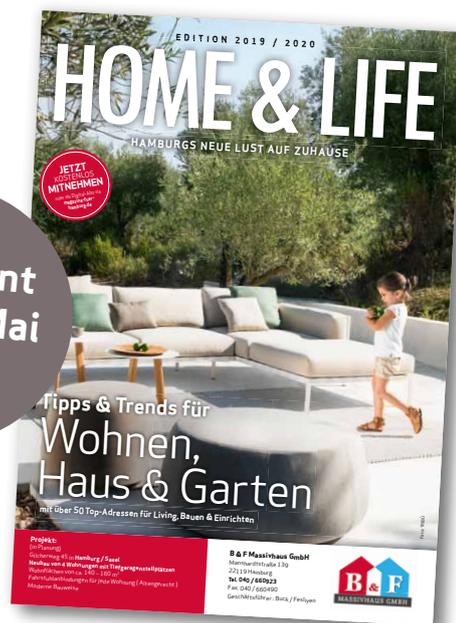
Frei verschiebbare Plissees sind vielseitig. Sie können das Licht oben oder unten oder oben und unten zugleich einfallen lassen – Tageslicht und Sichtschutz.

In Hamburg ganz Zuhause:

2020 dabei sein:

- Wohnen & Leben
- Perfektes Haus
- Garten
- Handwerk
- Inneneinrichtungen
- Wintergarten
- Bäder
- Küchen
- Schlafen
- Kamine
- Finanzen

Erscheint
am 15. Mai
2020

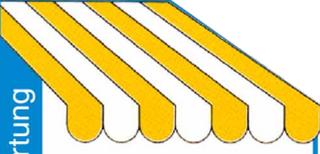


Hamburgs feines Magazin für Wohnen, Einrichten, Garten und gutes Leben.

Nur in Hamburgs feinsten Stadtteilen oder online erhältlich. Wir beraten Sie gerne: Tel.: 040 - 538 93 00

Fotos: Luxaflex





TÜMLER & PEIL

**ROLLÄDEN
MARKISEN
ROLLTORE** **TP**
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



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

„Dunkle Zeit/Einbruchzeit“
(alle 3 Minuten Einbrüche)
**seien Sie jetzt bereit mit
Sicherheitsrollläden!**

Einbruchrate ist um 23%
gestiegen

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



Stoffbeschichtung reflektiert Hitze und grelles Sonnenlicht und sorgt für zusätzliche Wärmedämmung.

Design-Vinylboden

Leise • Robust • Einfach bequem.



ter Hürne
einzigartig wie das Leben

Phthalatfrei
Durch die Kraft
der
Soja
Bohne

**Klick Designboden
Eiche Dublin
Landhausdielen mit Faser**
Dielenmaß 5 x 222 x 1510 mm
Nutzschicht 0,55 mm
UVP 42,99 €/m²
nur 34,99 €/m²

www.terhuerne.de

20
Jahre

Wohnbereich

GARANTIE



WOHNESUND

Holz erleben auf über 12.000 m² | Holzfachmarkt auf 3 Etagen

Qualität & Service vom Holzfachhandel

HolzLand H. Wulf GmbH
Bahnhofstraße 19
22926 Ahrensburg
Tel. 0 41 02/4 55 50
www.holzlandwulf.de



Farbe ist einer der größten neuen Badtrends. Spannend: Ein BiColour-Look mit weißer Innenfläche und bunt lackierter Außenseite.



Foto: Villeroy & Boch

Mein neues **BAD**



Foto: Hans Grohe

Per App lassen sich im Bad multisensorische Szenarien für jede Stimmung abspielen.

Längst ist das Potential erkannt mit dem Bad einen Weg zu **Entspannung** und innerer **Balance** zu finden. Auch die großen **Designer** haben seit Jahren das Bad als Ausdrucksmittel genutzt. Hightech und **Multimedia** spielen ebenfalls mit!

Fortsetzung auf Seite 76

Intelligente Stauraumlösungen sorgen dafür, dass auch in Bädern mit schwierigem Grundriss Platz ist.

Foto: Ideal Standard

Weil Qualität kein Zufall ist



Ein Bad nach Ihrem Geschmack – alles aus einer Hand. Das ermöglicht die Jens Gottschalk GmbH

Die Firma **Jens Gottschalk GmbH**, die im August ihr 25-jähriges Betriebsjubiläum feiert, wird als hochkompetenter und vielseitiger Installateur-Fachbetrieb geschätzt. Die über 90 Mitarbeiter sorgen für professionelle, termingerechte Arbeit zu fairen Preisen. Im Mittelpunkt steht dabei immer der Kunde und die individuelle Umsetzung seiner Wünsche und Ansprüche. Das Leistungsspektrum der Jens Gottschalk GmbH umfasst eine Vielzahl professioneller Dienstleistungen – sowohl für den privaten als auch für den gewerblichen Kunden: Sanitärtechnik, Heizungstechnik, Badplanung und -renovierung sowie Dachdecker- & Klempnerarbeiten. Durch die Zusammenarbeit mit langjährigen Partnern aller Gewerke kann alles aus einer Hand angeboten und die Ausführung aller Gewerke und Leistungen übernommen werden. Das Team sorgt mit weitreichendem Know-how, Leidenschaft und einem ausgeprägten Qualitätsbewusstsein dafür, dass das Unternehmen eine stetig wachsende Zahl zufriedener Kunden in Hamburg und Schleswig-Holstein vorweisen kann. Lassen Sie sich in der umfangreichen Badausstellung am Niewisch 2 in Norderstedt inspirieren! Mehr Informationen gibt es unter **Tel. 528 28 68** und auf www.jensgottschalk.de

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
 Porgersring 12 | 22113 Hamburg
 Telefon: 040/733 607-0
 E-Mail: info@hansabaustahl.de
www.hansabaustahl.de

Seit über 50 Jahren

Wir verändern Immobilien



Dieter Bendfeldt Ing. Abbruch & Bau GmbH
 Tel. 040/690 72 34

Komplettabbruch • Teilabbruch • Bauen im Bestand
Dieter Bendfeldt Ing. Abbruch & Bau GmbH
 Hegholt 53a • 22179 Hamburg
 Tel.: 040/690 72 34 • Fax: 040/690 39 45
www.dieterbendfeldt.de

Jetzt **täglich neu** entdecken

ALSTERTALPLUS.de

DAILY | LOCAL
 PEOPLE
 LIFESTYLE

Jeden Tag News und
 Tipps aus der schönsten
 Region Hamburgs

Erstklassiges Handwerk für Heizung · Sanitär · Bad · Dachsysteme



Jens Gottschalk GmbH
 Niewisch 2 · 22848 Norderstedt
 Tel. 040 528 28 68 · www.jensgottschalk.de

JG
JENS GOTTSCHALK GmbH

**DRÄGERT**
Gebäudetechnik GmbH

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

Bad Heizung
Sanitär Dach Solar



GLASEREI IM ALSTERTAL
B. DENKER GMBH

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

Wir bieten mehr als GLAS

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



Austräger gesucht
mit eigenem PKW,
zur Belieferung unserer Austräger



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

Schöne BÄDER

Fortsetzung von Seite 75



Foto: Dornbracht



Eine in die Decke eingelassene „Erlebnisdusche“ mit Lichteffekten erfrischt und entspannt.



Neue Freiheit: Die Dusche emanzipiert sich vom funktionalen Badezimmer. Warum nicht auch im „Wohnraum“ eine Wellness-Oase schaffen?

Foto: Hans Gloghe

Zum Reinlegen: Auf einer stabilen Holzkonsole aufliegend lädt diese freistehende Badewanne zum Wohlfühlen ein.



Foto: Villeroy & Boch

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

vorher



nachher



- Reinigen
- Reparieren
- Färben
- Versiegeln

Alstertaler Oberflächen-Reparaturdienst • Meindorfer Mühlenweg 21
info@aor-hamburg.de • www.aor-hamburg.de • Tel. 040- 60 87 67 95

ipb-malermeister.de

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

Ingo & Patrick Berndt Malermeister GbR
Krischan-Kreibohm-Weg 14
22399 Hamburg-Poppenbüttel
Tel: 606 29 44 Mobil: 0172 400 60 18

www.pruns-harms.de

KOMPLETT MEIN BAD

Das garantieren wir:

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

PRUNS & HARMS
DIE BADGESTALTER

Georg-Sasse-Straße 22 • 22949 Ammersbek • 040 - 605 50 206

Schlosserei - Metallbau

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

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

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

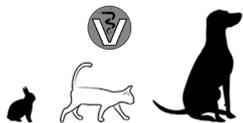
Gartentieren beim ÜBERWINTERN helfen



Winterruhe: Eichhörnchen gehen auch im Winter regelmäßig auf Nahrungssuche.

