

DUVENSTEDTER

ZEITSCHRIFT FÜR **KREISEL** DIE REGION OBERALSTER



Der Arzt mit der goldenen Trompete

Waldgespräch mit dem Jazz-Musiker Abbi Hübner

3-Gänge-Weihnachtsmenü

Rezept aus der Wohldorfer Mühle

Wespennester

Anjas Backrezepte

Totes Feld

Thriller von Andreas Richter – Teil 1



Weihnachtswünsche werden wahr

Wir haben weitere Leckerbissen
auf dem Weg ins eigene Heim.

 +49 (0)40 / 63 64 63-0

 www.witthoeft.com


WITTHÖFT
Immobilien aus gutem Hause


VORWORT

Den Wald vor lauter Bäumen nicht sehen

Seit drei Jahren sind wir Halter einer Labrador Hündin, mit der ich regelmäßig viel Zeit im Tangstedter Forst verbringe.

Ich genieße es gerade in diesen Zeiten, in denen man Menschenmengen meiden sollte – Stichwort: social distancing –, mit dem Hund in den Wald zu gehen und einfach nur durchzuatmen.

Erwiesen ist, dass der Wald Stress lindert, das Immunsystem stärkt und das Selbstwertgefühl hebt – und zwar schon innerhalb kürzester Zeit. Ich zumindest fühle mich nach einer Hunderunde sehr zufrieden.

Während der ausgiebigen Waldspaziergänge komme ich immer wieder auf neue Ideen. So auch, im Wald auf einem Sofa sitzend interessante Gespräche zu führen.

Abbi Hübner, der Arzt mit der goldenen Trompete

Dieses Mal lud ich Abbi Hübner, Jazz-Musiker, Arzt und Autor, zum Interview auf unserem Sofa im Grünen – selbstverständlich samt Trompete, wie es sich für eine Jazz-Größe gehört. Nicht nur, weil wir uns familiär nahestehen, hatten wir sehr viel Spaß bei dem Treffen – lesen Sie selbst ab Seite 6.

Ein nicht ganz ernst gemeinter Hinweis von Abbi während des Gespräches lautete übrigens: „Mich haben alle Kollegen geschätzt: die Ärzte den Autor, die Musiker den Arzt, die Autoren den Musiker.“ Für das erste Waldgespräch im kommenden Jahr hat sich bereits TV-Moderator und Sportexperte Gerhard Delling angekündigt.

Der schönste Moment in der Produktionsphase

Ich freue mich jedes Mal bei der Fertigstellung einer Ausgabe auf das Auswählen des Titelbildes. Es wird vielleicht un-

terschiedliche Meinungen zu unserem aktuellen Weihnachtsmotiv geben, denn viele Menschen können und wollen den Nasen- und Mundschutz nicht mehr sehen. Er gehört aber leider in unsere jetzige Zeit. Und um allen klarzumachen, dass wir noch eine ganze Weile damit leben müssen, haben wir auch den Weihnachtsmann mit einer entsprechenden Maske ausgestattet.

Veranstaltungen in Corona-Zeiten

Wir haben lange für Sie an unserem Veranstaltungskalender gearbeitet, für die Weihnachtszeit und den Jahresbeginn interessante Veranstaltungen aus der Region zusammengestellt.

Doch dann wurden Anfang November mit dem bundesweiten Teil-Lockdown sämtliche Freizeitveranstaltungen untersagt. Weihnachtsmärkte, Konzerte und andere Veranstaltungen – alle abgesagt. Somit sahen wir uns gezwungen, den Veranstaltungskalender im Duvenstedter Kreisel leider zu streichen. Ich hoffe, dass wir Ihnen den Service in der Februarausgabe wieder bieten können.

Totes Feld – der Thriller

Exklusiv für den Duvenstedter Kreisel schreibt Andreas Richter einen neuen sechsteiligen Short-Mystery-Thriller – „Totes Feld“. Spannend, packend, mitreißend. Den ersten Teil lesen Sie in dieser Ausgabe.

Was Sie noch erwartet

In unserer Weihnachtsausgabe 2020 haben wir für Sie ein leckeres 3-Gänge-Menü aus der Wohldorfer Mühle zum Nachkochen vorbereitet. Selbstverständlich dürfen in der gemütlichen Vorweihnachtszeit Kekse nicht fehlen. Anja Neumann hat unwiderstehliche Gebäckrezepte für Sie: Wespennester von der Ostseeinsel Fehmarn und Fior di Mandorla aus Italien.

Nun wünsche ich Ihnen eine erholsame Adventszeit, halten Sie in diesen schwierigen Zeiten durch, bleiben Sie gesund, genießen Sie Weihnachten und den Jahreswechsel.

Wie immer freuen wir uns auch zu Weihnachten auf Ihr Feedback zu dieser Ausgabe, gern per Mail an redaktion@duvenstedter-kreisel.de.

*Ihr Thomas Staub,
Herausgeber des Duvenstedter Kreisels*



Heldenhaftes Nichtstun? Laut des fraglichen Werbevideos der Bundesregierung können wir die Pandemie nur retten, wenn wir nichts tun. Dann fange ich damit schon einmal an. 😊



6 Der Arzt mit der goldenen Trompete



44 Wespennester

RUNDBLICK

- 6 Der Arzt mit der goldenen Trompete
- 14 Ein Jahrzehnt Lokalgeschichte
- 16 Hanseatische Weihnachtsgans von der Weide
- 18 Autoren wünschen frohe Weihnachten
- 21 Weihnachten im Rader Wäldchen
- 22 Das war das Jahr 2020 - Instagram-Foto-Aktion
- 25 Und das hält ???
- 26 Vier Wege aus dem Stress - Teil2

ARTIKEL



- 12 Weihnachten 1946
- 28 Totes Feld - Teil 1

VORGESTELLT

- 15 Stylish Mode, die glücklich macht

KULTUR & UNTERHALTUNG

- 34 Kultur in Zeiten der Pandemie
- 35 Eine Achterbahnfahrt der Emotionen
- 36 So kann man Igel im Garten helfen
- 37 Beim Treppenlift gilt zu entscheiden
- 38 Was war denn das bitteschön für ein Jahr?!
- 39 Mangelernährung im Alter
- 40 Heimkino - Annekes (Ent-)Spannungstipps
- 42 Für Weihnachten - Buchtipps von Heike Klauder

CadaMes

ADVENTSKALENDER SHOPPING

Jeden Tag ein
Geschenk!

Hinter jeder Tür verbirgt sich eine tolle Überraschung. Von Goodies über themenbasierte Rabatte bis hin zu Reduzierungen auf das komplette Sortiment einer Marke. Lasst euch im Geschäft überraschen oder folgt uns auf Instagram & Facebook, dort erfahrt ihr immer sofort welches Geschenk am jeweiligen Tag auf euch wartet.

cadamesfashion CadaMes

Mo - Fr 11:00 - 19:00 Uhr – Sa 11:00 - 16:00 Uhr
Poppenbütteler Chaussee 37, 22397 Duvenstedt
www.cadames.de

DER WEG ZUR

Jubiläumsausgabe



28 Totes Feld

RÄTSELPASS

43 Sudoku und andere Rätsel

KULINARISCHES

- 44 Wespennester
- 45 Fior di Mandorla
- 46 3-Gänge-Weihnachtsmenü

KINDER- & JUGENDSEITEN

- 50 Hermelin
- 51 Finde sieben Fehler und andere Rätsel

KIRCHE

- 52 Es gelten für alle Kontaktbeschränkungen

SPORT & FREIZEIT

- 54 Kein Kind ohne Sport
- 54 Was ist eigentlich Floorball?
- 55 Duvenstedter SV ist nominiert

KLÖNSCHNACK

- 56 Lögenhaft to vertellen

SCHLUSSLICHT

- 58 Das bisschen Papier und Plastik...

Gisela Nikpur
Dekorationen & Präsente



Weihnachtsausstellung

Da wir dieses Jahr nicht im AEZ ausstellen, finden Sie uns:

Trilluper Weg 75
22397 Hamburg-Duvenstedt

ab 28. November
immer samstags 12 - 19 Uhr
oder Montag bis Freitag
nach telefonischer Absprache

0171 9447732



#41 Juni/Juli 2020



#43 Nov./Dez. 2020



#45 April/Mai 2021



#47 Sep./Okt. 2021



#49 Feb./März 2022



#40 April/Mai 2020



#42 Sept./Okt. 2020



#44 Feb./März 2021



#46 Juni/Juli 2021



#48 Nov./Dez. 2021



#50 April/Mai 2022

© donnsterns / 123rf

Der Arzt mit der goldenen Trompete



Thomas Staub (l.), Herausgeber des Duvenstedter Kreisel, im Gespräch mit Abbi Hübner

WALDGESPRÄCH MIT JAZZ-TROMPETER ABBI HÜBNER

Und wieder wurde das Sofa in den Tangstedter Forst gebracht. Das zweite Waldgespräch stand an. Diesmal hatten wir Abbi Hübner eingeladen, und er sagte spontan zu.

Thomas Staub, Duvenstedter Kreisel:

Eines vorweg, wir sprechen uns mit Du an, denn schließlich bist Du mein Onkel. Schön, dass Du Dir die Zeit genommen hast für unser Waldgespräch. Onkel Abbi, Du bist Arzt, Autor und Musiker – worüber wollen wir als Erstes sprechen?

Abbi Hübner:

Wir sollten zunächst über den Jazz-Musiker Abbi Hübner reden, der einfach popu-

lärer ist als der Arzt für Allgemein- und Arbeitsmedizin, Dr. Albert Hübner, und der Autor Dr. Albert Hübner. Aber zunächst noch ein kleiner, nicht ganz ernst gemeinter Hinweis:

Mich haben alle Kollegen geschätzt: die Ärzte den Autoren, die Musiker den Arzt, die Autoren den Musiker.

Leider gibt es die Band Abbi Hübner Low Down Wizards nicht mehr. Wir haben

uns im September diesen Jahres offiziell aufgelöst – „BLUE AND BROKEN HEARTED“, wie der Song heißt. Nein, aufgelöst ist nicht das richtige Wort, es steht den anderen Musikern frei, ohne mich als „Low Down Wizards“ weiterzuspielen. Wir gehen ja nicht im Streit auseinander.

Ich bin raus – nicht nur durch die pandemieverursachten Einschränkungen unserer Lebensbedingungen, sondern auch

getrieben durch den, infolge fortgeschrittenen Alters, eingetretenen Schwund meiner musikalischen Kräfte.

Wenn ich mir heute Musik anhöre, die wir vor 30 oder 40 Jahren mit unserer Band eingespielt haben, wird mir einfach klar, dass ich auf diesem Niveau nicht mehr spielen kann. Ich habe zur Kenntnis nehmen müssen, dass ich den eigenen Ansprüchen an meine Musik nicht mehr gerecht werden kann.

Bevor mir Freunde oder andere Musiker wohlwollend zu verstehen geben, dass es besser wäre aufzuhören, sage ich mir das lieber selbst – vorher.

Staub:
Früher hast Du täglich auch zu Hause Trompete gespielt. Heute immer noch?

Hübner:
Ich habe die Trompete nicht an den Nagel gehängt. Es waren gerade keine Nägel zur Hand.

Selbstverständlich spiele ich immer noch und übe auch mit meinen 87 Jahren – aber nicht mehr täglich. Als „dienstältester“ Hamburger Jazz-Musiker lasse ich mir das auch nicht nehmen.

Staub:
Ich habe mal einen Satz von Dir gelesen: „... da sprang mich die Jazzmusik aus einem alten Radioapparat wie ein wildes Tier an und hat mich nie wieder losgelassen.“ Was meinstest Du damit?

Hübner:
Erfreulicherweise haben es die Alliierten nach dem Zweiten Weltkrieg verstanden, ihre Musik mit Hilfe der Soldatensender B.F.N. und A.F.N. – British Forces Network und American Forces Network – in ihren Besatzungszonen bekanntzumachen. So war die Radiostation des B.F.N. in den Räumen der Kleinen Musikhalle stationiert. Wir konnten die für uns neue Musik hören und waren fasziniert, enthusiastisch und begeistert. Mir genügte es nicht, die Musik nur zu konsumieren, sondern ich wollte selbst aktiv werden und Jazzmusik spielen. Als Instrument kam für mich nur die Trompete oder das Kornett in Betracht und Gesang. Armstrong war mein großes Idol und ich

Zu Hause gut umsorgt



In den Wald-dörfern

Im Stadtteil

Pflege nur mit Fachkräften

Als gemeinnützige Stiftung sind wir jederzeit für Sie da!



Duvenstedter Damm 60
Tel. (040) 60 60 14 35
www.hzhd.de

HOSPITAL ZUM HEILIGEN GEIST
Ambulante Pflege
Heilig Geist



Ihr Spezialist in Sachen...

- Heizung
- Sanitär ■ Solar
- Badsanierung

KEVIN FLOHR
MEISTERBETRIEB

KEVIN FLOHR
Sanitär- und Heizungstechnik Beratung | Planung | Ausführung

Lohe 64 a • 22397 Hamburg • Tel. 040-64 50 63 31 • flohr-heizung.de • info@flohr-heizung.de

übte zu Hause – wenn ich allein war – die „Armstrongsche“ Tongebung ein.

Ich hatte da gewisse günstige Voraussetzungen und war schon während meiner Schulzeit ein guter Imitator. Es geht auch heute noch die Sage, der Mathematiklehrer wäre, als er gerade die Klasse betreten wollte und hörte, wie ich ihn drinnen vor den Schülern imitierte, wieder umgekehrt und weggegangen, weil er meinte, er wäre schon da!

Die Verantwortlichen des B.F.N. haben relativ schnell begriffen, dass man über die Jazzmusik im Handumdrehen aus ehemaligen Feinden Freunde machen konnte. Immerhin waren ja unsere Väter und Großväter während zweier Weltkriege überaus bemüht gewesen einander umzubringen. Der NWDR war damals leider weit davon entfernt, sich der

Jazzmusik entsprechend anzunehmen. In Hamburg bildeten sich überraschend schnell eigene Jazzbands wie das „Magnolia Dance Orchestra“, die „Riverside Jazzband“ und die „South Jazzband“. Alle drei fanden Gelegenheit sich der Öffent-

lichkeit zu präsentieren; „Magnolia“ in der Taverne des Winterhuder Fährhauses, „Riverside“ im „Handtuch“ des Wörmannhauses

in der Neuen Rammenstraße und die „South Jazzband“ bei „Rascher“ im Dovenfleet. So lernten wir in unserer Jugend die Jazzmusik kennen. Die Musik befriedigte unser angeborenes Form- und Gestaltungsbedürfnis, beendete die Suche nach der verlorenen Zeit und half uns, unsere Identität zu finden. Wir Hamburger Jazzmusiker der ersten Generation nach dem Zweiten Weltkrieg sind alle „Kinder des BFN“ mit seinem „Anglo-German Swing Club“.

Alles Kinder

des BFN
mit seinem „Anglo-German
Swing Club“

“

durchaus schon an uns orientieren.

Staub:

Wie bist Du zu deiner ersten Trompete gekommen? Zur damaligen Zeit kostete die bestimmt ein Vermögen.

Hübner:

Nach den bisherigen Ausführungen dürfte klar sein, dass gebrauchte Musikinstrumente damals hoch im Kurs standen. Eine neue Trompete kam aus finanziellen Gründen sowieso nicht in Frage. Kurz vor Weihnachten stellte mir meine Mutter, die den Wunsch ihres Sohnes schon singen konnte, ihre Weihnachtsgratifikation in Höhe von 65 DM zur Verfügung und ich klapperte zusammen mit meiner Freundin Ramino Kiethe die Musikalienhandlungen der Innenstadt ab. „Aber Albert, keinen Pfennig mehr!“, rief uns Mutter noch hinterher. Bei Otto Tittmann im Neuen Steinweg wurden wir fündig. Er hatte eine gebrauchte Trompete in Kommission,



Frohe Weihnachten und ein glückliches neues Jahr!



Versicherungsagentur
Henning Lüdeker

Tannenhof 50
22397 Hamburg (Termine nach Vereinbarung)
Tel 040 881752 - 81
henning.luedeker@ergo.de
www.henning-luedeker.ergo.de

ERGO

die genau 65 DM kosten sollte, die meine Mutter erübrigen konnte. Ein Wink des Schicksals? Ein Wink des Schicksals! Ich versprach schnellstens mit meiner Mutter wiederzukommen, aber Otto Tittmann beruhigte uns: „Das ist jetzt deine Trompete, ich bin noch lange im Laden und ihr könnt in aller Ruhe wiederkommen!“ Das klang beruhigend, aber ich war erst entspannt, als das Geschäft abgewickelt war und wir in der Straßenbahn in Richtung Wandsbek saßen. Die Trompete war und blieb das schönste Weihnachtsgeschenk meines Lebens.

Staub:

In Jazz-Kreisen bekamst Du den Namen „Der Arzt mit der goldenen Trompete“. War der Berufswunsch „Arzt“ von Anfang an das Ziel Deines Studiums?