Tierarztpraxis in Bergstedt

Tierärztliche Praxis für Kleintiere –
Chirurgie und Innere Medizin



Dr. Christina Ullmann M.Sc.
Bergstedter Chaussee 92
22395 Hamburg

Mo.-Do. 9-12 Uhr und 16-19 Uhr,
Fr. 9-12 Uhr und 15-18 Uhr

Aktuelle Infos
bei Facebook



Tel. 040 - 644 30 690 • www.tierarztpraxis-bergstedt.de



Ohechaussee 20 • 22848 Norderstedt
www.meyers-muehle-gartenmoebel.de
3.000 m² Ausstellung/sofort vorrätig

Jetzt noch bis Ende Februar:

**ANGEBOT ZUM
SAISONSTART**
4 FÜR 3

Vier Sessel abholen und nur
drei Sessel bezahlen.

Der Winter gilt als eher träge Jahreszeit. Allerdings nicht nur bei uns Menschen, sondern auch in der Welt der Tiere. Wenn es kalt wird, fahren die meisten Bewohner des heimischen Gartens ihre Aktivitäten herunter. Aber Achtung: Winterruhe ist nicht gleich Winterschlaf! Hält ein Tier Winterschlaf, senkt es über längere Zeit seine Körpertemperatur und nimmt währenddessen keine Nahrung zu sich. Stattdessen lebt es von vorher angefahrenen Fettreserven. Zu den Winterschläfern zählt unter anderem der Igel. Hält ein Gartenbewohner aber lediglich Winterruhe, senkt er zwar auch seinen Energiebedarf, unterbricht diesen Ruhezustand jedoch regelmäßig, um auf Nahrungssuche zu gehen.

Teil dieser Gruppe sind unter anderem die Eichhörnchen, denen aufgrund des heißen und trockenen Sommers und der damit verbundenen Nuss-Knappheit ein besonders schwieriger Winter bevorsteht. Als Gartenbesitzer können Sie helfen, indem sie Nüsse, Eicheln oder Bucheckern sammeln und diese in der Erde vergraben. Alternativ können Sie auch gleich eine eigene Futterstelle anlegen, die sie regelmäßig mit Haselnüssen, Kiefern-, und Tannenzapfen befüllen. Die kleinen Nagetiere werden es Ihnen danken. Sollte darüber hinaus ein Igel Ihren Garten bevölkern, können Sie diesem helfen, indem Sie ihren Garten so naturnah wie möglich belassen. Lassen Sie das Laub liegen und die Hecken wachsen.

Häufig dienen nämlich genau diese Orte und Materialien als ideales Winterquartier für die stacheligen Tiere. Im Zweifel möchten Sie an einem kalten Wintertag ja auch nicht unsanft aus Ihrem warmen Bett geholt werden.



Eichhörnchen gehören zu den beliebtesten Gartenbewohnern!

Neu- und Umgestaltung • Pflaster- und Plattenverlegearbeiten
Baumpflege • Gehölzschnitt • Stubbenfräsen • Teichbau
Pflegearbeiten • Zaunanlagen • Winterdienst

Winterzeit

Wir stellen
Fachkräfte
ein

RGW Garten- und Landschaftsbau

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



Trotz Führungswechsels bleibt für die Alstertaler bei ihrem BEST CARWASH alles beim Alten, vor allem Service wird weiterhin großgeschrieben.

Gute Nachrichten von BEST CARWASH



Florian Probst

Anfang Januar gab es einen **Führungswechsel bei BEST CARWASH**. **Ralf Babendreier**, einer der „Pioniere der textilen Autowäsche“ in Deutschland, geht nach rund 25 Jahren in den wohlverdienten „Unruhestand“ und hat seinen Betrieb an **Florian Probst** übergeben.

Der studierte BWLER hat seinen Betrieb in den letzten Monaten bereits intensiv in allen Bereichen kennengelernt. Die gute Nachricht, die Florian Probst für alle Alstertaler hat: „Das Konzept von BEST CARWASH bleibt hier bei uns auch in Zukunft in vollem Umfang erhalten.“ Im Gegensatz zum branchenweiten Trend, Personal einzusparen und alles so weit möglich zu automatisieren, erwartet den Kunden in Hamburgs Norden weiterhin ein bewährter Mix aus modernster Waschtechnik und echter Handarbeit - ausgeführt von speziell geschultem Personal.

„Ein Auto perfekt zu waschen, ist in den vergangenen Jahren in vielerlei Hinsicht nicht leichter geworden“, ergänzt Florian Probst, „auch wenn viele Karosserien durch Windkanal-Tests immer gleichförmiger und runder geworden sind, die Herausforderung steckt oft im Detail.“ Durch den zunehmenden Einzug von Elektronik ins Automobil von heute „denkt“ das Fahrzeug all zu oft mit - allerdings nicht immer wie gewünscht. Parkbrems-Systeme gilt es da genauso „auszutricksen“ wie Wischerblätter mit Regen-Sensor-Automatik.

Auch Umweltaspekte sind in letzter Zeit wieder stärker ins Bewusstsein der Bevölkerung gerückt. Beim professionellen Autowaschen spielen sie schon seit langem eine wichtige Rolle - so kommen bei BEST CARWASH seit jeher nur die umweltverträglichsten und zugleich leistungsstärksten Reinigungsmittel zum Einsatz. Hier steht man in enger Absprache mit professionellen Lieferanten, die einen hohen Standard garantieren.

„Es ist auch in Zukunft unser täglicher Anspruch, dem Kunden die Qualität zu liefern, die er erwartet, wenn er zu einem Autowaschbetrieb fährt, der das BEST im Namen trägt“, schließt Florian Probst unser kleines Gespräch ab.

„Daran wollen wir uns hier bei BEST CARWASH Poppenbüttel auch zukünftig messen lassen.“ Viele Kunden kommen seit Jahren

- wenn nicht seit Jahrzehnten - zu BEST CARWASH. Da baut sich ganz von alleine ein persönlicher Kontakt zum Personal auf. Man kennt sich, man tauscht sich aus. Anregungen, Feedbacks und auch das ein oder andere private Wort, der berühmte „Klönsschnack“, gehören seit eh und je bei BEST CARWASH dazu und tragen nicht unwesentlich zur Kundenzufriedenheit bei. Diese allbekanntes Gesichter - und die Menschen dahinter - freuen sich auch in Zukunft auf Sie! Auf die nächsten 25 Jahre!

Mehr Informationen unter **Tel. 040 538 11 61** und auf **www.bestcarwash-hamburg.de/best-carwash-nord**



Schöne Idee: Die einfahrenden Kunden werden von den Mitarbeitern „begrüßt“, das zeugt vom hohen Stellenwert, der ihnen beigemessen wird.

Freiheit wird groß geschrieben: Der GLB bietet Platz, Komfort und edles Design.



**Die angegebenen Werte wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren ermittelt. Es handelt sich um die NEFZ-CO2-Werte i.S.v. Art. 2 Nr. 1 Durchführungsverordnung (EU) 2017/1153. Die Kraftstoffverbrauchswerte wurden auf Basis dieser Werte errechnet.*



Der Innenraum des neuen GLB ist großzügig gestaltet und überzeugt mit dem freistehenden Widescreen Cockpit und Ambientebeleuchtung.



Viel Platz: der große, variable Laderaum passt sich Ihren Bedürfnissen exakt an. So ist er bequem und absolut alltagstauglich.

Kompakter Fahrspaß

... und viel Platz: Im neuen **GLB**, den die Mercedes-Benz Niederlassung Hamburg zum Jahresstart präsentiert, könnte noch eine halbe Fußballmannschaft unterkommen!

Als erstes Kompaktfahrzeug von Mercedes-Benz verfügt der GLB (auf Wunsch) über eine faltbare dritte Sitzreihe mit zwei zusätzlichen Einzelsitzen. Dank eines Radstands von großzügigen 2,83 Meter braucht sich niemand im hinteren Passagierabteil über beengte Platzverhältnisse zu beschweren, fallen doch sowohl Bein-, wie auch Knie- und Kopffreiheit ausgesprochen opulent aus.

Hochwertig, aufgeräumt und vertrauens-erweckend solide: So empfängt uns der hervorragend verarbeitete Innenraum. Dazu kommt, dass sich die zweite Sitzreihe für mehr Beinfreiheit (oder – je nachdem – für mehr Platz im Kofferraum) um vierzehn Zentimeter verschieben lässt und die Lehnen dreiteilig im Verhältnis 40:20:40 umklappbar sowie auch in der Neigung verstellbar sind. Der durchgehend ebene Laderaum bietet zwischen 565 und fern-reisetaugliche 1800 Liter Ladevolumen. Es ist also im Alltag kein Problem, auch mal eine Waschmaschine zu transportieren.

Der GLB profitiert selbstredend von allen Stärken der aktuellen Kompaktklasse-Generation. Wie die leistungsstarken und effizienten Vierzylindermotoren. Die Motorenpalette umfasst zunächst je drei Diesel und Benziner. Die Selbstzünder haben alle zwei Liter Hubraum und entwickeln 116, 150 oder 190 PS. Die Benziner reichen von einem 1,3-Liter mit 163 PS über einen 2-Liter-Motor mit 224 PS bis hin zum GLB 35 (Kraftstoffverbrauch kombiniert: 7,6-7,5 l/100 km; CO2-Emissionen kombiniert: 173-171 g/km)*, für den AMG den 2,0-Liter-Motor auf 306 PS getunt hat. Die Verbrauchswerte liegen deutlich unter denen von ausgewachsenen SUV-Modellen.

Und jenseits von Zahlen und Technik weiß das gute Gefühl zu überzeugen, das sich am Steuer einstellt. Denn der GLB überzeugt nicht nur mit Variabilität und inneren Werten. Sondern vor allem durch Fahrspaß. Den neuen Mercedes-Benz GLB bekommt man in den Centern der Mercedes-Benz Niederlassung Hamburg ab 37.747 Euro.



Mehr Informationen zum GLB sowie ein kurzer Film zum Interieurdesign unter

www.mercedes-benz-hamburg-luebeck.de/GLB



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



Der Jeep Renegade ist das erste europäische Modell, in dem die Uconnect-Technologie verbaut ist.

Konnektiver Fahrspaß

Die automatische Übermittlung eines Notrufs, regelmäßige Berichte über den Zustand des Autos oder Wetterberichte in Echtzeit – all das wird künftig über die neue Uconnect Box von Fiat Chrysler Automobiles geleistet. Dabei ist der Jeep Renegade das erste europäische Modell des Konzerns, in dem die Technologie zum Einsatz kommt.

Der Modelljahrgang 2020 des Jeep Renegade bringt zahlreiche Neuerungen auf dem Gebiet der Konnektivität, mit denen vernetzte Dienstleistungen und Datenaustausch optimal genutzt werden können. Kernelement ist die neue Uconnect Box, die direkten Zugriff auf die Serviceleistungen von Uconnect sowie auf die mobile Applikation My Uconnect ermöglicht. Erstmals in einem europäischen Modell von Fiat Chrysler Automobiles (FCA) verfügbar, bietet die Uconnect Box eine Vielzahl von serienmäßigen sowie optionalen Funktionen. Die Services sind in drei Kategorien eingeteilt. „Basis“ umfasst Funktionen, die werksseitig ab Auslieferung aktiviert sind. „Standard“ bezeichnet Leistungen, die serienmäßig im System vorhanden sind, aber vom Fahrzeugkäufer aktiviert werden müssen. Unter „Optional“ sind alle Wunschfunktionen zusammengefasst. Jede Kategorie besteht aus mehreren Funktionen. So zählt zu „Basis“ beispielsweise die Applikation „My Assistant“. Sie gestattet Notrufe inklusive Übermittlung von Fahrzeugposition und -identifikation an ein Call-Center. Abgesetzt wird der Notruf manuell über den in die Innenraumbeleuchtung integrierten SOS-Knopf, das Multimedia-System oder eine Smartphone-Applikation. Bei

einem Unfall wird der Notruf automatisch ausgelöst. Im Falle einer Panne kann der Fahrer über „My Assistant“ einen Straßendienst anfordern, der für eine schnelle Reaktionszeit die Fahrzeugposition übermittelt bekommt. Dieser Service beinhaltet außerdem einen per Mail versendeten Statusbericht, der den Besitzer monatlich über den technischen Zustand seines Jeep Renegade informiert. In die Kategorie „Standard“ fallen die Applikationen „My Remote“, „My Car“ und „My Navigation“, verfügbar mit dem Multimedia-System mit 8,4-Zoll-Touchscreen (Bildschirmdiagonale 21,3 Zentimeter). Diese Funktionen gehören zur Serienausstattung, müssen aber vom Fahrzeugbesitzer aktiviert werden. Die Funktion „My Car“ zeichnet Betriebsdaten und Zustand des Fahrzeugs auf. „My Navigation“, verfügbar nur mit dem Multimedia-System mit 8,4-Zoll-Monitor, ergänzt das konventionelle Navigationssystem um die Suche nach ausgewählten Attraktionen, Verkehrsnachrichten in Echtzeit, Wetterinformationen sowie Warnungen vor bekannten Geschwindigkeitsmessanlagen. Darüber hinaus können über die Funktion „Speed & Go“ Fahrtziele vom Smartphone oder aus einem Routenplaner im Internet an das Navigationssystem des Fahrzeugs gesendet werden.

Zentrale der Uconnect Box: Vom Fahrersitz aus kann die künstliche Intelligenz bequem gesteuert werden.



WINTERSPORT IN SEINER SCHÖNSTEN FORM.



CORVETTE

Grand Sport
Final Edition

89.990 €

Gesamtpreis inkl. MwSt.*

CORVETTE GRAND SPORT: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts: 19,4–19,5/außerorts: 8,2–8,3/kombiniert: 12,3–12,4; CO₂-Emissionen (g/km): kombiniert 282–284; Effizienzklasse: G.

CAMARO

V8

49.900 €

Gesamtpreis inkl. MwSt.*

CAMARO V8: Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts: 17,0–19,0/außerorts: 7,7–9,1/kombiniert: 11,1–12,8; CO₂-Emissionen (g/km): kombiniert 252–292; Effizienzklasse: G.

Angebote gelten für Fahrzeuge mit Tageszulassung.

Jetzt mehr erfahren: chevrolet.de

CORVETTE GRAND SPORT
& CAMARO V8

FIND **NEW** ROADS™

CHEVROLET



Lehmann
AUTOMOBILE

APW Lehmann Automobile GmbH
Saseler Chaussee 62-64, 22391 Hamburg
www.lehmann-automobile.com

* Erhältlich bei allen teilnehmenden Händlern und solange der Vorrat reicht.
©2019 GENERAL MOTORS. ALL RIGHTS RESERVED. CHEVROLET®



Fotos: © Volkswagen AG

Das T-Roc Cabriolet wird in den Ausstattungslinien „Style“ und „R-Line“ angeboten.



Cabriolet mit SUV-Genen

„Accept no roof!“ – Unter diesem Slogan startet das neue **T-Roc Cabriolet** von Volkswagen im Frühjahr 2020 in den Verkauf. Am **19. März** wird das brandneue Modell deshalb im **Volkswagen-City-Store** von **Petschallies** im Erdgeschoss des **Alstertal-Einkaufszentrums** offiziell vorgestellt.

Im Mittelpunkt der Präsentation steht das zentrale Element des Wagens: Sein Verdeck. Dieses ist serienmäßig vollautomatisch und öffnet sich in nur neun Sekunden. Das Öffnen und Schließen funktioniert bei einer Geschwindigkeit von bis zu 30 km/h auch während der Fahrt – dabei ent- und verriegelt das Softtop elektrohydraulisch. Das erste Crossover-Cabriolet in der Kompaktklasse, das eine spannende Mischung aus extrovertiert-markantem Design, einer SUV-typisch erhöhten Sitzposition und dem einzigartigen Fahrgefühl eines Cabrios bietet, wird in zwei Ausstattungslinien angeboten: die designorientierte Variante „Style“ und die sportliche „R-Line“. Bereits in der Linie „Style“ verfügt der 2+2-Sitzer über eine umfangreiche Serienausstattung. Dazu gehören unter anderem die 17-Zoll Leichtmetallfelgen „Mayfield“, eine Ambiente-Beleuchtung in Weiß, diverse Chromumfänge im In- und Exterieur, eine Klimaanlage, der Spurhalteassistent „Lane Assist“, der Notbremsassistent „Front Assist“, die Müdigkeitserkennung, das Infotainmentsystem „Composition“, zwei USB-C-Schnittstellen sowie eine Telefonschnittstelle.

Die Ausstattungslinie „R-Line“ startet ab 32.810 Euro und bietet neben R-Line-Umfängen im Exterieur und Interieur unter anderem abgedunkelte Rückleuchten, ein Sportfahrwerk, die 17-Zoll Leichtmetallfelgen „Kulmbach“, eine Progressivlenkung, Sport-Komfortsitze und die Fahrprofilauswahl. Für das mit Frontantrieb ausgestattete T-Roc Cabriolet stehen zwei effiziente Otto-Turbomotoren (TSI) mit 85 kW / 115 PS oder 110 kW / 150 PS zur Auswahl. Serienmäßig beim 1,0-Liter-Dreizylindermotor mit 85 kW ist das manuelle 6-Gang-Schaltgetriebe (nur für Ausstattungslinie „Style“).