Hübner:

Reiner Zufall. Ich war seinerzeit wohl der ärmste Student der BRD. Ich musste als sogenannter „Werkstudent“ mein Studium selbst finanzieren – mein Vater war mit 43 Jahren an einem Hirntumor gestorben. Ich arbeitete in allen möglichen Berufen: als Packer bei der Post und Tellerwäscher eines Restaurants im Hauptbahnhof, als Fahrer bei einer Spedition, als Teppichklopfer und Warenhausdetektiv, als Hilfsarbeiter im Hoch- und Tiefbau, bei einem Gärtner, als Sportlehrer in einem Berglehrlingsheim, als Vorlesungsassistent und – das wurde schicksalhaft – als Hilfspfleger im Krankenhaus Wandsbek.

Nach einem Vierteljahr verließ ich diese Klinik mit der erklärten Absicht: „Ich werde Arzt!“

Bis dahin hatte ich Deutsch, Geschichte und Sport studiert. Journalist oder Lehrer schwebten mir als Berufsziel vor, aber jetzt Arzt?

Innerhalb von sechs Jahren absolvierte ich das Medizinstudium mit der Note „gut“. Ich arbeitete in den Krankenhäusern Wandsbek und Barmbek und trat 1970 dem Ärztlichen Dienst der Behörde für Inneres bei, dessen Leitung ich nach zehn Jahren, also 1980, übernahm.



© Jutta Schewe

Abbi Hübner, der älteste Hamburger Jazz-Musiker, ließ es sich nicht nehmen, auch im Tangstedter Forst Hot Jazz zu spielen.

Weihnachtsbäume

Start: 28. November

Kostenloser Service

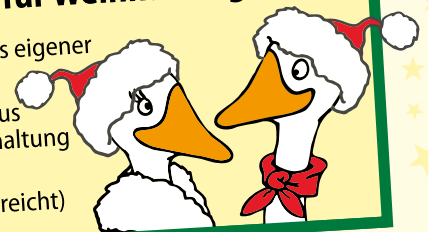
- ★ **Anspitzen**
- ★ **Ständermontage**
Bringen Sie Ihren Weihnachtsbaumständer mit
- ★ **Zurückstellen Ihres Baumes**
bis zum gewünschten Termin
- ★ **Lieferung frei Haus**

Bestellservice für Weihnachtsgeflügel

Gänse, erstmalig aus eigener Freiland-Aufzucht

Enten und Puten aus regionaler Freilandhaltung

ab sofort
(solange der Vorrat reicht)



Nur am Kringelweg
22889 Tangstedt
Telefon: 04109/252930
www.spargelhof-bolhuis.de
Öffnungszeiten
Mo. bis So.: 9.00 - 19.00 Uhr

SPARGELHOF
Bolhuis

<p>Sascha Spiegel Steuerberatungskanzlei</p>	<p>Kompetenz in Steuern und Beratung</p>
	<p>Poppenbütteler Chaussee 47 22397 Hamburg (direkt über dem Rewe-Einkaufsmarkt)</p> <p>Tel. (040) 607 2634 Fax (040) 607 1631</p> <p>www.spiegel-hamburg.de e-mail: kanzlei@spiegel-hamburg.de</p>

Staub:

Hast Du auch für den NDR gearbeitet?

Hübner:

Ja, mit weitreichenden Folgen: 1984 fragte mich Michael Naura, der Leiter der Jazzredaktion, ob ich nicht Lust hätte, für seine Abteilung Sendungen zu produzieren. „Frei Schnauze“, wie er sich ausdrückte, soll heißen, ich durfte machen, was ich wollte. Ich schrieb also die Texte der Sendungen, bestimmte, welche Musik gespielt werden sollte und sprach die Texte auf Konserve. Das ging über ein Jahrzehnt so; ich produzierte die Sendereihen „Trompeter im Schatten des Giganten“, „Hot JAZZ“ und „Jazz Classics“. Schon nach der ersten Sendereihe fragte der Leiter des Oreos Verlages bei mir an, ob ich nicht das „Armstrong Buch“ schreiben wolle, dessen Veröffentlichung man gerade auf dem Plan habe. Ich wollte und das von mir verfasste „Armstrong Buch“ erschien 1994. „LOUIS Armstrong, sein Leben, seine Musik, seine Schallplatten“ lautet der vollständige Titel.

Werner Burkhardt und Michael Naura wählten es im „Hamburger Abendblatt“ bzw. in „Die Zeit“ zum Sachbuch des Jahres. Dann rief mich Hark Bohm an und wollte mich und meine Band für seinen Film „Der kleine Staatsanwalt“ verpflichten, an dem er gerade herumbastelte. Ich kannte Bohm damals nicht und hielt die Pläne, die er mir unterbreitete für Hirngespinnste eines Hochstaplers in der Rolle eines Filmregisseurs. Ich sagte trotzdem zu und war überrascht, dass mir der NDR kurz darauf unser Engagement bestätigte. So kamen wir zum Film. Ich durfte mich sogar in einer winzigen Szene selber darstellen.

Staub:

Viele Leser in unserer Region Oberalster haben Dich live erlebt. Entweder in Hamburg im „Cotton Club“, auf dem Feuerschiff oder beim Oldtimertreffen in Duvenstedt. Welcher Auftritt war für Dich in Deiner Musikerlaufbahn am bedeutendsten?

Hübner:

Unvergesslich ist, wenn du mit den großen, zumeist „schwarzen“ Musikern des Jazz zusammenspielen darfst und den Eindruck gewinnst, dass es ihnen genau so viel Spaß macht wie dir. Ikey Robinson, der große Banjospieler von Jabo Smith, schrieb mir einst einen Brief, den er mit „To my friend and brother Abbi Hübner“ adressierte. Da sind mir die Tränen gekommen.

Staub:

Ich kann mich noch an einen Auftritt von Euch erinnern, da habt Ihr den Song „Ich bin der König im Affenstall“ gespielt. Wie kam es dazu?

Auf dem Feuerschiff im Hafen waren ein paar Kinder zu Gast. Deren Eltern baten uns, den Affensong für die Kinder zu spielen. Sie waren kurz zuvor alle zusammen im Film „Dschungelbuch“ gewesen und der Song hatte den Kleinen ausnehmend gut gefallen. So wurde ich zum „König im Affenstall“. Und wie Du



Man kann Abbi einfach sehr gut zuhören. Sein Wortwitz und seine Erfahrung machen dieses Interview einfach unvergesslich.

© Jutta Schewe



**KIEFERORTHOPÄDIE
WALDDÖRFER**

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine gesunde und besinnliche Advents- und Weihnachtszeit!

Alles Gute für das Jahr 2021 von Ihrem Praxisteam der Kieferorthopädie Walddörfer

Kieferorthopädie Walddörfer
Dr. Jessica Ottogreen
Poppenbütteler Chaussee 37
22397 Hamburg
Tel.: 040/68 98 988 77

www.kfo-walddoerfer.de

Dich sicherlich auch noch erinnerst: Unsere Version kam bei Kindern und Eltern gut an.

Staub:

Du bist ja ein richtiger Hamburger Jung. Was bedeutet Hamburg für Dich?

Hübner:

Heimat. Nach der sogenannten „Ausbombung“ in Eilbek, Wandsbeker Chaussee 249, im Jahr 1943, hatte es uns für ein Jahr nach Lübeck verschlagen, aber seit 1944 sind wir wieder in Hamburg, nun in Rahlstedt ansässig. Wenn ich als Schüler von einer Klassenreise zurückkehrte und am Horizont die Kirchtürme Hamburgs auftauchten, musste ich immer ein paar Mal tief durchatmen. Und wenn ich heute mit dem Fahrrad durch Rahlstedt fahre, bedaure ich zutiefst die Menschen, die im Verlauf des Krieges aus ihrer Heimat vertrieben wurden. Allerdings habe ich den Verantwortlichen sehr übel genom-

men, dass sie meine Oberschule, gebaut 1913, abreißen ließen, begründet mit der dünnen Behauptung, eine Instandsetzung wäre teurer als ein Neubau geworden.

Staub:

Glaubst Du, dass wir Eure Variante des Hot Jazz in 20 Jahren auch noch hören werden?

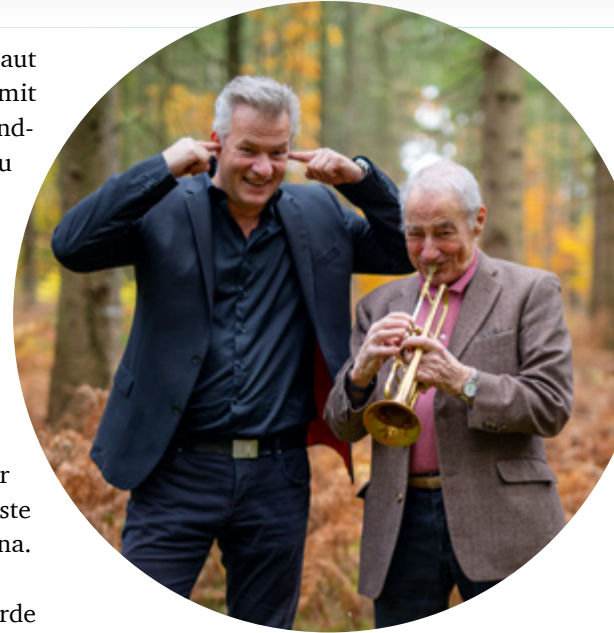
Hübner:

Nein, davon gehe ich nicht aus. Wir sind uns doch einig, das ganze nächste Jahr wird nicht so sein wie vor Corona.

Und in den vergangenen Jahren wurde die Musikrichtung von der jüngeren Generation schon lange nicht mehr angenommen.

Staub:

Vielen Dank, Onkel Abbi, dass Du Zeit für unser Waldgespräch gefunden hast. Bleib gesund.



Spaß hatten wir beim Waldgespräch im Tangstedter Forst.



Auch für die Weihnachtsfeiertage!

Gans to Go Eine Gans für 4 Personen inklusive Beilagen: Rotkohl, Rosenkohl, Kartoffelknödel, Bratapfel und passender Sauce **130,00 €**

Ente to Go Eine Bauernente für 2 Personen inklusive Beilagen: Rotkohl, Rosenkohl, Kartoffelknödel, Bratapfel und passender Sauce **55,00 €**

Hauptstraße 96 · 22889 Tangstedt · Telefon: 04109 9217

www.tangstedter-muehle.de

Bezaubernde Weihnachten mit tollen Aktionen
23.11. - 24.12.2020

Schenken Sie einen Gutschein!
online: www.szs.sh oder direkt im Center

STADTZENTRUM SCHENEFELD
Immer informiert



KURZGESCHICHTE VON MARLIS DAVID

Weihnachten 1946

Weihnachten – so wie es früher war

Zünde eine Kerze an, das Licht der Hoffnung

Damals war der einzige warme Raum in der Wohnung die Küche. Dort stand der Herd, auf dem wurde gekocht, Wasser heiß gemacht, die Ziegelsteine für das Bett gewärmt.

Der Winter 1946 war extrem kalt. Im Schlafzimmer bildeten sich wunderschöne, bizarre Eisblumen an den Fenstern. Wir, mein Bruder und ich, saßen auf der Fensterbank, versuchten durch unseren heißen Atem und Kratzen mit den Fingernägeln das Eis zu entfernen, um einen Blick aus dem Fenster zu erhaschen. Mutter stand in der Küche und war gerade dabei den Teig für die Weihnachtspätzchen auszurollen. Der Duft der ersten, fertigen Weihnachtskekse stieg uns in die Nase – herrlich! Wir hätten so gerne genascht, aber Mutter winkte energisch ab: „Davon bekommt ihr Bauchschmerzen, erst abkühlen lassen“, meinte sie besorgt.

Es war zwei Tage vor dem Heiligen Abend. Alles war so heimelig, die wohlige Wärme des Feuers im Herd, der Geruch der frischen Kekse, Kerzenschein, Tannenzweige. Mutter zeigte plötzlich aufgeregt zum Fenster: „Habt ihr eben die beiden

Engel gesehen? Sie trugen das Christkind – wunderschön!“

Wir stürzten zum Fenster: „Wo, wo sind die Engel?“ Wir waren so gläubig, dachten noch den hellen Zipfel des Engelgewandes zu sehen.

Mit hochroten Wangen sprangen wir an diesem Abend in unsere eiskalten Betten. Mutter brachte, in Zeitungspapier eingewickelt, die heißen Ziegelsteine für die Füße. Schnell war der ganze Körper warm, wohligh kam der Schlaf – die Träume vom Weihnachtsmann, der wundervolle Gaben brachte.

Endlich war er da, der Heilige Abend. Mutter war den ganzen Nachmittag geschäftig im Wohnzimmer hin und her gelaufen. Dann wurde das Zimmer abgeschlossen. Wir versuchten, in einem unbeobachteten Moment, durch das Schlüsselloch einen Blick in das Weihnachtszimmer zu erhaschen, aber nichts, rein gar nichts war zu erblicken.

Wir saßen ungeduldig in der Küche, rutschten von einer Seite auf die andere. „Wann kommt er denn endlich, es ist doch schon ganz dunkel!“ „Er kommt von weit her und hat ja schließlich sehr viele Kinder zu beschenken“, ermahnte Mutter uns geduldig.

Plötzlich hörten wir ein lautes Poltern, kräftiges Klopfen an der Tür. Mit einem Satz sprangen wir unter den Küchentisch, zogen die Tischdecke noch ein Stückchen tiefer. Wir hörten, wie Mutter sich mit dem Weihnachtsmann unterhielt, ihn ins Weihnachtszimmer brachte. Uns schien es eine Ewigkeit, bis Mutter die Tür zur Küche endlich öffnete und sagte: „So Kinder, der Weihnachtsmann war da, er konnte nicht bleiben, er muss ja noch so viele Kin-

Komplettdienstleister

Fadil Gören



- Gartengestaltung u. Pflege
- Fräsen: Mutterboden u. Baumstubben
- Vertikutieren inkl. Rasensaat & Dünger
- Erd-, Pflanzen, Zaun- u. Pflasterarbeiten
- Abfallentsorgung
- Heckenbeschnitt
- Baumfällarbeiten
- Rollrasen inkl. Verlegung u. Altentsorgung
- Einmalig- und Dauerpflege

Tel.: 04191 - 867 99 99

Stubbenwiese 9 · 24568 Kaltenkirchen · Mobil: 0174-7765846 · haus-u-garten@web.de

der aufsuchen.“ Mit weichen Knien krochen wir unter dem Küchentisch hervor.

Ganz langsam, an der Hand von Mutter, gingen wir dann in die Weihnachtsstube. Da stand er, unser Weihnachtsbaum, die Kerzen brannten, die roten Äpfelchen leuchteten in ihrem Schein. Das Zimmer sah so festlich aus. Unter dem Tannenbaum stand ein Holzpferdchen.

„Oh du fröhliche, oh du selige, Gnaden bringende Weihnachtszeit“, sangen wir ganz andächtig, wie Mut-

ter es mit uns geübt hatte. Mutter weinte, sie umarmte uns ganz zärtlich, dachte an Vater, der 1943 gefallen war.

Erst Jahre später erkannten wir, wer vor unserer Tür polterte und mit tiefer, verstellter Stimme den Weihnachtsmann spielte. Das Holzpferdchen hatte damals die Kirche für uns gespendet. Später war Mutter oftmals sehr traurig, als die gläubigen Kindertage vorbei waren. „Viel zu schnell!“, klagte sie und wollte sich nicht damit abfinden.

Marlis David

MARLIS DAVID,

geboren 1940 in Hamburg, war nach kaufmännischer Ausbildung in mehreren großen Firmen tätig. Im Ruhestand widmet sie sich ihrem Hobby, dem Schreiben. Es bedeutet für sie Glück und Berufung. Im Jahr 2011 veröffentlichte sie zwei Bücher mit Kurzgeschichten. Auch in verschiedenen Anthologien sind Kurzgeschichten von ihr zu finden. Zu Weihnachten konnte man Geschichten von ihr im Radio hören.



Inhaber: Marc Sandtmann
Anschrift
Saalkamp 51
22397 Hamburg
Telefon: 040 60751606
Mobil: 0160 6161908
maurermeister@sandtmann.com
www.sandtmann.com

**ARBEITEN,
DIE WIR AUSFÜHREN**

- Maurerarbeiten
- Reparaturen
- Kernbohrungen
- Durchbrüche
- Kellersanierung
- Betonsanierung

Der Countdown läuft!

Jetzt Traumauto kaufen und noch von 16% MwSt. profitieren!*



Sichern Sie sich noch bis zum 31.12.2020 die reduzierte Mehrwertsteuer auf sofort verfügbare Neu-, Jahres-, Vorführ- und Gebrauchtwagen.

*Wenn die Auslieferung des bestellten Fahrzeugs, sofern als Barkauf oder per Finanzierung erworben, bis zum 31.12.2020 stattfindet, zahlen Sie nur 16% Mehrwertsteuer.