Beim stärkeren 1,5-Liter-Vierzylinder mit 110 kW ist zudem ein 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe optional verfügbar. Ebenfalls optional steht für das T-Roc Cabriolet das Designpaket „Black Style“ ab 550 Euro Aufpreis bereit. Ausgewählte Fahrzeugelemente sind in diesem Paket in elegantem Schwarz ausgeführt, hierzu gehören zum Beispiel die Zierleiste im Kühlergrill und die Außenspiegelgehäuse. Hinzu kommen 18-Zoll Leichtmetallräder „Grange Hill“ in Schwarz mit glanzgedrehter Oberfläche.

Das T-Roc Cabriolet zeigt sich zudem funktional: Wem das 280 Liter große Kofferraumvolumen nicht ausreicht, kann das T-Roc Cabriolet für 775 Euro optional mit einer abnehmbaren Anhängervorrichtung ausstatten und so auch große Gegenstände transportieren.



T-Roc Cabriolet Style Kraftstoffverbrauch kombiniert: 5,4 l/100km und CO₂-Emission kombiniert: 123 g/km. Effizienzklasse: B.
T-Roc Cabriolet Kraftstoffverbrauch kombiniert: 5,8 - 5,5 l/100km und CO₂-Emission kombiniert 132 - 125 g/km. Effizienzklasse: B-A.

Audi Discovery Days



Sofort verfügbar. Sofort abfahren.

Entdecken Sie attraktive Sonderkonditionen
auf alle sofort verfügbaren Modelle.

Ein attraktives Leasingangebot:

z. B. Audi Q3 advanced 40 TFSI quattro, S tronic*

* Kraftstoffverbrauch l/100 km: innerorts 9,4; außerorts 6,4; kombiniert 7,5; CO₂-Emissionen g/km: kombiniert 171; CO₂-Effizienzklasse D.

Kosmosblau Metallic, 18" Aluminium-Gussräder, Audi connect Navigation & Infotainment plus, Alcantara Frequenz/Kunstleder, Assistenzpaket, MMI Navigation plus, Digitaler Radioempfang, Interieur S line, Anhängervorrichtung, Sitzheizung vorn, 2-Zonen Komfortklimaautomatik, Audi virtual cockpit, Audi phone box u. v. m.

	Leistung:	140kW (190PS)
	Nettodarlehensbetrag (Anschaffungspreis):	€ 47.859,51
	Leasing Sonderzahlung:	€ 7.900,00
monatliche Leasingrate	Sollzinssatz (gebunden) p. a.:	3,72 %
€ 389,00	Effektiver Jahreszins:	3,72 %
	Vertragslaufzeit:	48 Monate
	Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
	48 monatliche Leasingraten à	€ 389,00
	Gesamtbetrag:	€ 26.572,00

Ein Angebot der Audi Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Inkl. Überführungskosten. Bonität vorausgesetzt. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher.

Etwaige Rabatte bzw. Prämien sind im Angebot bereits berücksichtigt.

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

Viele Audi Modelle sofort verfügbar.

Petschallies Sasel GmbH

Volksdorfer Weg 192, 22393 Hamburg, Tel.: 040 / 6 00 14 50, sasel@petschallies.de, www.petschallies-sasel-hamburg.audi

Ein attraktives Finanzierungsangebot:

z. B. Audi A3 Sportback sport 35 TFSI, S tronic**

** Kraftstoffverbrauch in l/100km: innerorts 6,6; außerorts 4,5; kombiniert 5,3; CO₂-Emission kombiniert: 117 g/km. CO₂-Effizienzklasse B.

Kosmosblau Metallic, 17" Leichtmetallräder im 5-Doppelspeichen-Design, MMI Navigation, Lichtpaket, Audi smartphone interface, Komfortpaket, Sitzheizung vorn, Komfortklimaautomatik, Fahrerinformationssystem mit Farbdisplay, Audi sound system u. v. m. Das Angebot basiert auf einer jährlichen Fahrleistung von 10.000 km.

	Leistung:	110kW (150 PS)
	Fahrzeugpreis:	€ 32.950,00
	Anzahlung:	€ 7.200,00
	Nettodarlehensbetrag:	€ 25.750,00
monatliche VarioCredit-Rate	Sollzinssatz (gebunden) p. a.:	2,95 %
€ 248,-	Effektiver Jahreszins:	2,99 %
	Vertragslaufzeit:	48 Monate
	Schlussrate:	€ 16.352,29
	Gesamtbetrag:	€ 28.256,29
	48 monatliche Finanzierungsraten à	€ 248,00

Ein Angebot der Audi Bank, Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, Gifhorn Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Inkl. Überführungskosten. Für Verbraucher besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht.

Petschallies
Sasel

Der Citroën C5 Aircross SUV Hybrid wurde Mitte Januar auf der Brüssel Motorshow vorgestellt.



© Agnieszka Doroszewicz

Das leise Stadtvehikel

Der neue C5 Aircross SUV Hybrid steht für den Beginn der Elektrifizierungsoffensive von Citroën. Dabei soll das „Silent Urban Vehicle“ den Übergang zu einer Modellpalette markieren, die neben leistungsstarken Verbrennungsmotoren und zielgerichteten Angeboten im Bereich Elektromobilität zukünftig sowohl Fahrzeuge mit 100-prozentigem Elektroantrieb als auch mit Hybridantrieb umfassen wird.

Der Citroën C5 Aircross SUV schickt sich an, Vorreiter in Sachen Komfort zu werden, insbesondere dank der Advanced Comfort Federung, Advanced Comfort Sitzen und bis zu zwanzig Fahrerassistenzsystemen. Darüber hinaus verfügt der neue Hybrid über eine herausragende

Variabilität: Drei längs verschiebbare, umklappbare und neigbare Einzelsitze hinten und ein Kofferraumvolumen von 460 bis 600 Litern setzen Maßstäbe im Segment der Hybrid-SUV.

Mit einer Reichweite von 50 Kilometern im Elektromodus, CO₂-Emissionen von 39 g/km und einem Verbrauch von 1,7 l/100 km im WLTP-Zyklus¹ soll der neue C5 Aircross SUV Hybrid eine neue Phase in der Energiewendestrategie von Citroën einläuten.

Der neue C5 Aircross SUV Hybrid wird im französischen Rennes-La Janais produziert, von wo aus die ersten Exemplare Ende des ersten Halbjahres 2020 ausgeliefert werden. Die Preise beginnen bei 40.390 Euro.



Abb. zeigen Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

VOLVO V90 T4 AUTOMATIK¹

LEDERPOLSTERUNG | SITZHEIZUNG VORN | LED SCHEINWERFER | SENSUS NAVI | APPLE CARPLAY™/ANDROID AUTO | 9"-TOUCHSCREEN | HECKKLAPPENAUTOMATIK | 18"-LM RÄDER | EURO 6D-TEMP | UVM

BEI UNS

€ 229 /MONAT*
NETTO



Abb. zeigen Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

VOLVO XC40 T3 AUTOMATIK²

SENSUS NAVI | APPLE CARPLAY™/ANDROID AUTO | EINPARKHILFE HI | 9"-TOUCHSCREEN | TEILLEDERPOLSTERUNG | HECKKLAPPENAUTO. | LED-SCHEINWERFER | 18"-LM RÄDER | EURO 6D-TEMP | UVM

BEI UNS

€ 199 /MONAT*
NETTO

€ 0,- ANZAHLUNG!

***Geschäftskunden-Leasing** der VCFS für gewerb. Einzelabnehmer, ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach. 1) Für den Volvo V90 T4 Geartronic Momentum Pro, 140kW (190 PS). Bei 20.000 km Gesamtfahrleistung, 24 Mon. Laufzeit, € 0,- Anzahlung. 2) Für den Volvo XC40 T3 Geartronic Momentum Pro, 120kW (163 PS). Bei 20.000 km Gesamtfahrleistung, 24 Mon. Laufzeit, € 0,- Anzahlung. Bonität vorausgesetzt. Wir sind für mehrere bestimmte Darlehensgeber tätig und handeln nicht als unabhängiger Darlehensvermittler. Weitere Motorenvarianten und Ausstattungen gegen Aufpreis möglich. Angebot zzgl. Fracht i.H.v. € 900,- und MwSt.. Nur solange der Vorrat reicht. Kraftstoffverbrauch kombiniert von 6,8 l/100 km bis 6,5 l/100 km. CO₂-Emissionen kombiniert von 158 g/km bis 147 g/km (gem. vorgeschriebenem Messverfahren), CO₂-Effizienzklasse: C-B. Die Verbrauchs- und Emissionswerte wurden nach dem WLTP-Prüfverfahren ermittelt und gemäß der gesetzlichen Bestimmung zur besseren Vergleichbarkeit auf NEFZ-Werte umgerechnet. Die Kfz-Steuer wird seit dem 1.9.2018 bereits nach den in der Regel höheren WLTP-Werten berechnet.



SASEL | MEIENDORFER MÜHLENWEG 29 | TEL.: 040/ 60 17 19-42

HAUPTSITZ: AMC KRÜLL GMBH | RUHRSTR. 100 | 22761 HH | KRUELL.COM
SONNTAGS SCHAUTAG VON 11 - 17 H. KEINE BERATUNG, VERKAUF, PROBEFARTEN.



Der Volkswagen Arteon R-Line ist auf 1000 Exemplare limitiert und ab sofort bestellbar.

Limited Edition

Volkswagen bringt einen Arteon mit Unikat-Charakter auf den Markt: Mit dem auf 1000 Exemplare limitierten Arteon R-Line Edition rückt der Wolfsburger Automobilkonzern die Dynamik und die Reisequalitäten des Gran Turismo noch stärker in den Mittelpunkt. Der Arteon R-Line Edition verfügt über eine reichhaltige Serienausstattung, die in dieser Kombination in keiner anderen Version der Baureihe erhältlich ist. Die Zweifarblackierung in „Mondsteingrau“ mit schwarzem Dach bleibt sogar eigens der Arteon R-Line Edition vorbehalten. Ideal auf das Exterieur abgestimmt zeigt sich das Interieur. Das Leder-Paket „Nappa“ prägt den Innenraum, der farblich über eine Ambientebeleuchtung individualisiert werden kann. Das Infotainmentsystem

„Discover Pro“ weist neben der Navigationsfunktion auch „Wireless App-Connect“, eine Sprachbedienung und den digitalen Radioempfang DAB+ auf. Dank des schlüssellosen Start- und Schließsystems „Keyless Access“ kann der Autoschlüssel stets in der Tasche bleiben. Das Motorspektrum der Arteon R-Line Edition rückt besonders die Sportlichkeit des Gran Turismo in den Mittelpunkt. Folgerichtig stehen für die limitierte Sonderedition die vier kraftvollsten Aggregate der Baureihe zur Wahl. Es handelt sich durchgehend um effiziente 2,0-Liter-Vierzylinder, die mit einem 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe (DSG) verbunden sind. Die Arteon R-Line Edition ist ab sofort zu Preisen ab 55.970 Euro bestellbar und wird ab Februar 2020 ausgeliefert.





Frauenflohmarkt



zur Feier des Internationalen Frauentag

Langschläferflohmarkt meets Auto Wichert!

Wann? Am 08.03. im Beerenweg 3, 22761 Hamburg (Altona)*

Pro verkauftem Meter spenden wir 4,50 € an das Frauenhaus Wedel

Anmeldung unter www.langschlaefer-flohmarkt.de



Langschläfer



Flohmarkt







*Aufbau um 11 Uhr, Frauenflohmarkt von 12-16 Uhr, gefolgt von Abbau.

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



Tor- und Antriebstechnik
Telefon 601 57 57

© Sebastian Mauroy



Die Vision „Lexus Electrified“ soll einen ersten Vorgeschmack auf die Mobilität von morgen bieten.

Futuristische Vision

Seit der Markteinführung im Jahr 1989 übernimmt der japanische Automobilhersteller Lexus eine Vorreiterrolle bei elektrischen Antriebstechnologien. Mit dem Lexus LF-30 Electrified Concept hat die japanische Premiummarke nun auch ihre Vision für die nächste Generation elektrifizierter Fahrzeuge präsentiert. Verpackt in ein futuristisches Exterieur soll die die Vision „Lexus Electrified“ automatisiertes Fahren ermöglichen und dabei weitere neue Technologien integriert haben: Neben einem Cockpit, das den Fahrer noch stärker in den Mittelpunkt rückt, ist beispielsweise ein Steer-by-Wire-System an Bord.

Als batterieelektrisches Fahrzeug kommt die Konzeptstudie ohne Motorhaube aus. Die Lichtdurchlässigkeit der Seitenscheiben lässt sich beliebig einstellen, sodass die Insassen zwischen ungehinderter Sicht auf umliegende Landschaften oder einem hohes Maß an Privatsphäre wählen können.

Der Innenraum soll dabei ein Gefühl von Offenheit und Geborgenheit vermitteln. Sämtliche Schalter und Bedienelemente sind leicht erreichbar, ein großflächiger Bildschirm mit Gestensteuerung erhöht den Komfort für den Beifahrer zusätzlich.

Als batterieelektrisches Fahrzeug der nächsten Generation verfügt der LF-30 Electrified über eine kabellose Ladetechnologie, die das tägliche Laden besonders einfach und komfortabel macht. Ein Energiemanagement auf Basis Künstlicher Intelligenz (KI) verteilt die elektrische Energie optimal auf Fahrzeug und Wohnräume. Die Ladestrategie passt sich dabei optimal dem Tagesablauf des Nutzers an.

WER IST HIER DER BOSS?

Beide!
Ralf Babendreier bis 31.12.2019
und Florian Probst ab dem 01.01.2020.

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

bestcarwash-hamburg.de

Gut. Besser. Best.

Outlander Plug-In Hybrid Basis 110kW (150PS)
nur 30.740,- €²

ab 37.990 € unverbindl. Preisempfehlung¹
- 6.500 € Mitsubishi Elektro-Bonus²
- 1.500 € Bundesanteil am Umweltbonus
+ 750 € Überführung
= 30.740 €
(rechnerischer Wert, es besteht kein Rechtsanspruch auf gewährung des Umweltbonus. Der Umweltbonus endet mit der Erschöpfung der Fördermittel, spätestens am 31.12.2020.)

Bei Dienstwagen:
~~10%~~ Nur noch 0,5%
monatliche Besteuerung des geldwerten Vorteils dank E-Kennzeichen.

AUSSTATTUNGSHIGHLIGHTS:

- ▶ Allradantrieb S-AWC
- ▶ Lederlenkrad
- ▶ DAB+
- ▶ Rückfahrkamera
- ▶ Regensensor
- ▶ Display
- ▶ 18" LM-Felgen
- ▶ Tempomat
- ▶ Smartphone-Link
- ▶ Lichtsensor
- ▶ Bluetooth
- ▶ 2-Zonen Klimaautomatik

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE*

8 JAHRE FAHRBATTERIE GARANTIE*

NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R 101 Gesamtverbrauch Outlander Plug-in Hybrid: Stromverbrauch (kombiniert) 14,8 kWh / 100 km; Kraftstoffverbrauch (kombiniert) 1,8 l / 100 km; CO₂-Emission (kombiniert) 40 g / km; Effizienzklasse A+. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet. Die tatsächlichen Werte zum Verbrauch elektrischer Energie / Kraftstoff bzw. zur Reichweite hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc., dadurch kann sich die Reichweite reduzieren.

¹ Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, Metallic- und Perleffektlackierung gegen Aufpreis. ² Empfohlener Aktions-Rabatt der MMD Automobile GmbH, gültig bis 30.06.2020.

Stoltenberg
OBENAUF IM ALSTERTAL

Stoltenberg Automobile GmbH & Co. KG
Harksheider Straße 17 · 22399 Hamburg · Tel.: 040 - 60 68 90-0
www.stoltenberg.de/marken/mitsubishi



Mit der dritten Generation des Ford Kuga fährt es sich besonders sicher: Im Crashtest Euro NCAP holte er fünf von fünf Sternen.

SICHER UNTERWEGS

Top-Resultat für den neuen Ford Kuga: Der europäische SUV-Bestseller von Ford hat im unabhängigen Referenz-Crashtest Euro NCAP mit fünf Sternen das bestmögliche Ergebnis erreicht und damit sein hohes Sicherheitsniveau nachdrücklich unter Beweis gestellt. Mit 92 Prozent der maximal erreichbaren Punktzahl erzielte das Modell speziell in Bezug auf den Schutz von Erwachsenen ein Spitzenergebnis. Beim Seiten-Aufprall gegen ein verformbares Objekt mit 50 km/h sowie beim nochmals anspruchsvolleren seitlichen Pfahl-Aufprall mit 32 km/h hat der Kuga jeweils die volle Punktzahl eingefahren. Auch beim Insassenschutz von Kindern und gegenüber ungeschützten Verkehrsteilnehmern wie zum Beispiel Fußgängern zählte das neue Modell mit 86 und 82 Prozent zu den derzeit besten Testprobanden.

Das Euro NCAP-Ergebnis bezieht sich auf den Kuga mit Benziner- und Dieselmotorisierungen.

Sein gutes Abschneiden verdankt die dritte Kuga-Generation insbesondere der neuen C2-Architektur, auf der auch der aktuelle Ford Focus sowie der neue Puma basieren. Mit ihrer stabilen Grundstruktur, dem großflächigen Einsatz von hochfesten Stählen sowie der gezielten Anwendung ultrahochfester 3D-Stähle, zum Beispiel für die A-Säulen und die Dachlinien, wartet sie mit einer nochmals rigideren Sicherheitszelle für die Passagiere auf. Zugleich liefert die hochmoderne Plattform die Grundlage für ein umfassendes Angebot an Fahrer-Assistenzsystemen. Diese helfen, Unfälle zu vermeiden, beziehungsweise ihre Folgen zu mindern.