Petschallies
Ahrensburg · Volksdorf · Sasel · Poppenbüttel · NFA



Petschallies Volksdorf GmbH
Eulenkrugstraße 59-61
22359 Hamburg
Tel. 040 603 145-10
volksdorf@petschallies.de

Petschallies Sasel GmbH
Volksdorfer Weg 192
22393 Hamburg
Tel. 040 600 145-10
sasel@petschallies.de

Petschallies Poppenbüttel GmbH
Poppenbüttler Hauptstraße 13
22399 Hamburg
Tel. 040 606 880-10
poppenbuettel@petschallies.de

Petschallies NFA GmbH
Volksdorfer Weg 182
22393 Hamburg
Tel. 040 600 185-16
nfa@petschallies.de

Ein Jahrzehnt Lokalgeschichte

2010 BIS 2020

Viel ist geschehen in den vergangenen zehn Jahren in Duvenstedt und Wohldorf-Ohlstedt. Nicht nur, dass die Einwohnerzahl der Ortsteile in dieser Zeit um über 200 auf fast 11.000 Personen angewachsen ist. Es wurde auch diskutiert, gestritten, geplant, abgerissen, gebaut, aber auch gefeiert und musiziert. So zelebrierte Duvenstedt im Jahr 2011 sein 750-jähriges Bestehen mit fröhlichen Festtagen; 2013 eröffnete der Verein „Hände für Kinder“ den umgebauten Kupferhof in Wohldorf für seine Gäste und 2015 entstand über Nacht auf dem Ohlstedter Platz eine Zeltunterkunft für 400 Geflüchtete – um nur einige Beispiele zu nennen. Auch das Ortsbild hat sich mancherorts stark verändert: Alte Häuser wurden durch moderne Neubauten ersetzt, neue Baugebiete entstanden im Kleinen wie im Großen.

All dies dokumentiert die reich bebilderte Chronik, die der Bürgerverein Duvenstedt/Wohldorf-Ohlstedt zu seinem 60. Jubiläum herausgegeben hat. Auf 140 Seiten kommen ortskundige Autorinnen und Autoren zu Wort. Sie beschreiben politische Auseinandersetzungen, die teilweise Jahrzehnte andauerten und mal ein gutes und mal ein frustrierendes Ende fanden. Sie berichten über Erfolgsgeschichten wie den zeitgemäßen Umbau des U-Bahnhofs Ohlstedt und erzählen von vielen kleinen Begebenheiten, die sich über die Jahre ereigneten. Oder sie erinnern an längst vergangene Zeiten.

Dem Bürgerverein ist mit seiner Chronik „Drei Perlen im Norden II“ zehn Jahre nach der Jubiläumsveröffentlichung zum 50. Geburtstag wieder ein liebens- und leenswertes Werk gelungen, das nicht nur

für Neubürger*innen viel Interessantes zum Stöbern bietet, sondern ein umfassendes Bild über das Leben in Hamburgs Norden zeichnet.

Hans-Detlef Schulze



DREI PERLEN IM NORDEN II

Das Buch ist für 19,90 Euro in der Buchhandlung Klauder in Duvenstedt und im Bahnhofskiosk Ohlstedt zu erwerben. Interessenten können sich auch per Mail an den Bürgerverein wenden: info@bv-duwooh.de.



SMC 04109/25 13 88
EDV nach Maß
 Systemabsturz, Reparaturen oder Viren?
 Wir helfen kompetent und diskret...
www.smc-edv.de




Liebe Kunden,

aufgrund der aktuellen Situation wird Weihnachten **nicht wie gewohnt gefeiert**. Vielleicht gibt es uns aber auch die Möglichkeit, nicht an ein oder zwei großen Feiern teilzunehmen, sondern mehrere kleinere Treffen in der Familie oder auch mit Freunden zu haben und diese dann **entsprechend intensiver zu erleben**.

Ich wünsche Ihnen besinnliche Tage...

Oliver Mielchen

SMC PC Manufaktur
...hooln un betohn
 22889 Tangstedt/Wilstedt • Dorfring 48
 04109 / 251388 • 01523 / 45 41 691
smc-edv@outlook.de • www.smc-edv.de
persönlich • kompetent • zuverlässig

Stylische Mode, die glücklich macht

BEI CADAMES IST VIELFALT UND INDIVIDUALITÄT ANGESAGT

© Jutta Schewe

Mit ausgefallener Mode und individueller Beratung schafft Michaela Montenegro Einkaufserlebnisse der besonderen Art.

CadaMes – der spanische Name ist Programm. Übersetzt lautet er „jeden Monat“ und steht für aktuelle Fashion-Trends, die im entsprechenden Rhythmus in der gleichnamigen Boutique in der Poppenbütteler Chaussee eintreffen – darunter von bekannten internationalen Labels und vielversprechenden Jungdesignern aus ganz Europa.

Inhaberin Michaela Montenegro hatte schon immer ein Händchen für individuelle, ausgefallene, aber bezahlbare Mode. „Ich bin quasi in der Modebranche aufgewachsen“, sagt die 54-Jährige. Bereits in jungen Jahren begleitete sie ihren Vater auf Messen, führte bis 2016 mit ihm die Boutique „Café con leche“ im AEZ und war zudem 26 Jahre für den Einkauf verantwortlich. „Stylische Mode, die einfach glücklich macht“, lautete ihr Motto – und das transferierte die Expertin im März 2019 erfolgreich nach Duvenstedt. Anfangs mit einer Geschäftspartnerin; seit August 2020 ist Michaela Montenegro alleinige Inhaberin und erhält an zwei Wochentagen Verstärkung von ihren Mitarbeiterinnen Anette Kownetka und Kerstin Petersen. Als gelernte Schneiderin fertigte sie viele Jahre die Kostüme für das Musical „Cats“. In ihrem schmucken, lichtdurchfluteten Laden indes möchte sie die Menschen nicht verkleiden. „Viele Kundinnen sind sehr stilsicher, aber auch offen für Veränderung und lassen sich auf Neues ein.“ Michaela Montenegro macht es Spaß, modeinteressierte Frauen mit von ihr sorgfältig ausgewählten Kollektionen zu inspirieren. Das klappt sogar per WhatsApp. „Bei manchen Oberteilen, Hosen, Schuhen oder Accessoires weiß ich sofort, welcher Stammkundin sie stehen würden und schicke ganz unkompliziert ein Foto der gerade eingetroffenen Ware aufs Handy.“ Manchmal kommt sie gar nicht dazu, die Kartons komplett auszupacken – so begehrt sind diese Teile, die oft zum neuen Lieblingsstück avancieren. Jeder Besuch bei CadaMes soll für die Kundin ein Erlebnis sein,

in persönlicher und entspannter Atmosphäre – Quality time. „Gerade in schwierigen Zeiten ist es wichtig, sich ab und zu etwas Schönes zu gönnen – gerade oder weil man im Homeoffice sitzt“, findet der Mode-Profi mit einem Faible für lateinamerikanische Musik und Lebensgefühl. Nächste Gelegenheit dazu ist Anfang Dezember, dann treffen die Pre-Spring-Kollektionen 2021 ein mit frischen Mustermixes, Ledermänteln und -hemden, Hoodies mit Hingucker-Prints und attraktiven Kleidern.

Claudia Blume



© Jutta Schewe

Eine große Auswahl internationaler Marken und Designer erwartet die Kundinnen.

CADAMES

Michaela Montenegro

Ort: Poppenbütteler Chaussee 37, 22397 Hamburg

Tel.: 040 76 48 16 79

E-Mail: fashion@cadames.de

cadames.de





Hanseatische Weihnachtsgans von der Weide

Morgens ging es für die Tiere aus dem fuchs- und mardersicheren Stall auf die große Hofweide – bis für sie Stallpflicht angeordnet wurde.

Hof Lemsahl setzt konsequent auf Bio-Qualität

Schon von Weitem sind sie zu hören. Lautes Geschnatter und trompetenartige Rufe kommen aus der Rundbogenhalle hinter dem Reetdachhaus. Eindringlich fordern 190 Gänse ihren täglichen Freigang – bis zur verordneten Stallpflicht wegen der aktuell grassierenden Vogelgrippe. Maurice Blank öffnet das Tor und die Tiere stürmen als große, weiße Wolke auf die Weide, fressen, nehmen ein Bad und pflegen ihr Gefieder. Ein Leben im hanseatischen Gänseparadies – zumindest bis kurz vor Weihnachten. „Artgerechte Aufzucht und Haltung sowie Bio-Futter sind wichtig, um hochwertige Produkte anbieten zu können“, sagt der Agraringenieur, der seit 2015 im Redderberg 15 den Hof Lemsahl betreibt. Zunächst hatte er sich dem Gemüseanbau verschrieben; nur für den eigenen Bedarf zog mit 50 Hühnern das erste Federvieh ein. Doch Nachbarn, Freunde und Kunden zeigten schnell Interesse und so wuchs die tierische Hofgemeinschaft auf Zeit von Jahr zu Jahr. Aktuell bevölkern 450 Hühner, 120 Enten, 190 Gänse und vier Rinder das Gelände. Auf 35 Hektar baut Blank Futtergetreide an, Kartoffeln, Kürbisse, diverse Gemüsesorten, Tomaten, Kräuter, im Sommer sogar

Erdbeeren – alles im Selbstbedienungsverkauf und im Hofladen zu haben.

Der 34-Jährige setzt konsequent auf ökologischen Landbau, Direktverkauf und Kundenkontakt. „Wo noch steht der Landwirt im Laden oder macht mit Besuchern Hofrundgänge?“, fragt Blank, der sich nach einem arbeitsintensiven Alltag gern mit Yoga entspannt.

Wohlbefinden steht auch für seine Tiere auf dem Programm. Im Mai bekommt Blank, der in Lemsahl aufwuchs, die Gänseküken aus einer Bio-Brütereierei in Sachsen. Anfangs müssen die gelben Federbälle alle drei Stunden kontrolliert

A&V HAUS DUVENSTEDT

WOHNEN, BETREUEN, PFLEGEN GmbH

Privat geführte Senioreneinrichtung im Herzen von Duvenstedt



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

Ansprechpartner:
Imme Voshage
ivoshage@hausduvenstedt.de

A&V HAUS DUVENSTEDT
Poppenbütteler Chaussee 23
22397 Hamburg

www.hausduvenstedt.de

040 / 607 64 0

Tel.: **040 - 23 85 99 25**

aleue@aleue.de



A. LEUE MONTAGE & PROJEKTSERVICE GMBH

Home sweet Home

Wir kümmern uns!

Ihr Anliegen – unsere Aufgabe

Altbausanierungen, Fußböden, Möbelbau, Sonderanfertigungen und Reparaturservice

www.aleue.de



Claudia Blume



© Claudia Blume

Maurice Blank hat ein Herz für jedes seiner Tiere.

werden – auch nachts. Da ist es von Vorteil, dass Blanks Bett nur rund 15 Meter vom Stall entfernt steht. Nach etwa sechs Wochen geht es aus dem fuchs-, marder- und greifvogelsicheren Quartier auf die Weide. „Gänse brauchen Gras und Bewegung, damit sie nicht depressiv werden“, weiß der Bio-Bauer, der sich auch um einige Sorgenkinder mit Beinverletzungen kümmert, denen auf anderen Höfen schon längst der Hals umgedreht worden wäre. Damit sie nicht von der Herde überannt werden, gibt es für sie ein separates Areal.

„Alle Tiere haben ein gutes Leben gehabt. Ich kann sie mit gutem Gewissen zum Schlachter bringen“, versichert Blank. Drei bis 5,5 Kilo bringen die künftigen Weihnachtsschinken auf die Waage – Bestellungen sind noch möglich. Und dann hat Maurice Blank noch einen Gourmet-Tipp: Gans vom Grill. Geschmacklich könne es das Fleisch locker mit dem vom Rind aufnehmen. Balten schwören darauf und genießen sogar ganzjährig Gänsefleisch – vielleicht kommen die Hamburger auch auf den Geschmack.

Claudia Blume



ZweitHaus macht den Anbau

Ökologisch.Modular.Schnell.



ZWEITHAUS GMBH

Fischers Allee 70 | 22763 Hamburg
Tel. 040 28008 555
info@zweithaus.com

ZweitHaus

zweithaus.com

HOF LEMSAHL

Redderberg 15, 22397 Hamburg
Tel. 0157/752 611 62

BESTATTUNGEN *Eggers*

22399 Hamburg-Poppenbüttel
Ohlendieck 10 Tel.: 040 602 23 81
www.bestattungen-eggers.de

Autoren wünschen frohe Weihnachten



Ich wünsche Ihnen eine wunderbar gemütliche, erfüllende, besinnliche Kuschel-Plätzchen-Tannenbaum-Zeit. Gönnen Sie sich das Extrastück Baum- und Lebkuchen, machen Sie einen schönen winterlichen Spaziergang am Wasser und lassen Sie Ihre Nase dank Glühwein rot erblühen. Möge die (Vor-)Freude beginnen – happy holidays everyone! Und einen guten Start ins neue Jahr. Vielleicht schlägt die Uhr ja zwölf und wir wachen wieder am 1. Januar 2020 auf (dieses Mal ohne Covid-19), denn manchmal grüßt das Murmeltier jährlich.

Herzliche Grüße
Anneke Schewe



Bald ist es wieder so weit, Weihnachten, das besinnliche „Fest der Liebe“ hat etwas Magisches. Die harmonische Adventszeit, die uns in der kalten Jahreszeit Behaglichkeit beschert. Mit Lichtern verzierte Straßen, die einen Hauch Romantik versprühen. Verwandeln wir die Küche doch einfach mal in eine Weihnachtsbäckerei. Duftende Mandel-Zimt-Kekse auf dem Weihnachtsteller verzaubern. Mit der Familie an einem Tisch sitzen und gedankenverloren in den geschmückten Weihnachtsbaum blicken. Wenn dann noch der Duft von warmen Vanillekipferln durch die Wohnung zieht, ist die Weihnachtsstimmung mit allen Sinnen fühlbar. In diesem Sinne wünsche ich allen Lesern des Duvenstedter Kreisel eine schöne, ruhige, friedvolle und harmonische Weihnachtszeit.

Anja Junghans-Demtröder

Neubezug . Aufpolstern . Restaurieren . Reparatur . Federkasten erneuern . Sonderanfertigungen . Maßanfertigung . Stilberatung . Näharbeiten . Hussen . Groß- und Kleinaufträge . Gartenmöbelabdeckungen . Sitzhöhe und Tiefe anpassen . Lederarbeiten . Holzoberflächenbehandlung und vieles mehr



Wenn sie einen 3er - 2er - 1er abgeben. Ist der 1er kostenlos. Zahlen sie nur den 3er und 2er.

Wenn sie einen 3er - 2x 2er - 1er abgeben. Ist ein 2er kostenlos. Zahlen sie nur den 3er, 2er und 1er.

Unverbindliche und kostenlose Beratung bei Ihnen zu Hause

Ein Anruf genügt! Gerne beraten wir Sie kostenlos und unverbindlich.



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

Leder
Wir verarbeiten hochwertige Ledermaterialien

Aus alt mach neu
nicht nur der Umwelt zuliebe Eckbank, Couch, Stühle, Antikmöbel usw

**BEIM ÜBERZIEHEN
VON 6 STÜHLE IST EIN
STUHL KOSTENLOS.**



Ab jetzt auch Gardin-
reinigung und
teppichboden-Reinigung



EINMALIG 50 %
Auf eine Riesige Stoffauswahl und Leder.
100€
Gutschein
Auf Arbeit und Reparatur
AB HEUTE 5 TAGE GÜLTIG



Wir sind Ihr Spezialist für die anspruchsvolle
Raumausstattung und individuelle Einrichtung.
Wir finden gerne Lösungen

- Individuelle und unverbindliche Beratung
- Kostenloser Abhol- und Bringservice
- Riesige Auswahl an Stoffe & Leder
- KOMPLETTES SERVICE & FREISERVICE

Öffnungszeiten:

Mo-Fr 11:00 - 18:00 Uhr
Sa 11:00 - 14:00 Uhr

Egal ob Sofa, Antikmöbel, Stühle, Sessel oder Bänke in unserer Werkstatt führen wir sämtliche polsterarbeiten fachgerecht mit liebe zum Detail und unter Verwendung hochwertiger Materialien

Neusurenland 139 , 22159 Hamburg Tel.: 040 6057 3709

www. polsterei-klimt.de

E-Mail Polsterei-klimt@outlook.de



Nein, Weihnachten fällt nicht aus – wir müssen nur etwas flexibler in der Ausführung sein. Denn Plätzchenbacken, Kerzenschein am Weihnachtsbaum und der obligatorischen „Geschenkeschlacht“ kann das Virus nichts anhaben. Falls die Großfamilie nicht am Festtagstisch Platz nehmen kann, ist sie zumindest temporär per Facetime auf dem Tablet oder Computer dabei – das praktizieren Familien mit Verwandten in Übersee schon lange vor Corona. Vorschlag: Schicken Sie Päckchen mit oben erwähnten Plätzchen und (handgeschriebene!) Weihnachtsbriefe auf die Reise. Nehmen Sie Video- oder Audiobotschaften für Ihre Lieben auf – falls nötig auch auf Kassette. Sie werden sehen: Weihnachten funktioniert auch 2020 – anders als gewohnt, aber trotzdem schön!

Claudia Blume

2020 war bizarr. Hoffentlich haben Sie es gut und gesund hinter sich gebracht.

Ich freue mich auf 2021. Auch deshalb, weil der Duvenstedter Kreisler dann die Teile zwei bis sechs meiner Kurzgeschichte „Totes Feld“ veröffentlicht.

Genießen Sie die (Vor-) Weihnachtszeit und rutschen Sie mit Mut und Zuversicht ins neue Jahr. Ich wünsche Ihnen nur das Beste!

Andreas Richter

Allen Lesern des Duvenstedter Kreislers möchte ich ein frohes, gesegnetes Weihnachtsfest wünschen.

Der Philosoph Kahil Gibran hat einmal gesagt: „Wenn ihr in eurem Denken die Zeit in Jahreszeiten messen müsst, lasst eine jede Jahreszeit all die anderen umfassen und lasst das Heute die Vergangenheit mit Erinnerung umschlingen und die Zukunft mit Sehnsucht.“

Die Sehnsucht auf ein friedliches, gesundes, schönes Weihnachtsfest im Kreise der Familie.

Das wünscht Ihnen Marlis David



Ich hoffe, alle unsere Bürger werden gut über den Warnschuss der Natur, die Corona-Krise, kommen und ein frohes Weihnachtsfest feiern können.

Warnschuss der Natur

Die Natur, die über allem schwebt und nun einmal den Finger hebt. Die Menschen haben es überdreht, sie verbrennen zu viel, was gar nicht geht. Auf der Erde und in der Luft wird Treibstoff viel zu viel verpufft! Krieg spielen mit gewaltigen Waffen, das machen nicht einmal die dümmsten Affen. Satelliten in den Weltraum fliegen lassen, bis keine mehr an den Himmel passen. Golf spielen, am besten das in Afrika – so ein Blödsinn war selten da. Sparsamkeit ist bisher kein Gebot, Öl, Gas und Stromverbrauch in Haus und Hof. Die Sonne mit ihrer Energie, sinnvoll genutzt werden sollte sie. Jetzt hat die Natur die Geduld verloren und ein Coronavirus ward geboren. Als Stoppschild mit dem Tod vor Augen, da müssen viele Menschen jetzt dran glauben. Und hat Corona sich ausgetobt, schon die Natur, ist das Gebot. Sonst kann es noch viel schlimmer kommen, kein Mensch ist davon ausgenommen. Weihnachten mit dem Hoffnungsschimmer steht vor der Tür und leuchtet immer, wird Kraft und Lebensfreude geben, der Glaube möge ewig leben. Seid alle bescheiden, froh und munter, die Welt geht lange noch nicht unter.

Hinni Jürjens



Wie schön, dass Weihnachten naht und uns daran erinnert, dass auch in der dunkelsten Nacht immer wieder ein Licht angeht. 2020 hat uns allen viel abverlangt und ist garantiert für jeden anders verlaufen als gedacht. Bei aller Ungewissheit und Veränderung, die das Jahr gebracht hat und die uns weiter begleiten wird, hat diese Zeit der Besinnung in diesem Jahr einen ganz besonderen Charme für mich: Sie erinnert mich daran, dass auf die Dinge, die für mich wirklich wichtig sind, Verlass ist. Ich darf mich geborgen fühlen in meiner Familie und in unserem Dorf, wo wir aufeinander aufpassen und in schwierigen Zeiten zusammenstehen – ein tolles Gefühl. Als DSVerinnen und DSVer wollen wir dazu beitragen, und ein ganz großes Dankeschön geht daher an all diejenigen, die in diesem Jahr in besonderer Weise daran mitgewirkt haben! Ich wünsche Euch allen gesegnete Weihnachten, besinnliche Festtage und ein gesundes Jahr 2021!

Oliver Stork



Nun geht dieses komische Jahr doch noch irgendwie zu Ende, und wir sind in jenen Wochen angekommen, die man die besinnliche Zeit nennt. Diesmal wird sie anders sein als in anderen Jahren. Das bedeutet aber nicht, dass es uns nicht gelingen wird, diese Tage als Zeit der Besinnung wahrzunehmen – gemeinsam, so gut es geht und soweit es Vorsicht und das Achtgeben aufeinander zulassen. Das sind wir nicht zuletzt jenen schuldig, die in den vergangenen Monaten oft große Opfer gebracht haben und denen ich dankbar bin. Besonders ihnen, aber auch allen anderen wünsche ich frohe Weihnachten und vor allen ein wirklich gutes neues Jahr.

Wulf Rohwedder



Ambulanter Hospizdienst Norderstedt e.V.

Lebensbegleitung bis zuletzt

Unser Anliegen ist die Lebensbegleitung in Würde und Respekt, bis zuletzt durch eine individuelle Begleitung. Wir kommen zu Ihnen nach Hause, ins Pflegeheim oder ins Krankenhaus.

Wir sind da, wenn Sie

- ... sich Gespräche wünschen und jemanden, der zuhört
- ... Angehörige sind und sich Entlastung wünschen

Beratungs- und Begleitangebot für Kinder und Jugendliche bedrohlich erkrankter Eltern

- wir begleiten ab Diagnosestellung
- wir beraten zur altersgerechten Heranführung an die Themen Krankheit, Sterben und Tod
- auf Wunsch erhalten die Familien Unterstützung durch eine persönliche Begleitung

Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

- Einzel- und Gruppenangebot
- Erlebnispädagogisches Angebot
- Tiergestütztes Angebot

Trauerbegleitung für Erwachsene

- Trauercafé 1x monatlich donnerstags, 16:00 – 18:00 Uhr
- Trauerfrühstück 1x monatlich sonntags ab 9:00 Uhr
- Trauergruppe 14tägig freitags 17:30 – 19:30 Uhr

Die genauen Termine finden Sie unter www.aho-norderstedt.de

**Ambulanter Hospizdienst
Norderstedt e.V.**
Segeberger Chaussee 43
22850 Norderstedt

Tel. 040 – 52 30 33 40
info@aho-norderstedt.de
www.aho-norderstedt.de

ROSENTHAL
Bäder & Wärme



Besuchen Sie unser Badstudio!



Ihr neues Bad vom Bäderprofi
Staubfrei – Fixpreis – Fixtermin!

Ulzburger Str. 350, 22846 Norderstedt · Tel. (040) 5 22 21 20
Mo.-Fr. 10.00 - 18.00 Uhr, Sa. 10.00 - 14.00 Uhr

www.rosenthal-bad.de

Weihnachten im Rader Wäldchen

EIN FESTMAHL AUCH ZUM MITNEHMEN

Die Weihnachtszeit ist doch immer wieder eine besondere Zeit. Wir genießen die Klänge der bekannten Weihnachtslieder, den Duft von gebrannten Mandeln und heißem Glühwein und lange, gemütliche Spaziergänge. Auch wenn wir in diesem Jahr auf vieles verzichten mussten und insbesondere in dieser (Vor-) Weihnachtszeit noch müssen, umso schöner gefällt der Gedanke, sich und seine Liebsten in diesem Jahr ganz besonders zu verwöhnen.

Die Alte Rader Schule liegt inmitten des Naturschutzgebietes der Oberalster nahe der Grenze zu Duvenstedt und Norderstedt. Urige Pfade entlang des Alsterlaufs laden zum Spaziergehen ein. Das rote Backsteingebäude mit seinen blauen Sprossenfenstern wurde Ende des 19. Jahrhunderts errichtet und bis in die sechziger Jahre als Schulbetrieb genutzt.

Damals wurden die Schüler zwischen sechs und fünfzehn Jahren einklassig unterrichtet. Heute birgt der malerische Ort ein modernes Gasthaus mit idyllischen Terrassen, Spielplatz und Geheimtipp-Potenzial. Serviert wird eine frische Landhausküche mit gutbürgerlichen Gerichten, die stets zur Saison passen. Im Winter knistert der Kamin, wenn die Enten und Gänse aus bäuerlicher Freilandhaltung am Tisch tranchiert werden. Grünkohl und Wildspezialitäten stehen ebenso auf der Speisekarte wie winter-

liche Bowls und vegetarische Gerichte.

2016 hat Folke Kaempfe die alte Dorfschule übernommen und mit ihrem Team einen Wohlfühlort der besonderen Art kreiert. Wohin der Blick auch schweift: Gemütliche Kissen, alte Holztische und eine feine Speisekarte laden zum Verweilen ein.

Aus Heimatliebe zu ihren norddeutschen Wurzeln hat die Direktorin ihre Schule dem Verein Feinheimisch angeschlossen. Das Netzwerk aus agrarischen Erzeugern und Gastronomen aus Schleswig-Holstein produziert verantwortungsvoll, umweltverträglich und nachhaltig. Tiere werden artgerecht gehalten. „Insbesondere das Tierwohl und die Verarbeitung guter Produkte liegen uns am Herzen“, so die gebürtige Flensburgerin.

An ausgewählten Tagen im Monat finden darüber hinaus kulturelle Events statt wie Klassenzimmer-Konzerte, Dinner-Abende, Kabarett oder Lesungen. „Ob unsere kulturellen Events wie Magic Dinner oder die Krimi-Lesung stattfinden dürfen, ist noch unklar. Fest steht, dass es ein Comeback geben wird, sobald sich die Situation entspannt hat.“ Und sobald wieder möglich, wird die Tafel gerne für Feierlichkeiten jeglicher Art gedeckt. Ob rustikal oder fein mit weißem Tisch-tuch, Menü oder Buffet, morgendlicher Brunch oder Party bis in die Puppen, am

heimeligen Kamin oder BBQ auf einer der urigen Terrassen, die kleine Familienfeier, ein Betriebsausflug oder die große Hochzeitsgesellschaft. Für jeden Anlass bieten die schönen Räumlichkeiten den perfekten Rahmen.

Am Weihnachtsabend bietet die Alte Rader Schule Enten und Gänse mit allem Drum und Dran zum Mitnehmen an. Mit einer kleinen Rezeptanleitung kredenzen Sie Ihren Liebsten im Nu ein köstliches Festmahl. Am 1. und 2. Weihnachtstag wünscht sich Folke Kaempfe, ihre Gäste mit einem Drei-, Vier- oder Fünf-Gang-Menü im Restaurant zu verwöhnen und hat mit ihrem Team verschiedene Festtagsmenüs kreiert. Weitere Infos hierzu finden Sie auf der Homepage www.raderschule.de/weihnachten. Übrigens wurde die Alte Rader Schule vom „Feinschmecker“ als eines der besten Restaurants für jeden Tag 2020/21 geehrt. Frohe Weihnachten!

die Redaktion



Folke Kaempfe
verwöhnt ihre Gäste mit
knusprigen Gänse- und Entenbraten.

© Oliver Reetz

ALTE RADER SCHULE

Rader Weg 209 • 22889 Tangstedt
Tel. 040 607 11 68 • moin@raderschule.de
Öffnungszeiten: Di. bis So. ab 12 Uhr
durchgehend warme Küche
raderschule.de

Das war das Jahr 2020

DIE SIEBTE INSTAGRAM-FOTO-AKTION

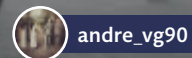
 www.instagram.com/duvenstedterkreisel

Zum Motto „Das war das Jahr 2020“ haben wir sehr schöne Fotos von Euch bekommen. Wir konnten uns kaum entscheiden und haben deshalb eine weitere Seite „spendiert“.

Möchtet Ihr vielleicht auch mal mitmachen? Für die nächste Aktion im Februar auf Instagram duvenstedterkreisel liken

und zum Thema „Eure Blicke in dieser Winterzeit“ Bilder senden oder an info@duvenstedter-kreisel.de mailen. Wir freuen uns schon jetzt auf viele, spannende Einsendungen.


die Redaktion



andre_vg90

André Vangeffelen: Magischer Nebelmorgen an den Landungsbrücken



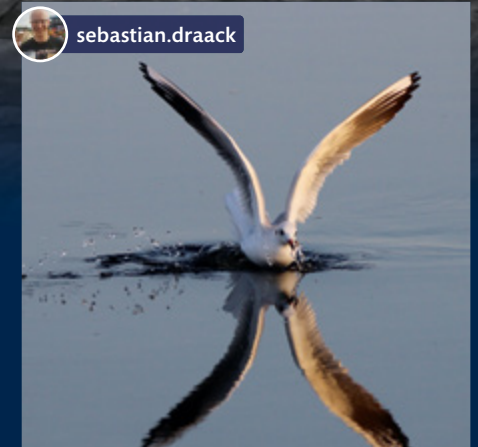
 meeresbrise_hamburg


Christina & Mira: Mit viel Herz geht es weiter ins Jahr 2021



 treibgut

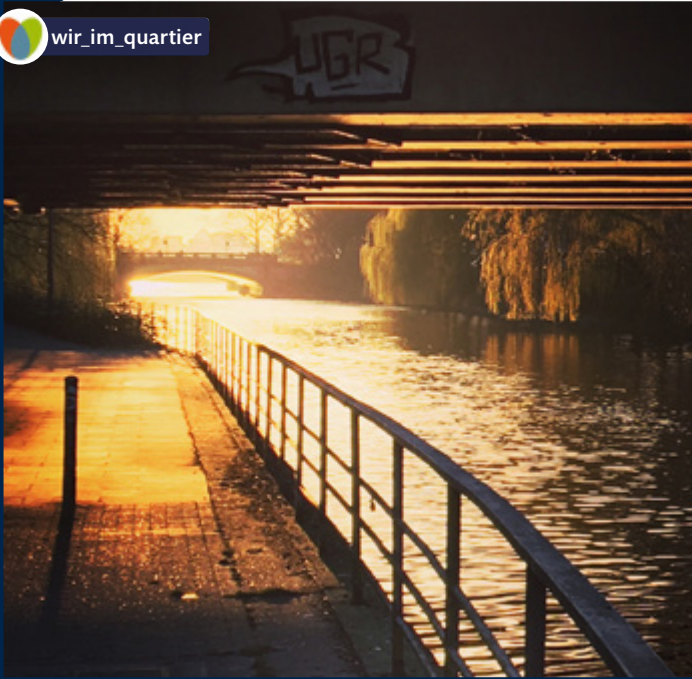
Stefan Hollander: Die Welt stellt sich immer wieder selbst auf den Kopf.



 sebastian.draack

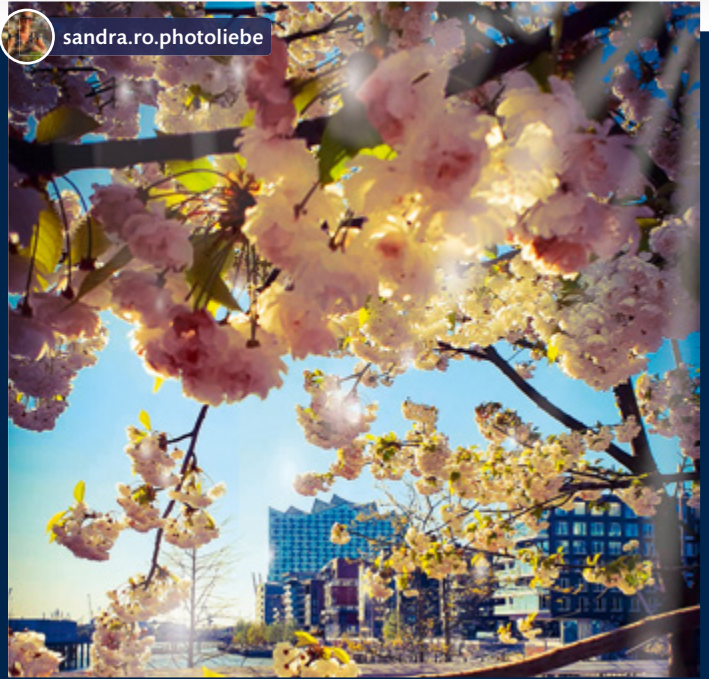
Sebastian Draack: Solange wir nicht reisen dürfen, schwelgen wir in Erinnerungen an unsere Lieblingsziele und freuen uns auf die Zeit nach Corona.

wir_im_quartier



Sabine Elsner: Kuhmühlenbrücke bei Sonnenuntergang

sandra.ro.photoliebe



Sandra Rodewald: Frühling ist wie Ahoi-Brause im Herzen

preart_foto



Artem Prepelita: Die Stadt schläft ein und Elbphilharmonie wacht auf

juttaschewefotografie



Jutta Schewe: Abendliche Hafenstimmung am Fehmarnsund

Wohnungsbau - Gewerbebau - Umbau/Sanierung

JÜRJENS
PLANUNGS GMBH
ARCHITEKTUR
STATIK
HAUSTECHNIK

WOHNUNGSBAU
GEWERBEBAU
NEU- U. UMBAUTEN

Farkenwisch 2
22307 Hamburg

Tel: 040 - 607 46 05 -0
Fax: 040 - 607 46 05 -20



www.planungs-gmbh.de



EGGERS

Container

von 1 bis 30 m³

ab 59,50€ inkl. MwSt.