Komfort, Design und Sicherheit in einem Modell: Der neue Ford Kuga macht auch von innen eine gute Figur.



NEU

Jetzt bei uns

Der neue Ford Puma.

FORD PUMA TITANIUM

LM-Felgen, Ford Navigationssystem, Klimaanlage, Park-Pilot-System hinten, Geschwindigkeitsregelanlage, Verkehrsschild-Erkennung, Post-/ Pre-Collision Assist inkl. Auffahrwarnung, Fahrspurassistent, Müdigkeitswarner, LED Rückleuchten und Scheinwerfer, Außenspiegel elektrisch anklappbar, Induktive Ladestation für mobile Endgeräte, Ford Megabox Kofferraumsystem, elektrische Fensterheber vorne und hinten u. v. m.

Unser Aktionspreis

€19.990,-¹



Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach § 2 Nrn. 5, 6, 6a Pkw-EnVKV in der jeweils geltenden Fassung): Ford Puma: 4,6-4,5 (kombiniert); CO₂-Emissionen: 106-103 g/km (kombiniert).

100 Jahre

HUGO PFOHE
IM DIENSTE IHRER MOBILITÄT

HH-Fuhlsbüttel - Alsterkrugchaussee 355
Telefon (040) 500 600

HH-Wandsbek - Friedrich-Ebert-Damm 190
Telefon (040) 669 680

Norderstedt - Niendorfer Straße 147
Telefon (040) 528 00 70

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH, Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg.

www.hugopfohe.de

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH, Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg. Beispielfoto eines Fahrzeuges der Baureihe. Die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes. ¹Gilt für Privatkunden. Gilt für einen Ford Puma Titanium 1,0-l-EcoBoost-Benzinmotor 92 kW (125 PS), 6-Gang-Schaltgetriebe, Start-Stopp-System, Euro 6d-TEMP.

Immer noch beliebt: In Hamburg stiegen die Mieten in den letzten 10 Jahren um 42 Prozent!

ATTRAKTIVITÄT ungebrochen

... doch die Mieten in vielen **Großstädten** stiegen im letzten **Jahrzehnt** trotzdem gehörig an, wie eine aktuelle **Analyse** verrät.

Die Mieten in deutschen Großstädten sind in den vergangenen 10 Jahren überproportional gestiegen. Das belegt eine aktuelle Analyse von immowelt.de. Während die Inflation bei 14 Prozent lag, sind die Mieten in vielen Großstädten durch die Decke gegangen. Spitzenreiter ist Berlin, wo sich die Mieten mit einem Plus von 104 Prozent mehr als verdoppelt haben. Aber auch in München (+61%), Hamburg (+42%) oder Frankfurt (+44%) übertrafen die Mieten bei weitem die allgemeine Preissteigerung.

Untersucht wurden die Angebotsmieten von Wohnungen (40 bis 120 Quadratmeter) in 80 deutschen Großstädten. In 77 der untersuchten Städte lag die Mietsteigerung über der Inflation.

„Die Attraktivität vieler Großstädte ist ungebrochen und die Mieten steigen. Im vergangenen Jahrzehnt ist es den Kommunen offensichtlich nicht gelungen, die richtigen Weichen für mehr be-

zahlbaren Wohnraum zu stellen“, sagt Prof. Dr. Cai-Nicolas Ziegler, CEO der Immowelt. „Mietpreisbremse und Mietendeckel werden das Problem nicht lösen – es müssen vielmehr Anreize geschaffen werden, um den Bau von Wohnungen im preisgünstigen Segment anzukurbeln.“

Die größten Mietsteigerungen verzeichnen wirtschaftsstarke Städte und Regionen. Neben Frankfurt am Main und Hamburg befindet sich auch die Metropolregion Nürnberg im Aufschwung. In Nürnberg und Fürth (je +52 Prozent) liegen die Mieten noch unter der 10-Euro-Marke, in Erlangen (+47 Prozent) ist diese bereits überschritten.

Die vielfältigen Bildungsmöglichkeiten und das breite Jobangebot machen das Städtedreieck zunehmend attraktiv – die stetig steigenden Einwohnerzahlen verdeutlichen das. Ein vergleichbares Bild zeichnet sich auch in Niedersachsen ab. In Hannover, Göttingen (je +48 Prozent)

und Braunschweig (+43 Prozent) ist Wohnen deutlich teurer geworden. Die Region fällt durch wirtschaftliche Stärke, eine renommierte Wissenschaftslandschaft und die Lage an bedeutenden europäischen Verkehrsachsen auf.

Während im Osten Deutschlands die Strahlkraft Berlins alles überragt, zeigt sich ansonsten eine sehr unterschiedliche Entwicklung.

Leipzig (+42 Prozent) und Dresden (+36 Prozent) gewinnen weiterhin an Attraktivität, während in Städten wie Chemnitz (+11 Prozent) oder Cottbus (+14 Prozent) die Einwohnerzahlen stagnieren und die Anstiege gerade einmal der Inflation entsprechen. Die einzige aller untersuchten Städte mit sinkenden Mieten ist Rostock (-5 Prozent).

Rathaus, Alster, Elphi... für all dies ist Hamburg bekannt. Auch für die teuren Mieten. Gerechtigt?



TUDSEN

IMMOBILIEN



IMMOBILIENKAUF

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



IMMOBILIENVERKAUF

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



IMMOBILIENBEWERTUNG

Wir bewerten Ihre Immobilie. Seriös, kompetent und zuverlässig.

MEIENDORF – EINFAMILIENHAUS .

Grosszügiges 5½ Zi. Haus mit etwa 180 m² Wohnfl. Fußbodenheizung, 2 Bäder, Gäste-WC. Großer Vollkeller. Etwa 721 m² Grdst. mit idealer Besonnung in ruhiger, geschützter Wohnlage. B, Gas / Strom-Mix, 130,7 kWh, BJ 1985, E. € 698.000,-. Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

VOLKSDORF – KLASSISCHE VILLA .

Zweigeschossige Villa in alter Allee – Erstklassige Lage. Etwa 286 m² Wohnfläche + Keller warten darauf, wachgeküsst zu werden. Zahlreiche original erhaltene Stilmerkmale. 1.225 m² Süd – Grundstück. B, Gas, 249 kWh, BJ 1906, G. € 1.345.000,-. Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

WOHLDDORF OHLSTEDT – ROTKLINKERVILLA .

Zweigeschossige Rotklinkervilla von 1930 / 2006 saniert. Etwa 293 m² Wohnfläche. Hohe Decken, zahlreiche originale Stilmerkmale. 1.740 m² breites Süd – Grundstück in erstklassiger Lage. B, Gas, 193 kWh, BJ 1930, F. € 1.800.000,-. Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

DUVENSTEDT – AMERIKANISCHE VILLA .

Imposante Villa Bj. 2008 mit etwa 400 m² Wohnfläche. Großzügige, ineinander übergehende Räume. Hohe Decken, 4 Bäder. 1.745 m² wunderschönes Grundstück mit Vorfahrt und Weitblick. Garage für 3 PKW. V, Gas, 77,7 kWh, BJ 2008, C. € 3.600.000,-. Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

GESUCHT!

Für Kunden unserer Firma suchen wir ein Einfamilienhaus oder eine Haushälfte in ruhiger Wohnlage von Sasel, Volksdorf oder Wellingsbüttel. Wohnfl. ab 120 m². Grundstücksgröße ab 500 m². Kaufpreis bis € 1.000.000,-. Ihr Ansprechpartner: Herr Tudsens Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

DRINGEND GESUCHT: VILLA .

Für Kunden unserer Firma suchen wir eine Villa im Bereich Wellingsbüttel, Sasel oder Volksdorf, Kaufpreisvorstellung € 2.000.000,- bis € 3.000.000,-. Es kommt auch ein geeignetes Grundstück in Betracht. Ihr Ansprechpartner: Herr Tudsens Häuser · Villen · Grundstücke · Wohnungen · Anlageimmobilien

040 / 609 019 30 www.tudsens.de

Jan H. Tudsens GmbH · Kontorhaus Eulenkrugstr. 7 · 22359 Hamburg Volksdorf



Wir wissen, dass wahrer Luxus ein schönes Zuhause ist.

Sie planen den Kauf oder Verkauf einer Immobilie? Unsere Experten im Alstertal beraten Sie gerne - persönlich, individuell & professionell.