Abfuhr/Entsorgung von:

**Bauschutt, Bauabfällen
Dachpappe
Gartenabfällen, Holz**

Zusätzlich Lieferung von:

Sand, Kies & Mutterboden

Wir beraten Sie gern:

04109/27 99-23


www.egggers-container.de



 hafen.strand.meer

Stefanie Theissen-Woelper: Elbstrand in Hamburg



 ly_hmb


ly_hmb: Betrieb eingestellt



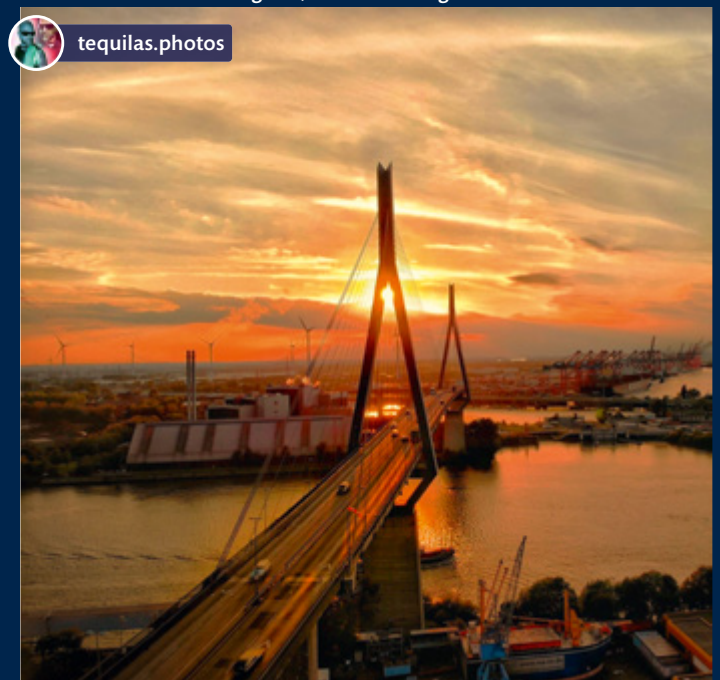
 eisi52


Mathias Eiserle: Der Duvenstedter Brook – gerade in diesem Jahr ein wunderschöner Rückzugsort, um dem Alltag zu entfliehen.



 frau.witte.bitte

Bianca: Saisonende auf der schönen Insel Usedom



 tequilas.photos

Tequila (Torsten): Sonnenuntergang an der Köhlbrandbrücke in Hamburg.

UND DAS HÄLT???

STOPFEN, FÜGEN UND KLEBEN

So ein Zahn ist eigentlich ziemlich klein, und wenn man bedenkt, welchen Kräften er standhält, ist er schon ein kleines Wunderwerk.

Deshalb ist es wichtig, die Zähne möglichst unbeschädigt über die Jahre zu retten, denn keins der zwar kunstvollen, aber eben doch künstlichen Erzeugnisse unserer Zunft hält so lange wie ein gesunder, unbearbeiteter Zahn.

Dennoch sorgen allzu menschliche Schwächen in Kooperation mit evolutionär gestählten Mikroorganismen dafür, dass viele Zähne eben nicht unverseht bleiben, und wäre dies nicht so, wo blieben dann schließlich wir, Ihre Zahnärztinnen und Zahnärzte? Mit unseren (hoffentlich) geschickten Fingern frickeln wir so lange herum, bis der Zahn wieder „heil“ ist.

Wodurch aber hält etwas im oder am Zahn?

1. Aufgrund der Form: Das verformbare Füllmaterial kann sich nach dem Aushärten in der Höhlung nicht mehr bewegen (Amalgam, Wurzelfüllung).

2. Wegen präziser Formkongruenz: Gerade, annähernd parallele Wände korrespondieren genau mit ebensolchen am Werkstück, das in den Zahn (Inlay) oder über ihn passt (Krone). Wie der Glasstopfen in der Apothekerflasche hält so etwas schon fast von alleine. Mit Zement eingesetzt verhindern dessen feine Körnchen, dass sich Zahn und Werkstück noch gegeneinander bewegen können.

3. Durch Klebung: Dieses Verfahren (Adhäsivtechnik) hat in den vergangenen Jahrzehnten die Zahnmedizin umgekrempelt.

Mikroskopisch betrachtet ist die Zahnschmelz besteht aus dicht gepackten, senkrecht angeordneten, annähernd sechseckigen Kristallen („Schmelzprismen“, etwa 25.000 pro mm²), während das Dentin, die Hauptschmelzsubstanz unterhalb der Schmelzhülle, ähnlich dicht von feinen Kanälchen durchzogen ist. Diese Inhomogenität macht es möglich, die Oberflächen durch dosierte Säureeinwirkung aufzurauen. Unter dem (Elektronen)Mikroskop sieht man

eine wild zerklüftete Oberfläche. Diese wiederum erlaubt es, mit geeigneten Haftvermittlern und Klebstoffen Kunststoffe äußerst fest mit der Zahnschmelzsubstanz zu verbinden („Mikroverzahnung“).

Dadurch sind Füllungen auch bei dünnen oder teilweise verlorenen Zahnwänden möglich. Brücken werden zwischen zwei Zähne geklebt, Zähne werden verlängert und umgeformt. Hilfsteile aus Metall werden an Zähne geklebt, um eine Verbindung zu einem herausnehmbaren Ersatz herzustellen.

Und um die Verbindung zur Überschrift herzustellen: Das hält. Wenn man den Bogen nicht überspannt und alles richtig macht (Zahnmedizin ist Präzision ...), sogar für viele, viele Jahre!

Thomas Murphy





VON WAGNER
IMMOBILIEN ALSTERTAL



Fair beraten, premium verkauft, glücklich umgezogen!

In dieser Zeit manifestiert sich erneut, dass Immobilien werthaltig sind und Lebensqualität bieten. Die Nachfrage nach Häusern, Wohnungen, Grundstücken ist entsprechend groß.

Lassen Sie uns über die Besonderheiten Ihrer Immobilie, Ihre Verkaufsidee und den individuellen Wert persönlich sprechen. Termine und Besichtigungen erfolgen mit Abstand und Schutz, dennoch herzlich wie gewohnt.

Tel. 040-81 95 74 61 | Tannenhof 65 | www.vonwagnerimmobilien.de



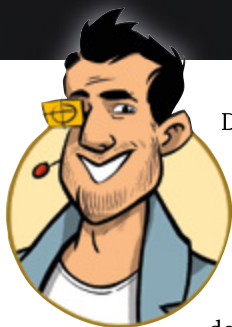


Vier Wege aus dem

STRESS

TEIL 2

Die Atmung ist der kleinste, gemeinsame Nenner aller Entspannungstechniken.



Dieses Mal ist das Motto: Nichts denken – einfach machen. Nachdem ich in der letzten Ausgabe als ersten Weg aus dem Stress den rationalen Ansatz mittels drei Fragen beschrieben habe, möchte ich als zweiten Weg aus nun den körperlichen Ansatz vorstellen.

Zum körperlichen Ansatz zählen unter anderem die Themen Bewegung, Ernäh-

rung, Atmung und Entspannungstechniken, allesamt aktive Methoden. Es gibt natürlich auch passive körperliche Ansätze wie beispielsweise Sauna, Massage, ein Wannenbad, etc. Allen gemeinsam ist, dass man sie regelmäßig durchführen muss und zwar gerade dann, wenn der Stresslevel hoch ist.

Und genau hier liegt die Krux, denn in der Praxis läuft das häufig leider anders. Vielleicht kennen Sie das ja auch. Wenn Sie in einer akuten Stressphase sind, eini-

ge Wochen lang am Anschlag, dann geht das fast immer auch mit einem Mangel an Zeit einher und dann passiert häufig Folgendes:

Die Zeit fürs Essen wird minimiert. Am schnellsten geht, wie der Name schon sagt, Fast Food. Auch das Knabbern von Süßem ist beliebt. Beides kann man nämlich so schön bei der Arbeit vorm Rechner einnehmen und sich die Pause sparen. Manche vergessen gar das Essen und die Flüssigkeitszufuhr ganz und gar. In diesem Fall stimmt die Werbung:

„Wenn du Hunger hast, bist du nicht du selbst und wirst zur Diva.“ Wenn wir im sogenannten Hungerast sind, dann liegen unsere Nerven blank, wir sind dünnhäutiger und geraten bei Kleinigkeiten und Banal-Stressoren in Stress. Regelmäßig etwas Anständiges zu essen, wäre ein Anfang. Ein Beispiel: Was viele nicht wissen, ist, dass bei Stress fast ebenso viel Magnesium im Organismus verbraucht wird wie bei einem Leistungssportler. Die achten auf genügend Magnesiumzufuhr, der Gestresste leider häufig nicht. Magnesium ist sehr wichtig für die Funktionsfähigkeit unserer Nerventätigkeit. Wenn Sie also schnell genervt sind und

DR. KARL-HEINZ BELSER

Rechtsanwalt
 Fachanwalt für Erbrecht
 Fachanwalt für Steuerrecht



Erbrecht

Testament, Erb- und Ehevertrag, General- und Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung, Erbauseinandersetzung, Testamentsvollstreckung, Nachfolgeplanung

Steuerrecht

Steuerberatung, Steuererklärungen, Einspruch und Klage, Steuerstraßverfahren, Selbstanzeigen

Wirtschaftsrecht

Beratung und Vertretung von kleinen und mittelständischen Unternehmen

Kattjahren 6
 22359 · Hamburg-Volksdorf
 direkt am Volksdorfer Markt

Telefon 040 / 730 811 811
 Fax 040 / 730 811 899
 E-Mail belser@ra-belser.de

www.ra-belser.de

in Stress geraten, dann könnte das ein möglicher Grund sein, der mit einer ausgewogenen, regelmäßigen Ernährung sehr einfach zu beheben ist.

Ich hatte im ersten Teil hergeleitet, dass Stress ein Reiz-Reaktions-System ist, bei dem jede Menge Hormone und Neurotransmitter von unserem Autonomen Nervensystem ausgeschüttet werden. Bei sportlicher Bewegung werden ebenfalls Hormone ausgeschüttet. Einige dieser Hormone neutralisieren einen Teil der Stresshormone und senken somit nachweislich den aktuellen Stresslevel. Das funktioniert übrigens bei allen so, auch bei denen, die Sport nicht zu ihrer Lieblingsbeschäftigung zählen. Ähnlich wie bei der Ernährung wird gerade in Stressphasen aus Zeit- bzw. Energiemangel dieser wesentliche Ausgleich weggelassen. Das ist so schade, denn gerade in der Stressphase hilft Bewegung, den Kopf frei zu bekommen und das Gedankenkarussell zu stoppen. Jeder, der nach einem anstrengenden, stressigen Tag schon einmal Sport gemacht hat, weiß, dass auch der Energielevel danach wieder höher ist. Der Grund dafür sind die abgebauten Stresshormone. Also ab in die Sportklamotten, nicht drüber nachdenken und einfach los.

Die Atmung ist der kleinste, gemeinsame Nenner aller Entspannungstechniken. Eine richtige, entspannte und tiefe Atmung tritt im übertragenden Sinne auf das Bremspedal des Autonomen Nervensystems und fährt den Stresslevel runter. Das kann man heute wissenschaftlich messen. Atmung wird bei einem akuten Schock (z.B. durch einen Unfall) vom Ersthelfer, in der Schmerztherapie von chronischen Schmerzpatienten, bei einer Geburt von der werdenden Mutter und in Wettkampfsituationen von Leistungssportlern angewandt. Wenn es bei all diesen Extremsituationen hilft, dann sollten wir es auch in unseren täglichen Stresssituationen anwenden. Gehen Sie bei aufkommendem Stress raus aus der Situation, atmen Sie drei bis fünf Minuten entspannt durch und danach sieht die Lage meist schon ganz anders aus.

Frank Ritter



FRANK RITTER

- Experte für Gesundheit und Stressmanagement
- Buch-Autor
- Ehemaliger Leistungssportler

Frank Ritter „Kill deinen Stress“ Stress ist weiterhin ein brandaktuelles Thema in unserer Zivilisationsgesellschaft. Laut der jährlichen Krankenkassenstatistik steigen stressbedingte Krankheiten weiter an. Das Motto des Buches lautet deshalb: Kill deinen Stress, bevor er dich killt. Ganzheitlicher Ansatz: Sie finden viele Praxistipps, die auch in Ihren Alltag passen, um Stress zukünftig die Stirn zu bieten.



M Ü H L I G
I M M O B I L I E N



Hilmar Mühlig
Geschäftsführer

Hochwertige Vermittlung

MÜHLIG IMMOBILIEN steht für Enthusiasmus und höchste Qualität bei der Vermittlung von Wohnimmobilien im Alstertal und den Walddörfern. Kompetenz, detaillierte Kenntnis des Marktes und die persönliche Beratung unserer Kunden prägen unser Unternehmen.

Sprechen Sie uns an - wir arbeiten für Sie.



Elegantes Wohnen am Duvenstedter Ortskern – DHH
Wohnfläche: ca. 120 m² | 3 Zimmer | ausgebautes Dachgeschoss
Nettokaltmiete: € 1.400,- | NK: € 120,- Verbrauchsausweis: A, 48,8 kWh/(m²*a), Gas, Bj. 2004

Familie aus Duvenstedt
sucht ein Zuhause mit Garten
Kaufpreisvorstellung
€ 900.000,-

Großes Haus gesucht
aus Liebe zu Duvenstedt
Kaufpreisvorstellung
€ 1.300.000,-

Moderne Wohnung
in den Walddörfern gesucht
Kaufpreisvorstellung
€ 800.000,-

Kapitalanleger kauft
Ihr Haus oder Ihre Wohnung
Sie bleiben
als Mieter wohnen

Wir sind für Sie jederzeit an allen Tagen erreichbar.

T 040 - 889 44 6 44
M 0170 - 318 94 16

K kontakt@muehlig-immobilien.com
W www.muehlig-immobilien.com

MÜHLIG IMMOBILIEN GMBH & CO.KG
Duvenstedter Damm 39
22397 Hamburg



TOTESFELD



THRILLER VON ANDREAS RICHTER TEIL 1

Junge

Die Frau griff dem Jungen unter die Achseln und hob ihn hoch. Wie schwer er geworden war, durchfuhr es sie. Wann hatte sie ihn zuletzt hochgehoben, so wie jetzt oder damals, als er als Kleinkind laufen lernte und sie ihn immer wieder auf die Füße gestellt hatte, nachdem er hingefallen war? Sie erinnerte sich nicht, und die Erkenntnis versetzte ihr einen Stich. Sie sagte sich, dass sie ihn zu selten in die Arme geschlossen und ihm zu selten etwas Liebevolleres gesagt hatte, ihn zu selten gefragt hatte, was ihn bedrückte, wenn er traurig geschaut hatte. Nun war es zu spät, sie würde das Verpasste nicht nachholen können. Nicht in diesem Leben.

Sie drückte ihm einen Kuss auf die Stirn. Ihr Körper bebte. Nie zuvor hatte sie sich ihm näher gefühlt, nicht mal, als er ihr kurz nach der Geburt auf die Brust gelegt worden war und sie aus großen Augen angeschaut hatte. Das lag erst fünf Jahre zurück, doch jetzt erschien es ihr wie eine Ewigkeit. Sie wünschte, sie wäre mehr für ihn dagewesen, hätte sich mehr um ihn gekümmert, ihn mehr gesehen. Ihm mehr Liebe geschenkt.

Es ließ sich nicht ändern. Nun gab es nur noch eines, was sie für ihn tun konnte. Versuchen, sein Leben zu retten. Sie stellte den Jungen auf den Boden zurück. Ging auf die Knie und sah ihm tief in die Augen. Sie wusste, dass sie überzeugend wirken musste, dass es jetzt darauf ankam, dass er ihre Zuversicht spürte.

Hier, inmitten des kreischenden Durcheinanders von Angst, Wut, Verzweiflung, Zerstörung und Tod.

„Du weißt doch noch, wo der Baum mit dem Versteck steht“, sagte sie und packte seine Schultern, um seine Entschlossenheit zu stärken.


Der Junge weinte, doch er spürte, dass er jetzt nicht schwach sein durfte. Er musste älter, größer, mutiger und stärker sein als er es tatsächlich war. Er musste sein wie einer der Riesen aus den Geschichten, die er so gerne hörte.

„Ja, Mutter“, sagte er schluchzend. „Gut.“ Sie lächelte, doch ihre Augen blieben ernst. „Dort musst du hin. Lauf, so schnell du kannst. Lauf dort, wo das Getreide besonders hochgewachsen ist. Lauf

Eine kleine Familie sucht eine Immobilie in Lemsahl-Mellingstedt oder angrenzend zum Kauf!



Ich suche für eine kleine Familie eine **Doppelhaushälfte/Reihenendhaus oder ein kleines Einfamilienhaus** in Lemsahl-Mellingstedt bzw. direkt angrenzender Stadtteile bis zu einem Kaufpreis von € 700.000. Gern berate ich Sie unverbindlich und ausführlich!

Seit über **23** Jahren IHR Makler vor Ort mit  und Verstand

Ich lebe hier - Ich arbeite hier - Ich kenne „hier“



gebückt, mach' dich klein. Bleib nicht stehen, egal wie schwer deine Beine sind. Schau' dich nicht um, selbst dann nicht, wenn du glaubst, du müsstest es tun. Lauf immer weiter und lauf, so schnell du kannst. Wenn du den Baum erreichst, geh' sofort in das Versteck. Du wartest heute und drei weitere Tage ab. Solange bleibst du in dem Versteck und verhältst dich ganz ruhig. Du sprichst nicht mit dir selbst, um dich zu beruhigen, und du singst nicht vor dich hin, um die Furcht zu vertreiben. Du gibst keinen Laut von dir, sondern bist still wie ein Mensch in seinem Grab. Ab sofort bist du stumm und sprichst kein Wort. Du bist solange stumm, wie du stumm sein musst und sprichst erst wieder, wenn du dich ganz und gar in Sicherheit wägst. Egal was passiert und was du draußen hörst und was du träumst und wie viel Angst du verspürst: Du verlässt das Versteck nicht, sondern bleibst heute und drei Tage dort. Versprich es mir! Und schwöre es, schwöre es auf Ihn!“

Der Junge zitterte am ganzen Körper, doch er hatte ausreichend Kraft in sich, um beide Hände zum Mund zu führen und die Zeigefinger und die Mittelfinger zu küssen, um sie dann zum Boden zu strecken.