Melanie Dieckmann
Beratung, Verkauf und Einwertung
T +49 40 210 898 88
melanie.dieckmann@hamburg-sothebysrealty.de



Alexander Stehle
Geschäftsleitung
T +49 40 210 898 88
alexander.stehle@hamburg-sothebysrealty.de

Hamburg | **Sotheby's**
INTERNATIONAL REALTY

Frahmredder 8 | 22393 Hamburg
www.hamburg-sothebysrealty.de
T +49 40 210 898 88

IMMOBILIEN



Grafik: LBS/Tomiczek

Bindung Blume

Das Alstertal-Magazin stellt auf seinen Immobilienseiten in lockerer Reihenfolge **aktuelle Urteile** zur Rechtsprechung rund um die Immobilie vor. **Wohneigentümergeinschaften**, verstrichene **Fristen** und Blumentöpfe im **Treppenhaus!**

SPÄTER EINWAND

Die Zugehörigkeit zu einer Wohnungseigentümergeinschaft ist gelegentlich schon mit einer Ehe verglichen worden, denn damit bindet man sich über viele Jahre, manchmal sogar ein ganzes Leben lang, an andere Menschen. Deswegen gibt es Sonderregelungen, wonach die Veräußerung eines Objekts der Zustimmung der übrigen Mitglieder bedarf.

Allerdings muss nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS irgendwann auch Rechtssicherheit

Urteile um die IMMOBILIE



Rechtssicherheit muss herrschen, aber zu viele Eigentümerversammlungen sind auch unnötig, beschieden Gerichte

, Strafen, ntöpfe

herrschen. (Oberlandesgericht Frankfurt, Aktenzeichen 20 W 12/18)

Der Fall: Alle aktuellen Mitglieder einer Wohnungseigentümergeinschaft hatten bereits gegenüber dem Notar einem Eigentümerwechsel zugestimmt. Nach diesem Zeitpunkt änderte sich allerdings die Zusammensetzung der Gemeinschaft und es kam die Frage auf, ob nun ein weiteres Mal eine Zustimmung einzuholen sei.

Das Urteil: Es sei „nicht gerechtfertigt, trotz Vorliegens der Zustimmung aller zum maßgeblichen Zeitpunkt des Zugangs der Zustimmungserklärung als Eigentümer eingetragenen Wohnungseigentümer“ später nochmal eine Eigentümerversammlung damit zu befassen. So hieß es im Urteil des zuständigen Zivilsenats. Das bedeutete: Es blieb ungeachtet der Beanstandungen bei der Zulässigkeit des Eigentümerwechsels.

GRÜNE BEDROHUNG?

Die Rechtsprechung ist seit jeher kritisch, was das ungefragte Ausweiten des eigenen Wohnraumes in Richtung des gemeinschaftlichen Treppenhauses betrifft. Wer anfängt,

Fortsetzung auf S. 94



Frühstücksgespräche

Ihr Immobilienmakler setzt Ihre Pläne um

Diskutieren Sie schon lange über Ihren Wunsch, sich wohnlich zu verändern? Dann kennen Sie sicher auch: „Aber es ist doch sooo schön hier!“ Lassen Sie Ihre Gedanken Realität werden! Erfahrene Experten bieten individuelle Entscheidungshilfen, einfühlsam und mit Weitblick kompetent und handfest. Ein Vorsatz für 2020?

Fahredder 7
22393 Hamburg

ivd

Telefon: 040 - 600 10 60
www.zimmermann-ivd.de



Vermietungsangebote am Saseler Markt

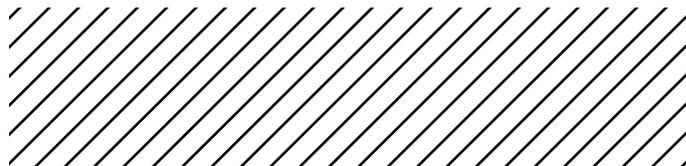


für Praxis oder Büro
ca. 77 m², 3 Räume, 2 WCs, hell und hochwertig ausgestattet, im 1. OG eines stark frequentierten Geschäftshauses mit Fahrstuhl, verfügbar nach Absprache,

für Praxis oder Büro
ca. 99 m² im 1. OG, ruhig zum Hof, mit Balkon, 1 WC, EBK, in stark frequentiertem Geschäftshaus, verfügbar ab Frühjahr 2020

Ladenfläche
ca. 66 m², großes Schaufenster, 2 Zugänge (von Gehweg und Hof), elegante kleine EBK, verfügbar nach Absprache

courtagefrei direkt v. Vermieter MuM Immobilienverwaltungs KG
Tel. 603 10 77, MT 0177-603 10 77, info@MuM-Verwaltungen.de



ABEL IMMOBILIEN 

Makler & Bauträger

26 JAHRE

Fragen Sie Ihren Makler nach seiner **Erfahrung** und seinen **Referenzen**

Wir suchen für unsere Kunden Häuser und Grundstücke
abel-immo.de
Tel. 6000 91 60

**Handwerker/Gärtner/
Marktbeschicker!!!**

Hallenflächen
ca. 300m² und
25m²- 100m²
zu vermieten.
Hamburg-Sasel
Büro: 040-633 177 50
Mobil: 0172-953 65 75

Grundstücksbewertung
- unabhängig - marktgerecht

Stephan Teschke

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

Ihr Ansprechpartner für
GuTe-Immobilienberatung

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

immobilien
VOLKER WARNEKE

**Hanseatisch
vertrauensvoll!**

■ seit 1977

Volker Warnke Immobilien
Saseler Kamp 25
22393 Hamburg
vw@immo-warnke.de
www.immo-warnke.de

040/601 78 74



Fortsetzung von S. 93

dort Regale aufzustellen oder seine Schuhsammlung zu präsentieren, der bekommt regelmäßig Schwierigkeiten. Ein Ständer mit Blumentöpfen kann allerdings nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS durchaus erlaubt sein. (Landgericht Frankfurt/Main, Aktenzeichen 2-13 S 94/18)

Der Fall: Eine Wohnungseigentümerin platzierte an verschiedenen Stellen im Treppenhaus Blumentöpfe und andere, kleinere Dekorationsgegenstände. Den Mitbewohnern behagte das nicht, sie forderten eine Entfernung des eigenmächtig angebrachten Schmucks. Die Hausordnung traf in dieser Hinsicht keine eindeutige Regelung, am Ende mussten sich zwei Gerichtsinstanzen damit befassen.

Das Urteil: Es handle sich um „ein sozialadäquates Verhalten“, wenn jemand für ein wenig Grün im Treppenhaus Sorge, befanden die Zivilrichter am Landgericht.



Grafiken: LBS/Tomiczek

Die Begrünung des Treppenhauses mit Blumentöpfen gelten als „sozialadäquates Verhalten“.



Wer vertragliche Bauversprechen vernachlässigt, muss mit empfindlichen Geldstrafen rechnen!

Hier liege alles im Rahmen des Üblichen, zumal auch keine anstößigen Objekte gezeigt oder Rettungswege verengt würden. Den anderen Eigentümern bleibe es unbelassen, selbst ebenfalls Pflanzen aufzustellen.

VERTRAGSSTRAFE

Der Käufer einer Immobilie hatte ein Grundstück erworben. Im Vertrag verpflichtete er sich, das Anwesen auf die Dauer von 20 Jahren mit einem Wohn- und Geschäftshaus, einer Tiefgarage und einem Fluchtweg für ein Theater zu bebauen.

Dazu sollte er zweieinhalb Jahre Zeit haben, dann war eine Vertragsstrafe fällig – 10.000 Euro je angefangenem Monat der Fristüberschreitung. Weil geraume Zeit nichts geschah, kam eine Summe von mehr als 700.000 Euro zusammen, die der Betroffene nicht bezahlen wollte. Der Anspruch schien ihm nicht nur verjährt, sondern auch im Verhältnis zum Kaufpreis unangemessen.

Doch in zwei Instanzen bestätigte die Justiz nach Information des Infodienstes Recht und Steuern der LBS, dass die Vertragsstrafe bezahlt werden müsse. (Oberlandesgericht Köln, Aktenzeichen 3 U 53/18)

Unser Team braucht Verstärkung !



Wir suchen :

Ein bis zwei **Architekten/innen** und **Bauzeichner/innen** mit Erfahrung im Wohnungsbau. Teilzeit ist möglich. Unser Büro liegt fußläufig zur S-Bahn / Busstation in Poppenbüttel. Mehr über uns und unsere Projekte erfahren Sie unter:

www.mwy-architekten.de



Langenstück 29, 22393 Hamburg

E-Mail: info@mwy-architekten.de Tel.: 040 - 636 036 90



Porschen
Ihr Finanzierungsexperte im Norden.