„Du bist ein guter Junge“, sagte sie und strich ihm durch die Haare. Sie betrachtete ihn, versuchte, sich jedes Detail seines zarten und schmalen Gesichts einzuprägen. Die Augen, die er von ihr hatte, die Nase, die er von seinem Vater hatte, und den Mund, den er weder vor ihr noch von ihm hatte. Es war wichtig, ihn noch einmal genau anzuschauen – denn sie würde ihn nie wiedersehen. In Gedanken bat sie Ihn, den Jungen sicher zum Versteck zu führen und ihm ein langes Leben zu schenken.

„Und jetzt lauf!“, sagte sie dann, doch der Kloß in ihrem Hals ließ kaum mehr als ein Krächzen zu. Der Junge verstand es dennoch.

Er wischte sich die Tränen aus den Augen, drehte sich um und zwängte sich durch den Spalt ins Freie. Kaum war er draußen, füllte er seine Lungen mit frischer Luft und blickte zum Getreidefeld. Es war ein ganzes Stück entfernt. Bis er es erreichte, hatte er keinen Schutz und war aus jeder Himmelsrichtung zu sehen. Der Junge hörte einen abrupt endenden entsetzten Schrei. Er fuhr zusammen und blickte in die Richtung, aus der der Schrei gekommen war, doch es war nichts zu sehen.



hello@
teenscoach-
hamburg.de

**Kinder- und
Jugendcoaching**

Julia Meyer-Christian

www.teenscoach-hamburg.de



**Top-
Beratung
in Duvenstedt**

Besser Kochen + Kühlen + Waschen + Spülen



Vertraute Geräte. Geringer Verbrauch!
Markenprodukte aller Preisklassen auf
über 400 qm warten auf Sie. Und wenn Sie nur
eine der zahlreichen TV-Kochsendungen verfolgen,
wird Küchenmodernisierung auch bei Ihnen zum Thema.
Fragen Sie unsere Berater und fordern Sie unsere Fachkräfte, die
Ihre Küche mit Strom sparenden Geräten auf Vordermann bringen.

ellerbrock bad & küche in duvenstedt · Puckaffer Weg 4
T 040 6 07 62-0 · www.ellerbrock.com

Miele **LIEBHERR**
SIEMENS **Constructa**

ellerbrock

FACHBERATUNG · LIEFERUNG · ENTSORGUNG · MONTAGE · REPARATUR

Aber das hieß nichts, denn schließlich wusste er nur zu genau, dass sie hier waren – und dass sie böse waren. Sehr böse.

Eine plötzliche Kälte überzog ihn. Reflexartig verschränkte er die Arme und zog die Schultern und den Oberkörper nach oben. Seine Blase entleerte sich unkontrolliert. Die Angst schien ihn zu zerreißen. Dem Jungen war klar, dass er sich aus der Lähmung befreien und endlich loslaufen musste. Doch er konnte nicht. Sein Körper gehorchte ihm nicht. Eine Zeitlang stand er regungslos da. Plötzlich war es, als bekäme er einen sanften Stoß in den Rücken und die Mutter hauchte „Lauf!“ in sein Ohr. Doch niemand stand bei ihm.

Er gehorchte der Stimme. Ohne weiter darüber nachzudenken, rannte der Junge los. Während er lief, machte er sich so klein wie möglich, doch in seinen Gedanken wuchs er zum Riesen. Schon bald überragte er die Bäume und betrachtete die Welt von oben. Seine Schritte wurden immer ausladender und wenn er die

Füße aufsetzte, bebte die Erde. Riesen waren schnell. Schnell. Riesen waren stark. Stark. Riesen konnten alles. Alles.

Der Junge erreichte das Feld. Er hob die Hände schützend vor die Augen und verschwand im Mais. Jetzt war er nicht mehr zu sehen, doch er wusste, dass er noch längst nicht in Sicherheit war. Er rannte weiter und hoffte inständig, dass er in die richtige Richtung lief. Immer wieder lief er in Stängel hinein und Blätter schnitten in sein Gesicht, doch er blieb nicht stehen. Er rannte und rannte, sah nicht, wohin und hatte kein Gefühl dafür, wie viel Strecke noch vor ihm lag.

Dann hatte er das Feld durchquert. Schnaubend blieb er stehen. Er schaute sich um, um sich zu orientieren, vermied es jedoch, hinter sich zu blicken. So, wie die Mutter es ihm befohlen hatte. Er entdeckte den Baum.

Eine Buche. Sie stand nicht allzu weit entfernt. Der Junge war erleichtert. Noch einmal schnell laufen, dann hätte er es geschafft.

Er mobilisierte die letzten Kräfte und rannte los. Nachdem er den Baum erreicht hatte,

sank er zu Boden. Seine Beine schmerzten und sein Herz schlug wie wild. Während er nach Luft rang, blickte er in den blauen Himmel, den hier und da einzelne Wolken als schmale Bänder zierten. Dort oben war nichts Böses. Nur Gutes.

Er musste an die Mutter denken. Und an all die anderen. Sofort schossen ihm die Tränen in die Augen. Nein, er durfte nicht weinen. Nicht jetzt. Egal wie traurig und verzweifelt er war.

Der Junge rappelte sich auf. Er entdeckte das gut getarnte Versteck nicht sofort. Nachdem er es schließlich gefunden hatte, verschwand er darin.

Den Rest des Tages und die drei folgenden Tage blieb er dort. Er ignorierte den stechenden Durst und beißenden Hunger so gut es irgendwie ging. Mal fror er, mal war ihm heiß. Wenn die Dunkelheit kam, hörte er fremde Geräusche. Er hatte Angst und war einsam. Er weinte viel, doch er weinte stumm. Er sang nicht vor sich hin und sprach nicht mit sich selbst. Kein Laut kam über seine Lippen.

Ganz so, wie er es der Mutter versprochen und auf Ihn geschworen hatte.

Oliver

Ich kaufte das Haus im Nordosten Hamburgs an der Grenze zu Schleswig-Holstein, weil ich keinen halben Neuanfang wollte, sondern einen ganzen brauchte. Um ein wirklich neues Leben zu beginnen, musste ich alles Bisherige hinter mir lassen. Der völlige Schnitt war nur mit einem Ortswechsel möglich.

Hamburg hatte mir schon immer gut gefallen. Als ich mich entschloss, alles auf null zu stellen, war Hamburg meine



Ihr Bestattungsunternehmen
in Hamburgs Norden wünscht Ihnen
eine besinnliche Weihnachtszeit.

Hauke Wulff Bestattermeister
Wir beraten Sie gern

Dorfring 104 · 22889 Tangstedt-Wilstedt
Duvenstedter Damm 18 · 22397 Hamburg-Duvenstedt

Telefon **040 - 607 22 22**

www.wulff-bestattungen.com

Pflegedienst JONATHAN



Wir wünschen unseren Patienten und
deren Angehörigen ein besinnliches,
frohes Fest und ein schönes neues Jahr 2021!


Unsere Leistungen

- Jonathan Aktiv
- Seniorentreff
- Dementengruppe
- Sportgruppe
- Behandlungspflege
- alle Leistungen der Pflegeversicherung
- individuell geplante Pflege
- individuelle Dementenbetreuung
- Entlastung der Angehörigen

040 / 60 70 917

Über Ihren Anruf freut
sich Kirsten Mähl (Inh.)

Poppenbüttler Chaussee 28 • HH-Duvenstedt
www.jonathan-pflegedienst.de



erste und einzige Wahl gewesen. Allerdings kamen die angesagten Viertel im Stadtinneren nicht in Frage. Für meine Dämonen gab es dort zu viele Nahrungsangebote. Was ich brauchte, waren Ruhe und Beschaulichkeit, ohne jedoch völlig abgeschieden zu sein, denn schließlich wollte ich mich vor der Welt nicht verkriechen. Der schöne Stadtteil Lemsahl-Mellingstedt mit der Nähe zur Alster und der Wald- und Wiesenvielfalt erschien mir perfekt. Mir gefiel die leicht dörfliche Vorstadtidylle mit ihren zumeist gut situierten und unaufgeregten Menschen, die andere Leute weitestgehend in Ruhe ließen und sich um ihre eigenen Angelegenheiten kümmerten.

Ich heiße Oliver Bremser, bin achtundvierzig Jahre alt, kinderlos, geschieden und trockener Alkoholiker. Seit zwei Jahren habe ich keinen Tropfen mehr angerührt, und wenn ich ehrlich zu mir bin – und ich habe in ungezählten Therapiesitzungen gelernt, es endlich zu sein –, muss ich mir eingestehen, dass noch

immer kaum ein Tag vergeht, an dem ich mir nicht gern einen Drink genehmigen würde. Doch mir ist klar, dass ich das nicht tun darf. Es wäre vermutlich mein Untergang.

In meinem vorherigen Leben wohnte ich in der Region Braunschweig-Wolfsburg und war Top-Manager beim größten Automobilhersteller der Welt. Über mir gab es nur noch den Vorstand. Ich war dort, wo Leistungsdruck, hohes Tempo und Terminwahnsinn die ständigen Taktgeber waren. Wo man keine Schwäche zeigen durfte, weil Neider und Konkurrenten über einem kreisten wie Geier, die bloß auf den Tod ihrer Mahlzeit warteten. Ich war einer dieser Getriebenen, die wie irre in diesem Hamsterrad rannten, das nie stillstand und reihenweise ausgebrannte Menschen ausspuckte.

Wer von außen auf mein Leben schaute, musste glauben, ich sei zufrieden. Oder sogar glücklich. Eine große Nummer im Konzern, verheiratet mit einer erfolgrei-

chen PR-Beraterin. Ein attraktives Paar, beide mit einer steilen Karriere, eine schicke Penthouse-Wohnung, dicke Bankkonten, schöne Reisen, berühmte Freunde. Es schien, als wäre ich jemand, der alles hatte. Einen Scheißdreck hatte ich.

Bereits mit Mitte Dreißig hatte ich begonnen, mich selbst zu verlieren. War mehr und mehr im falschen Wertesystem unterwegs. Immer schneller, höher und weiter, über andere siegen. Wegbrechende Moral, wachsende Maßlosigkeit, steigende Gier. Ich verlor zunehmend die Orientierung und Selbstachtung, begann, mich und mein Leben abzulehnen – und fing schließlich das Trinken an. Erst wenig, dann immer mehr. Es war ein schleicher Prozess. So wie bei den meisten anderen Menschen, die in die Sucht rutschen. Man denkt, man hat alles unter Kontrolle, dabei hat der Kontrollverlust längst begonnen. Man will es bloß nicht wahrhaben. Der Mensch ist ein Meister darin, sich selbst etwas vorzumachen. Wie in vielen anderen Unternehmen auch,



Deutsche Krankenversicherung

Privat krankenversichert ohne Kostenrisiko im Alter

**Der DKV-Rundum-Sorglos-Schutz
für gesetzlich Versicherte macht es möglich!**

Beitrag für Kinder: ca. 75 Euro/Monat

Beitrag für Erwachsene: ab ca. 210 Euro/Monat



Hartwig Benzler
Dipl.-Ing., Dipl.-Kfm.

DKV/ERGO-Agentur Hartwig Benzler

Hartwig.Benzler@ergo.de
www.hartwig-benzler-dkv.ergo.de

Telefon: +49/171/7139295
Tel. global: +49/7000/BENZLER
Termin nach Absprache

Steuererklärung?
Wir machen das.

Arbeitnehmer und Rentner:
Als Einkommenssteuer-
Expertin bin ich seit 14 Jahren
erfolgreich für Sie da! www.vlh.de

Ich bin auch in dieser un-
gewöhnlichen Zeit erreichbar!



Dipl. Finanzwirtin Regina Remke
Dorftring 141, 22889 Tangstedt
Tel.: 04109/12 00
Mobil: 0171/62 53 491
Email: Regina.Remke@vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

war ich bei uns im Konzern als Süchtiger in bester Gesellschaft. Nicht nur bei uns waren eine ganze Reihe Mitarbeiter alkohol- oder medikamentenabhängig. Viele von ihnen waren Führungskräfte. Und nicht nur bei uns wurde die Krankheit fast immer verheimlicht. Manchmal aus Furcht vor Häme, doch fast immer aus Angst vor dem Verlust des Jobs. Man tat alles, um den Schein und Status zu wahren und verbarg mit großer Energie das Suchtproblem – und je länger das mehr recht als schlecht gelang, umso tiefer geriet man in den Sumpf der Abhängigkeit. Bloß nicht in den Spiegel schauen, schweigen anstatt reden, leugnen anstatt zugeben. Fast immer das Gleiche.

Jedenfalls: Ich stürzte langsam, doch ich befand mich im freien Fall. Lange fiel niemanden etwas auf, auch deshalb, weil ich eine ganze Reihe Tricks entwickelte, damit niemand mitbekam, dass sich in meinem Kopf alles nur noch um den Alkohol drehte. Mittlerweile lernte ich früh morgens auf nüchternen Magen eine Flasche Weißwein, damit ich überhaupt in der Lage war, ins Büro zu fahren. Im Laufe des Tages kamen weitere Flaschen Wein hinzu, häufig auch noch Bier und Wodka. Egal wieviel ich trank: Ich lallte und wankte nicht und wirkte nie betrunken. Jahrelang war ich überzeugt, dass anderen nichts auffiel. Bis zuletzt. Ich lag schief. Längst war ich viel zu sehr im Dauernebel unterwegs, als dass ich bemerkt hätte, dass die Kollegen hinter meinem Rücken zunehmend über meinen Zustand redeten. Außerdem war mir das jahrelange Trinken mittlerweile auch körperlich anzusehen. Mein Gesicht war aufgequollen, ich hatte Hautrötungen und war abgemagert. Tatsächlich war ich in meiner immer schlimmer werdenden Verfassung im Job nicht mehr tragbar. Zu abrupt waren meine Stimmungsschwankungen, zu unverständlich meine Entscheidungen, zu verunsichert meine Mitarbeiter. Schließlich war es meine Assistentin, die sich ein Herz fasste und sich an die Personalabteilung wandte.

Mir wurde ein Klinikaufenthalt nahegelegt. Ich schlug nur deshalb ein, weil mir klar war, dass dies meine einzige Chance war, den Job zu behalten. An meine Gesund-

heit dachte ich selbst jetzt keine Sekunde lang. Ich ging in die Entgiftung, überstand die Entwöhnung und kehrte an den Arbeitsplatz zurück. In der Zwischenzeit hatte sich meine Frau von mir getrennt. Ich hatte nicht mitbekommen, dass sie sich seit Jahren von einer Affäre in die nächste gestürzt hatte. Ich konnte ihr dafür nicht mal böse sein.

Nur drei Monate später erlitt ich einen Rückfall. Das gleiche Spiel von vorn. Diesmal war der Entzug noch härter. Ein halbes Jahr danach wurde ich wieder rückfällig. Das Ganze erneut. Längst war es um mich herum einsam geworden, nur noch wenige Menschen standen mir zur Seite. Kaum jemand schien noch an mich zu glauben. Ich selbst tat es auch mehr recht als schlecht. Ich wollte mich nicht totsaufen, doch mir fehlte die letzte Überzeugung, dass ich den Rest meines Lebens trocken bleiben würde.

Nach nur zwei Wochen zurück im Job erhielt ich die Kündigung. Es traf mich unerwartet, und genau darauf hatten sie gesetzt. Sie dachten, sie könnten mich überrumpeln und ich würde den Deal sofort unterschreiben, doch sie lagen falsch. Klar, sie würden mich loswerden, doch den Preis bestimmte ich. Ich wusste von vielen Leichen im Konzernkeller und kannte pikante Privatgeschichten einiger Vorstände. Selbst in meinen dunkelsten Zeiten hatte ich mehr mitbekommen, als



Adventswochen

*Viel Schönes und Dekoratives für
Ihr adventliches Zuhause.*

*Eine große, weihnachtliche Auswahl haben
wir bereits für Sie vorbereitet.*

Freuen Sie sich auf: Inspiration – traditionelles und kreatives Handwerk – Weihnachtssterne aus eigener Anzucht – In- und Outdoordekoration – Lichterglanz in vielen Varianten – neue Trends – Natürliches und Bewährtes.

Nutzen Sie gerne auch die Möglichkeit, Ihre Adventsdekoration per Telefon oder Mail vorzubestellen.

Mit viel Platz für Sie und die Einhaltung der Hygieneregeln!

JENKEL
Wilstedter Gartenbau

Verkauf bis zum 24.12.
Mo.-Fr.: 7.30–18.00 Uhr
Sa.: 7.30–16.00 Uhr
So.: 10.00–12.00 Uhr

- Gärtnerei
- Gartengestaltung
- Baumschule
- Floristik

Tel.: 04109 / 25 27-0
Henstedter Weg 33
22889 Tangstedt
www.gaertnerei-jenkel.de

für meine Augen und Ohren bestimmt gewesen war. Ich hatte ausreichend Material zusammen, um tonnenschwere Bomben hochgehen zu lassen. Das hatte ich zwar nicht vor, doch sie sollten es ruhig glauben.

Am Ende eines kurzen und vehementen Gesprächs mit dem Vorstand Personal tauschte ich meine Erinnerungen und mein Wissen ein gegen eine millionenschwere Abfindung. Keine Anwälte, keine Schlammschlacht. Aus meiner Sicht nannte man das wohl einen Royal Flush. Aus Sicht des Konzerns war es eine Schadensbegrenzung. Unterm Strich gewannen beide Parteien.

Ich räumte mein Büro und verließ das Gelände, ohne mich von einem einzigen Menschen persönlich zu verabschieden. Am nächsten Tag reiste ich für eine Woche in die Provence. Ich ging viel spazieren, sortierte meine Gedanken, fasste Entschlüsse. Schließlich stand fest, dass ich ein ganz und gar neues Leben beginnen würde. Mit allem, was dazugehörte.

Und so stand ich Ende des Jahres in Lemsahl-Mellingstedt in der Sackgasse vor dem kleinen Friesenhaus. Es war bitterkalt und der seit zwei Tagen fallende Schnee blieb liegen. Als ich das Haus sah, dachte ich an ein zuckergussüberzogenes Lebkuchenhäuschen – und wusste im selben Augenblick, dass ich es kaufen würde. Egal wie es drinnen aussah. Der Kaufpreis war hoch, doch das Haus erschien mir perfekt für mein neues

Leben, das ich mir bereits zurechtgelegt hatte und in dem ich vor allem eines sein würde: endlich ich selbst.

„Wollen wir?“, fragte der Makler und hielt mir verheißungsvoll die Haustürschlüssel unter die Nase. So wie er mich ansah, hatte er die Provision bereits in der Tasche.

„Warum nicht?“, entgegnete ich und bemühte mich, meine Begeisterung nicht zu früh zu erkennen zu geben. Ich wollte den Fatzke noch etwas zappeln lassen. Eigentlich albern, denn im Grunde hatte ich die Kaufentscheidung bereits getroffen.

Ich hatte ja nicht geringste Ahnung, was ich damit auslöste.

Andreas Richter



ANDREAS RICHTER

ist freier Autor und lebt in Ahrensburg. Nach „Endstation Brook“ (2014) und „Patricias Geheimnis“ (2019) ist „Totes Feld“ seine dritte Fortsetzungsgeschichte für den Duvenstedter Kreisel.

Mehr über Andreas Richter auf www.andreasrichter.info



FROHE WEIHNACHTEN
UND EIN GESUNDES NEUES JAHR!



DIANA REHER



IMKE FINNBERG



STEFANIE MIESSNER



NELE HIMMER



PIA MÖLLER GEN. RIEFE



CLAUDIA SCHULZE



NADINE WEBER



LENA PIEL



MIRIAM PFAFF



LEA SCHIMERLE



SAMIRA FARHAT



VERENA SCHNEIDER



PHYSIO AM KREISEL

Diana Reher

Poppenbütteler Chaussee 5 · 22397 Hamburg · Tel. 040 / 64 50 68 05 · www.physioamkreisel.de



Bereits zum dritten Mal zu Gast im Duvenstedter Salon: Dorit Meyer-Gastell



Wir hoffen, das Weihnachtskonzert der besonderen Art mit Sacre Fleur kann stattfinden.

Wenn also Covid-19 nicht erneut dazwischenfunkt, hören und erleben die Besucher des Duvenstedter Salon am 4. Dezember um 19 Uhr im Max-Kramp-Haus am Duvenstedter Markt 8 ein Weihnachtskonzert der Extraklasse.

Kultur in Zeiten der Pandemie

DER DUVENSTEDTER SALON

Erneut wurde der Duvenstedter Salon wie viele andere kulturelle Einrichtungen von den pandemischen Ereignissen ausgebremst. Man mag dazu stehen wie man will, Fakt ist, dass durch den erneut extremen Anstieg von Infektionsfällen die Kontakte zwischen den Menschen ebenso extrem reduziert werden müssen.

So musste leider – bereits zum zweiten Mal – der Vortrag über Leben und Werk des Hamburger Malers Eduard Bargheer abgesagt werden.

Der „Salon“ wird aber weiterhin auf Sicht arbeiten und mit der Organisation kultureller Veranstaltungen fortfahren. Immer vor dem Hintergrund, dass die pandemischen Ereignisse einen erneuten „Stopp“ erfordern.

So, Stand heute, werden wir am Freitag, den 4. Dezember mit der Musikgruppe „Sacre Fleur“ ein Weihnachtskonzert der besonderen Art erleben.

„Sacre Fleur“, das sind Reiner Regel (Saxophon und Klarinette), Jan Kessler (Gitarre) und Lars Hansen (Bass). Die

drei Ausnahmemusiker waren bereits im März 2019 im Max-Kramp-Haus zu Gast und bezauberten ihr Publikum, indem sie alte kirchliche Lieder in verjazzter Form und in einer Art interpretierten, die keinen unbeeindruckt ließ.

Reiner Regel ist in der Jazz-Szene ein Star, der neben seiner langjährigen Tätigkeit in der „Old Merry Tale Jazzband“ mit Udo Lindenberg, Bill Ramsey, Gottfried Böttger, Knut Kiesewetter und vielen anderen Größen der Hamburger und internationalen Musikszene zusammenarbeitete.

Irgendwann traf er auf Jan Keßler, der seit langem im Hamburger Michel für zeitgemäße Formen der Kirchenmusik zuständig war. Er ist nicht nur Gitarrist, sondern auch Komponist und Produzent. Beide kamen recht bald auf einen musikalischen Nenner. Der Dritte im Bunde, Bassist Lars Hansen, war schnell gefunden und ein wunderbares musikalisches Trio war entstanden.

Dessen Musik ist soulig, gospelig und meditativ und einfach nur gut!

Unter gleichen Bedingungen geht es im neuen Jahr weiter. Der „Salon“ widmet sich anlässlich seines 130. Geburtstages dem Dichter, Geschichtenerzähler, Satiriker und großen Humanisten Kurt Tucholsky. Die Bergstedter Schauspielerin Dorit Meyer-Gastell ist mit ihrem Partner Jurij Kandelja bereits zum dritten Mal zu Gast im Duvenstedter Salon.

Kurt Tucholsky ist Dorit Meyer-Gastell ein „vertrauter Freund“ und so ist die musikalische Hommage an den unvergesslichen, wortsicheren „Tucho“ für sie ein Bedürfnis. Jurij Kandelja begleitet sie dazu musikalisch mit dem Akkordeon. Freitag, den 8. Januar 2021 um 19 Uhr im Max-Kramp-Haus.

Für beide Veranstaltungen gilt: Karten nur nach telefonischer Anmeldung unter 040-33485062.

Heinrich Engelhardt

DUVENSTEDTER SALON

Ort: Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8

Tel.: 040 33 48 50 62



Das Theater in Duvenstedt nimmt im Februar 2021 den Spielbetrieb wieder auf.

Eine Achterbahnfahrt der Emotionen

AMATEURTHEATER DUVENSTEDT

Mit dem hochdeutschen Zwei-Personen-Stück „Achterbahn“ nimmt das Amateurtheater Duvenstedt im Februar den Spielbetrieb wieder auf

Die Theaterleitung hat nach vielen Abendsitzungen und Sicherheitsdiskussionen beschlossen, den Vorhang für Sie, unser Publikum, wieder zu heben. Natürlich mit den erforderlichen Auflagen für unser aller Sicherheit. Ein Kraftakt, jedoch einer, der sich lohnt. Es muss wieder Leben ins Max-Kramp-Haus kommen, es muss wieder Theater gemacht werden, es muss wieder knistern. Das geplante plattdeutsche Stück „Dree Göttinnen op'n Barg“ musste zunächst auf Eis gelegt werden. Die Corona-Bestimmungen ließen zu viele Personen auf der Bühne nicht zu. Das gilt auch für das Weihnachtsstück „Dornröschen“. Traurigkeit, Enttäuschung bei allen Mitwirkenden. Keine glänzenden Kinder- und Erwachsenenaugen im Publikum. Was bleibt, ist ein leerer Saal. Stille.

Doch wir wollen nun hoffnungsvoll auf den Februar schauen. Auf eine Komödie, die Ihnen gefallen wird. Monika Nissen war von dem Stück so begeistert, dass sie spontan die Regie übernahm.

Auf und ab, bremsen, beschleunigen, rasanten Kurven und hin und wieder ein steiler Looping. Manchmal ist das Leben wie eine Achterbahnfahrt. Das zeigt auch die Erfolgskomödie „Achterbahn“ des franzö-

sischen Star-Autoren Eric Assous. Am Ende ist nichts so, wie es am Anfang den Anschein hat. Diese Komödie hat alles, was französische Stücke so einzigartig macht: Sie zeichnet sich durch einen unerwarteten, raffinierten Handlungsaufbau, brillanten Stil und ausgefeilten Wortwitz aus. Viele überraschende Wendungen halten den Zuschauer bis zum Ende des Theaterabends in Atem und bei bester Laune!

Ein älterer Mann (Willi Kühl) begegnet in einer Bar einer jungen, hübschen Frau (Susanne Iden). Sie flirten ein wenig, unterhalten sich und sind sich auf Anhieb sympathisch. Nun reizt ihn die Aussicht auf ein kleines amouröses Abenteuer. Nach ein paar Drinks kommen sich die beiden schnell näher und es ist klar, dass der Abend in seinem Appartement endet. Natürlich verschweigt er ihr dabei geflissentlich, dass er verheiratet ist und seine Frau mit dem gemeinsamen Sohn für eine Woche in den Skiurlaub gefahren ist. Im

Appartement angekommen wird aus dem amourösen Abenteuer eine Geschichte, die einfach unglaublich ist, denn die junge Dame übernimmt immer mehr die Regie des Abends. Sie spielt mit ihm, reißt seine selbstzufriedene Fassade ein und versteckt sich immer wieder hinter neuen Geheimnissen und Gestalten, gibt in einem Moment noch zuckersüß das verschüchterte Mäuschen, plötzlich die wilde Femme fatale und verdreht damit sowohl ihm als auch dem Publikum gekonnt den Kopf. Der Abend wird zu einer Berg- und-Talfahrt der Emotionen!

Doch auch die schönste Achterbahnfahrt endet dort, wo sie begonnen hat – am Boden. So auch im Stück und zwar knallhart und ziemlich unerwartet als furioses Finale – mehr wird aber an dieser Stelle nicht verraten!

Haben wir Sie neugierig gemacht? Dann würden wir uns riesig freuen, Sie im Theater begrüßen zu können.

Unsere Termine: 6./7./13./14./20. und 21. Februar 2021

Willi Kühl

AMATEURTHEATER DUVENSTEDT

Ort: Max-Kramp-Haus, Duvenstedter Markt 8

Kartenvorverkauf

Tel.: 040 47 19 20 30 (AB) oder

E-Mail: theater@vereinigung-duvenstedt.de

*Frohe & warme
Festtage für Sie...*

So kann man Igel im Garten helfen

DER NABU-NATURTIPP

Naturnahe Gärten sind der beste Igelerschutz. Wer Igel fit für den Winter machen will, sollte seinen Garten fit für Igel machen.

Wilde Ecken im Garten bieten Nahrung und Unterschlupf Auf Mähroboter und Laubsauger verzichten

Während des Lockdown suchen viele Hamburger*innen Erholung in der Natur. Der NABU Hamburg gibt praktische Tipps für schöne Naturerlebnisse und kleine Naturschutzprojekte für zuhause.

Es wird kühler in Hamburg und für Wildtiere wie den Igel beginnt jetzt der Endspurt auf der Suche nach Nahrung und ei-

nem passenden Winterquartier. Vor allem junge Igel versuchen derzeit an Gewicht zuzulegen, da sie noch weitere Fettreserven benötigen, um den Winter gut zu überstehen. Naturnahe Gärten sind dabei die beste Hilfe für die Stacheltiere, denn hier finden sie auch im Herbst ausreichend Futter und Überwinterungsmöglichkeiten, erklärt der NABU Hamburg.

Mit beginnender Dämmerung, im November oft auch tagsüber, suchen die kleinen Gartenbewohner ihre Nahrung unter Hecken, Büschen und Bäumen. Auf ihrem Speiseplan stehen Käfer, Spinnen, Regenwürmer, Schnecken, Tausendfüßer und andere Kleintiere. In einem naturnahen Garten wird dieser Speiseplan bestens erfüllt. Wer dennoch Zweifel hat, dass kleinere Igel genügend Nahrung in eigenen Garten finden und so genügend Gewicht zulegen

können, dem rät der NABU Hamburg, mit Katzenfeuchtfutter oder ungewürztem Rührei mit Igeltrockenfutter gemischt unterstützend zuzufüttern.

Neben dem Nahrungsangebot sollte ein igelfreundlicher Garten den Tieren Unterschlupfe und Verstecke wie Totholz, Laubhaufen, Wurzelwerk, Trockenmauern, Kompostecken, Hecken und Reisighaufen anbieten. Dort verkriechen sich Igel tagsüber oder legen ihre Winterester an. Ergänzend können selbstgezimmete Igelhäuschen oder aus Holzbeton gefertigte Igelkuppeln angeboten werden, die mit Laub gefüllt werden. Wer seinen Garten jetzt winterfest macht, kann den Stacheltieren also Gutes tun, indem Laub sowie Grün-, Baum und Heckenschnitt in einer Gartenecke, unter Hecken und Bäumen liegen bleibt oder aufgehäufelt wird.

Um Igel vor Verletzungen zu schützen, sollten zudem Mähroboter sowie Laubsauger im Garten nicht zum Einsatz kommen. Mit dem Laub werden darin lebende Würmer, Spinnen oder Asseln eingesaugt, gehäckselt und getötet. Dies beeinträchtigt die Bodenbiologie beträchtlich und Kleinsäuger wie Igel finden weniger Nahrung. Besser ist es, das Laub mit Besen und Rechen zusammenzufegen und auf einen Haufen zu geben, damit es dort verrotten kann und sich Kleinstlebewesen weiterhin darin verstecken können.

Birgit Hilmer

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 Kehlkopfes kann der HNO-Arzt erste Hinweise für die Erkrankung finden. Die 24-Stunden Messung des pH-Wertes im Rachen führt zu weiteren Erkenntnissen. Typischerweise kommt es bei diesen Patienten nachts zu einem starken pH-Wert-Abfall.

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



Expertentipp von

Dr. med. R. Dannesberger

HNO
in Wellingsbüttel

Dr. med. Rainer Dannesberger
Facharzt für HNO-Heilkunde

Praxis für Privatpatienten und Selbstzahler

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

**MEHR INFOS UND NATURTIPPS
BEIM NABU HAMBURG**

nabu-hamburg.de/corona-naturtipps



Beim Treppenlift gilt zu entscheiden

EINROHR- ODER DOPPELROHRSYSTEM

Möchte man auch im Alter weiterhin alle Räume in der Wohnung nutzen, ist die Anschaffung eines Treppenliftes eine Möglichkeit Barrieren zu beseitigen.

Hierzu wird ein Schienensystem zumeist direkt auf den Stufen montiert, entweder an der Innen- oder an der Außenseite der Treppe. In der Regel bietet sich die Innenseite an, da der Weg hier kürzer ist und somit weniger Schienenmaterial benötigt wird. „Aufgrund baulicher Gegebenheiten wie etwa Türen oder anderer Hindernisse kann es auch Sinn machen den Lift an der Außenseite zu montieren“, sagt Arne Buchholz, zertifizierter Sachverständiger für Barrierefreies Planen und Bauen.

Alternative Einbaumöglichkeiten müssen in einem Beratungsgespräch erörtert werden. „Den Profi interessiert das Krankheitsbild beziehungsweise die Beschwerden des Patienten. Er muss herausfinden, ob ein automatischer Drehsitz oder ein automatisches Fußbrett erforderlich ist – und falls nicht aktuell, eventuell in der Zukunft. Nur so kann er eine fundierte Beratung einschließlich alternativer Einbau- und Gestaltungsmöglichkeiten bieten“, weiß der Experte. „Dagegen kennt ein sogenannter Fachmann bestenfalls den Sitztreppenlift des Unternehmens, welches ihn geschickt hat, und ist im schlechtesten Fall nur ein guter Verkäufer“, ergänzt Buchholz.

Die Liftschiene verursacht oft die Hauptkosten bei der Anschaffung eines Treppenliftes. Da die Länge und die Biegung der Schiene für jede Treppe genau passen muss, wird die Liftschiene für jede Treppe individuell angefertigt.

„Vor der Fertigung der Schiene muss der Kunde allerdings entscheiden, ob der Sitz auf einem Einrohrsystem oder auf zwei Rohren fahren soll“, erklärt Buchholz.

Beide Systeme lassen sich an alle Treppenformen (gerade Treppe, Kurventreppe, Wendeltreppe, L-Treppe, U-Treppe, Freiformtreppe) individuell anpassen, da sich die Rohre biegen lassen. Allerdings bieten nicht alle Treppenlift-Hersteller beide Schienen-Systeme an.