**Ungebundene Beratung /
Vermittlung von Baufinanzierung**

Finanzierungsexperte Guido Porschen
Poppenbüttler Hauptstr. 31
22399 Hamburg
Tel. 040 645 05 415

guido@porschenhamburg.de • www.porschenhamburg.de

Immobilienverkauf: stressfrei & sicher

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

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

BIBOW
Immobilien

www.Bibow-Immobilien.de

Tel. 040 / 608 75 100



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

Barbara Suhr, Mediaberatung

Mobil: 0172 / 923 36 82

Tel.: 538 930 54

Mail: b.suhr@alster-net.de

Trumm
IMMOBILIEN GmbH

► **Bauplatz dringend gesucht!** ◀ ☎ **59 6100**

Wir suchen dringend - ohne Finanzierung - einen ruhigen Bauplatz zur Einzel-, Doppel- oder Mehrfamilienhausbebauung !

www.TrummImmobilien.de ■ Hausbau - Makler - Bewertungen - Coaching ■ seit 1978



Seit 1965
in Hummelsbüttel

Achim Meier

Bauunternehmen

- Schimmel / Feuchtigkeitssanierung
- Wärmedämmung
- Betonsanierung • Altbausanierung

Hummelsbütteler Weg 50 • 22339 Hamburg
Tel.: 040-538 34 16
Fax: 040-538 28 92 • Mobil: 0171-4151744
E-Mail: technik@ameier-bau.de

www.alstertal-plus.de



<p>Mende & Landes Dachdeckermeister Bedachung – Fassade</p>	<p>Steildach Flachdach Fassaden- und Schornsteinverkleidungen Bauklempnerei Reparaturen</p>	<p>1970 50 2020</p>
<p>Goethestr. 13 • 22848 Norderstedt • Tel.: 0 40 / 5 23 56 38</p>		

Sanitär - Heizung - Klempnerei - Bedachung - Kundendienst

GmbH
Inh. Carsten Peters

Zertifizierten Fachbetrieb
für senioren- u. behinderten-
gerechte Bäder/Installation

STELTZER Sanitär

WILHELM-STEIN-WEG 8 - 22339 Hamburg

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

Ihre **ONLINE-Druckerei**

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

Gern beraten wir Sie!

Druckerei Krüper & Co. GmbH,
Stadtbahnstraße 30, 22393 Hamburg
Tel.: (040) 600 95 070, E-Mail: mail@krueperdruck.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 8.30-11:30 und 12:30 -18.00 Uhr

www.krueperdruck.de

**EINE FEINE
KLEMPNEREI!**

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

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

IMPRESSUM

Verlagszentrale:
040 / 538 930-0
Mo.-Fr.: 8.00 bis 17.00 Uhr
Buchhaltung:
040 / 538 930-13
Mo.-Do.: 8.00 bis 12.00 Uhr
Redaktion:
040 / 538 930-46
Mo.-Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr
Verteilung/Vertrieb
040 / 538 34 52
E-Mail:
redaktion@alster-net.de
anzeigen@alster-net.de
Fax: 040 / 538 9 30 11
Internet:
www.magazine-fuer-hamburg.de

ALSTER MAGAZIN, ALSTERTAL MAGAZIN,
HAMBURG WOMAN, MEDIZIN EXKLUSIV,
HOME & LIFE, AEZ-INSIDE
ANZEIGEN-VERMARKTUNG nach Schwerpunkten:
Gabriele Bergerhausen (Poppenbüttel, Haspa),
Tel. 538 930-55
Jutta Brandes (AEZ), Tel. 538 930-50
Julia Carstensen (Hamburg), Tel. 538 930-59
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/Immobilien), 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 (vi.S.d.P.) | **Chefredakteur:** Kai Wehl
Stellvert. Chefredakteur: Christian Luscher | **Redaktion:** Jonas Bormann, Kimberley Schulz
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 - © 2020 Magazin Verlag Hamburg
Das Alstertal-Magazin wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt und liegt zusätzlich
in ausgewählten Unternehmen für Sie bereit.

Sharepoints erfahren Sie unter: www.magazine-fuer-hamburg.de/werben

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

1a REINIGUNG
Textilpflege
maximum
Hemden: vorgeformt & handgebügelt
kein Stück gepresst
auch gelegt, wie Sie es wünschen
Betten - Spezial - Pflege:
herrliche Frische
Erdkampsweg 18 / Ecke
Hummelsbütteler Landstraße
HH-Fuhlsbüttel
Tel.: 040/500 11 27

Heißmangel - Wäscherei
für Wäsche jeder Art
Langenhorn, Krohnstieg 82
Karina Wirth, Tel.: 531 94 43

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

URLAUB AUF USEDOM
Sehr komfortable Ferienhäuser u. -wohnungen,
Nähe Strand oder Golfplatz, freie Ferientermine.
Tel. 01 72/3275041 • helmut.hohmann@web.de
meine-usedom-ferienwohnungen.de



Das nächste Alstertal-Magazin erscheint am 28.02.2020

Abonnieren Sie unseren Newsletter

Das Alstertal-Magazin ONLINE

auf allen
Geräten



Jetzt abonnieren auf:
www.magazine.hamburg/e-paper/

What's up in TOWN?



HSV-Legende und Ehrenbürger Uwe Seeler mit Kaffee-König Albert Darboven (r.)



Die Gastgeber Christa und Eugen Block (v.l.) mit Hamburgs Erstem Bürgermeister Dr. Peter Tschentscher (r.) und dessen Frau Eva-Maria

PUNSCH UNTERM DACH

Rund 350 Gäste folgten der Einladung des Poppenbüttler Hoteliers Eugen Block zu dessen 10. traditionellen **Neujahrspunsch unterm Vordach des Grand Elysée Hamburg**. Bei mittelkalem aber trockenem Wetter und heiterer Musik vom Chor der „Hamburger Klabaufermänner“ und „Afro Gospel“ gab es dem Anlass entsprechend Glühwein, Trüffel-Bratwürstchen sowie kühles Bier und heiße Suppe. Themen waren vor allem Fußball und die kommende Wahl.



HSV-Trio: Moritz Schäfer (Vizepräsident und Schatzmeister), Bernd Hoffmann (Vorstandsvorsitzender AG) und Marcell Jansen (Präsident, v.l.)



Unternehmer-Ehepaar Susanne und Lars Tamme (Edeka Tamme)



Unternehmerin Gaby Gassmann und Mr. Beachvolleyball Frank Mackerodt

Fotos: Kat Wehl

NEUJAHRSPUNSCH EMPFANG

Erstmals in seiner jungen Geschichte veranstaltete das Unternehmernetzwerk M-POINT einen Neujahrsempfang mit 300 Unternehmerinnen und Unternehmern im Hotel GRAND ELYSÉE HAMBURG. „Mit diesem Zuspruch an einem Sonntagabend war wirklich nicht zu rechnen“, so Netzwerkgründer Thomas Götzing. „Es zeigt uns aber, dass immer mehr Unternehmer den hohen Wert der Vernetzung erkennen und die Chancen dazu sehr gerne bei unseren analogen Events nutzen!“. Ehrengast war Marcus Weinberg, Spitzenkandidat der CDU für die Bürgerschaftswahl in einem Talk mit dem Netzwerkgründer. Erstmals vergeben wurde an diesem Abend der M-POINT Preis für „Innovative Handwerkskunst!“ Dieser ging an die Saseler Goldschmiedemeisterin Marina Lam. Kontakt: www.mpoint.biz.



Verleger Wolfgang E. Buss, CDU-Mann Marcus Weinberg und Mathias Adler, Hamburger Tagesjournal (v.l.)

Ezgi Sürücü (M-POINT), Goldschmiedemeisterin Martina Lam und Gastgeber Thomas Götzing



© Jan-Rasmus Lippels / www.frische-fotografie.de



Aus unserer Feder kommen viele prägende Ideen.
Für Weitere suchen wir noch Grundstücke.

Gemeinsam mit Ihnen planen und bauen wir nach Ihren Vorstellungen und Wünschen ein Architektenhaus, das bis ins kleinste Detail zu Ihnen und Ihrem Leben passt. Ein Haus, so individuell wie Sie.

www.mollwitz.de 040 645 395 0



WIR SUCHEN DICH!

**Mediaberater (m/w/d) für unser Alstertal Magazin
und weitere Publikationen -
frei, halbtags oder in Festanstellung**

Du...

- bist engagiert • hast Verkaufstalent
- verfügst über Berufserfahrungen

Wir bieten...

- Arbeit beim Marktführer Premium Freemags
- dein eigenes Büro • individuelle Weiterbildung

Melde dich!

Bei Wolfgang E. Buss, w.buss@alster-net.de
Fon: 040 - 538 9 300





MERIDIAN

SPA & FITNESS

STARTE
JETZT MIT

0€

Aufnahmegebühr*

nur noch bis
29.02.

”

**MEINE GUTEN VORSÄTZE
VERSCHWITZE ICH NICHT.**

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

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