Beim Einrohrsystem fährt der Lift auf einer Schiene. Über diese Schiene erfolgen Antrieb und Führung. Die Schiene wird wenige Zentimeter über den Treppenstufen angebracht. Ihr Durchmesser ist größer als beim Zwei-Schienen-System und wird eher bei geraden Treppen eingesetzt.

„Der Vorteil des Ein-Schienen-Systems ist, dass es weniger Platz in der Höhe braucht, da der Abstand zu Boden und Treppe geringer ist als beim Zwei-Schienen-System. Der Nachteil besteht darin, dass das Nutzergewicht komplett auf einer Schiene lastet“, erklärt der Sachverständige. Beim Zwei-Schienen-System fährt der Treppenlift auf zwei übereinander, parallel verlaufenden Schienen. Über eine Laufschiene wird der Lift angetrieben (Antriebsschiene), über die andere Schiene wird der Lift geführt (Führungsschiene).

Aufgrund der Kraftverteilung

sind mehr Treppenfixierungen notwendig und der Schienendurchmesser ist geringer als beim Ein-Schienen-System. Aufgrund der doppelten Führung hat das Zwei-Schienen-System eine höhere Tragfähigkeit.

Den Hauptvorteil sieht der Sachverständige Buchholz darin, dass die Schienen näher an der Wand montiert sind als beim Ein-Schienen-System. Dadurch kann der Treppenlift auch auf eher schmalen Treppen eingebaut werden.

Allerdings benötigt das Zwei-Schienen-System mehr Platz in der Höhe.

Mit einem Schmunzeln auf den Lippen verrät Profi Buchholz: „90 Prozent der Kunden, bei denen beide Rohrsysteme technisch möglich sind, entscheiden nach optischen Gesichtspunkten.“

Arne Buchholz

Die Hamburg Lifte GbR ist Ihr Partner für Ihre Barrierefreiheit.

Wir helfen Ihnen, einen bedarfsgerechten Lift entsprechend Ihrem Budget zu finden.

Schnelle Lieferung und Montage.

Wir beraten Sie auch telefonisch!



HAMBURG LIFTE

- TREPPENLIFTE
- HUBLIFTE
- PLATTFORMLIFTE
- RAMPEN



Arne Buchholz
(Dipl.-Kaufmann und Sachverständiger für barrierefreies Bauen)

HAMBURG LIFTE
Zickzackweg 12 c
22605 Hamburg

T: 040.85180703
M: 0173.5270457
www.hamburg-lifte.de



Wir bleiben so gut gelaunt wie auf diesem Bild aus dem vergangenen Jahr.

VERSUCH EINER RÜCKSCHAU

Was war denn das bitteschön für ein Jahr?!

Alles war anders, fast nichts war so wie es mal war oder sein sollte. Gut, der Sommer war warm, wer hiergeblieben ist, hatte gutes Wetter. Aber allein die Monate in diesem Jahr: Januar, Februar, März, Corona, September, Corona, Dezember. Zudem kann wohl als sicher angenommen werden, dass keiner von uns oder Ihnen beim Einstellungsgespräch 2015 richtig gelegen hat mit der Antwort auf die übliche Frage: „Wo sehen Sie sich in fünf Jahren?“

Aber wo stehen wir jetzt nach diesem Jahr? Noch nie in unserer nunmehr 53-jährigen Geschichte wurde in einem Jahr so wenig geprobt wie in diesem. Von null Auftritten gar nicht erst zu reden ...

Jedoch: Unsere ersten, zarten Versuche, im August den Probenbetrieb unter Coronabedingungen wieder aufzunehmen, waren in vielerlei Hinsicht durchaus sehr erfolgreich.

Zuerst in virologischer Hinsicht: Es gab keinerlei Infektionen in Zusammenhang mit unseren Proben zu beklagen. Ebenso in sozialer Hinsicht: Alle waren durchweg begeistert, sich nach fast einem halben Jahr wiederzusehen und trotz Maskenpflicht haben sich eigentlich alle sofort wiedererkannt. Und natürlich auch in musikalischer Hinsicht: Keiner von uns hat die Lust am gemeinsamen Musizieren verloren und wir waren wie eh und je mit großem Spaß bei der Sache. Sollte es während der 25 Wochen Pro-

benpause vereinzelt zu Übungsdefiziten gekommen sein, so wurden die mit überbordender Spielfreude und Enthusiasmus leicht wieder wettgemacht.

Wenn man das alles zusammennimmt, kann das nur eines für unsere Fans und Freunde bedeuten, von denen auch

viele zum geschätzten Leserkreis des „Kreisel“ gehören: Wir werden erwartungsgemäß gut vorbereitet sein, wenn wir hoffentlich irgendwann im neuen Jahr unseren Probenbetrieb wieder aufnehmen und dann auch wieder öffentlich auftreten können. Bis dahin wird allerdings noch einige Zeit ins Land gehen.

So fällt in diesem Jahr eine weitere lieb gewonnenen Veranstaltung flach: Der Vorabend des 1. Advent wird ohne handgemachte (oder besser: mundgeblasene)

Musik am Duvenstedter Kreisel zu Ende gehen sowie ohne Publikum. Es werden allerdings auch keine Glühwein- und andere Stände aufgebaut sein, die diesen Abend immer zu etwas Besonderem gemacht haben. Also wird es wohl ein Sonnabendabend werden wie viele andere auch.

Und sollte es einen Gottesdienst am Heiligabend in unserer Cantate-Kirche geben, werden wir nach vielen Jahren dieser schönen Tradition auch dort keine weihnachtlichen Lieder in den Nachthimmel blasen.

Seichtere Gemüter könnten davon betrübt sein, aber wir lassen uns die gute Laune nicht verderben. Wir halten Abstand und zusammen, grüßen Sie alle ganz besonders herzlich und wünschen Ihnen und Ihrer Familie ein trotz aller widriger Umstände in jeder Hinsicht schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2021, das nur besser werden kann als dieses Jahr. Wir hoffen, dass wir 2021 wieder öffentlich auftreten können und freuen uns dann sehr darauf, Sie dort wieder begrüßen zu dürfen.

Bis dahin bleiben Sie bitte gesund und denken Sie daran: Abstand verbindet. Wir fühlen uns Ihnen verbunden.

Christian Bauer

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

Mangelernährung im Alter

Mangel- und Unterernährung – wenn diese Begriffe fallen, denkt man meist an Menschen in sogenannten Entwicklungsländern. Kaum jemand weiß, dass viele ältere Menschen, die sich zu Hause selbst versorgen, untergewichtig oder krankhaft mangelernährt sind. Das heißt, ihr Körper wird nicht mehr ausreichend mit Energie, Eiweiß und Nährstoffen versorgt. Nach einer Schätzung des Medizinischen Dienstes der Spitzenverbände der Krankenkassen leidet nahezu jeder Zwölfte der über 60-Jährigen in Deutschland unter chronischer Mangelernährung.

Was bedeutet Mangelernährung?

Der Begriff „Lebensmittel“ kommt nicht von ungefähr: Ohne ein Mindestmaß an Energie und Nährstoffen, die wir über unsere Nahrung aufnehmen, kann unser Organismus seine körperlichen und

geistigen Funktionen nicht aufrechterhalten. Führen wir dem Körper nicht ausreichend Nährstoffe und Energie zu, drohen Schwächezustände sowie Störungen im Stoffwechsel mit ernsthaften Folgeerkrankungen.

Ursachen einer Mangelernährung

- geringer Appetit
- verändertes Geschmackempfinden
- Kau- und Schluckbeschwerden
- psychosoziale Faktoren
- Übelkeit
- veränderte Verdauungsfunktion
- chronische Erkrankungen

Nährstoffbedarf im Alter

Die pauschale Aussage, der Körper brauche im Alter weniger Nahrung, ist ein Trugschluss. Die von der Deutschen Ge-

sellschaft für Ernährung formulierten zehn Regeln für eine vollwertige Ernährung gelten prinzipiell für alle gesunden Menschen, ganz gleich welcher Altersgruppe. Der Flüssigkeitsbedarf sinkt im Alter nicht. Da bei älteren Menschen aber oftmals das Durstgefühl nachlässt, ist besonders darauf zu achten, dass sie ausreichend Flüssigkeiten zu sich nehmen.

10 Regeln der DGE

1. Vielseitige Kost
2. Getreideprodukte und Kartoffeln
3. Frisches Gemüse und Obst
4. Täglich Milch, Milchprodukte, Fisch, Fleisch, Wurst, Eier
5. Wenig Fett
6. Wenig Zucker und Salz
7. Reichlich Flüssigkeitszufuhr
8. Essen schmackhaft und schonend zubereiten
9. Genießen Sie Ihr Essen!
10. Gewichtskontrolle und Bewegung

die Redaktion

Pflegedienst im Alstertal

seit 1993

Qualität, Kompetenz und Beständigkeit
Wir pflegen Menschen!



Manuela Gorbatschew & Kornelia Sauthoff

Jetzt NEU bei uns!

ZEITKARTEN

Der persönliche Gutschein für die Unterstützung Ihrer Angehörigen vor Ort

- ✓ Kompetente Begleitung im Alltag
- ✓ Individuelle Anpassung an die jeweiligen Bedürfnisse
- ✓ Professionelle Präsenz durch examinierte Mitarbeiter/innen

Stundenpreis 85€ + Wegepauschale + Zuschläge WE/FT

☎ 040 - 227 09 55

Saseler Damm 2 · 22395 Hamburg · info@pflagedienst-im-alstertal.de

www.pflagedienst-im-alstertal.de

Freude
schenken mit
ZEITKARTEN

Der Meisterbetrieb in Ihrer Region.

Wir schaffen
mit Farbe und
Struktur echtes
Wohngefühl.



Außen. Innen. Böden.
Individuelle Wandgestaltung und mehr.

Persönlich gut beraten.
Telefon: 040-608 05 22
www.malermeister-steffen.com
Brooking 45 22889 Tangstedt

MALERMEISTER
GÜNTER
STEFFEN



Heimkino

ANNEKES (ENT-)SPANNUNGSTIPPS

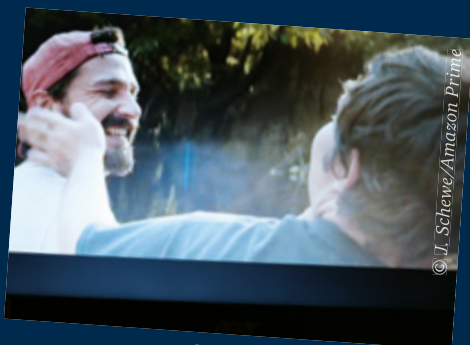
Der Winter klopft schon kühlen Atems an die Tür, die Bäume verwandeln sich langsam von orangefarben zu kahl, die Heimkuschellaune steigt und warmer Tee, Glühwein, Sofa und Wollsocken locken – es ist so weit, die gemütlichste Zeit des Jahres beginnt! Während sich mit Glocken klingelnde Rentiere über das nächtliche Himmelszelt schwingen und alle Häuser vom Holiday Spirit erfüllt nach Lebkuchen und Plätzchen duften, haben Sie sich bereits entspannt zurückgelehnt und streamen. Im Film oder in der Serie Ihrer Wahl muss es nicht um Weihnachten oder Neujahr gehen – Hauptsache, Sie haben einen schönen Abend.



Dirk Gentlys Holistische Detektei

In der kalten Jahreszeit finden Sie vielleicht die Ruhe und Muße eine ganze Serie zu verschlingen, und falls Sie ein Fan von Terry Gilliams **12 Monkeys**, **Per Anhalter durch die Galaxis** oder der Serie **Community** sind, möchte ich Ihnen herzlichst **Dirk Gentlys Holistische Detektei** empfehlen, die in Ihrem Netflix-Abo enthalten ist. Die auf Douglas Adams' Buchreihe basierende Detektivserie mit ausgeprägtem Hang zu Sci-Fi und Fantasy mag vielleicht auf den einen oder anderen Zuschauer zwischenzeitlich abstrus und willkürlich wirken, ist aber in ihrer Merkwürdigkeit überraschend komplex und herzerwärmend – und sie macht definitiv sehr viel Spaß.

Die kindlich-naive Titelfigur Dirk stolpert scheinbar zufällig in ausschlaggebende Fälle und unwichtig wirkende Situationen, die letztendlich ein zusammenhängendes Rätsel ergeben, welches er als sogenannter holistischer Detektiv zu entschlüsseln vermag. Kern und Herz der Serie sind die Charaktere und ihre Beziehung zueinander. So werden Sie zum Beispiel Elijah Wood, der Frodo in der **Der Herr der Ringe**-Trilogie mimte, als Dirks unfreiwilligen Assistenten genauso ins Herz schließen wie seine an Halluzinationen leidende Schwester Amanda, die leicht neurotische Leibwächterin Farah, eine Gruppe randalierender Vampire oder die holistische Assassine Bart.



The Peanut Butter Falcon

The Peanut Butter Falcon ist ein absolutes Feel-Good-Movie mit einem wunderbar harmonisierenden, talentierten Cast und einer herzerwärmenden Geschichte. Ein junger Mann mit Down-Syndrom namens Zak lebt, da er keine Familie hat, in einem Altersheim, fühlt sich dort aber aufgrund seines Alters und seines Wunsches nach Unabhängigkeit unwohl, weswegen er eines Nachts durch das Fenster verschwindet. Erzählt wird nun Zaks Reise, an deren Ende er hofft seinen Traum erfüllen zu können – denn Zak möchte Wrestling bei seinem großen Vorbild Salt Water Redneck lernen. Auf der Reise trifft er auf Tyler (dargestellt von Shia LaBeouf), der nach dem Tod seines Bruders den Halt verloren hat. Gemeinsam reisen sie weiter, bevor bald auch Zaks Betreuerin Eleanor (Dakota Johnson) hinstößt und sie zu einem Trio macht. Die Filmemacher ließen sich beim Schreiben des Drehbuchs nicht nur von den Geschichten um Huckleberry Finn inspirieren, sondern vor allem von Zaks Darsteller selbst, Zack Gottsagen. Beeindruckt von Gottsagen und seinem Wunsch Schauspieler zu werden, schrieben sie diese Geschichte eines jungen Mannes mit Down-Syndrom, der auszieht, um seinen Traum zu erfüllen. Den Film gibt es leider momentan noch nicht inklusiv in Streaming-Abos, doch ist er mietbar auf mehreren Plattformen.



Nur die halbe Geschichte

Mit Alice Wus **Nur die halbe Geschichte** zeigt Netflix einen gelungenen, wohlstimmenden Coming-of-Age-Film über die letzten Tage der Schulzeit, Liebe und Freundschaft. Die moderne Variation der Cyrano de Bergerac-Story erzählt die Geschichte von Ellie Chu, einer intelligenten, zurückhaltenden Außenseiterin aus bescheidenen Verhältnissen, die für ihre Mitschüler gegen Bezahlung Schularbeiten verfasst. Als der Sportler Paul an sie herantritt, damit sie für ihn Liebesbriefe an seinen Schwarm, die Pastorentochter Aster, schreibt, nimmt Ellie dies nur widerwillig an, denn eigentlich ist auch sie in Aster verliebt. Bald entwickelt sich zwischen den ungleichen Teenagern Paul und Ellie eine schöne, innige Freundschaft und alle drei Hauptcharaktere finden durch den Briefwechsel zu sich selbst.

Just Mercy ist einer der eindrucklichsten Filme, die ich in diesem Jahr gesehen habe. Zu Zeiten, in denen z.B. die Black Lives Matter-Bewegung in den Vereinigten Staaten wegen der fortbestehenden systemischen Diskriminierung von Schwarzen US-Amerikanern immer wichtiger und einflussreicher wird, wirkt dieser Film gleichzeitig aufwühlend und hoffnungsvoll. Dies ist weit mehr als ein Gerichtsfilm. Er basiert auf den Memoiren des realen Anwalts Bryan Stevenson, der seit 1985 für Menschenrechte und Gleichberechtigung kämpft und bereits viele Menschen vor dem Tode bewahrt hat, die unschuldig verurteilt wurden. In **Just Mercy** wird der langwierige Kampf des damals erst 28-jährigen Stevenson (dargestellt von Michael B. Jordan) erzählt, der die Unschuld eines Todestraktinsassens (dargestellt von Jamie Foxx) beweisen will. Hierbei kämpft Stevenson gegen systemischen Rassismus, sowohl gegenüber seinem Mandanten als auch sich selbst, doch zeigt der Film auch viele berührende Momente des Zusammenhaltes und der positiven Auswirkungen eines gerechten Kampfes. Diesen Film für Fans von **Green Mile**, **Die Jury** und **Selma** gibt es im Sky Ticket oder zum Ausleihen auf vielen anderen Plattformen.

Völlig ignorieren möchte ich das Weihnachtsthema doch nicht. Falls Ihnen der Sinn nach Weihnachtsgeschichten steht, können Sie auf Netflix z.B. die norwegische Drama-Serie **Weihnachten zu Hause** finden, welche auf erfrischend-realistische Art von den Liebeswirrungen und der Selbstfindung einer Krankenschwester erzählt, die ihrer Familie verspricht, ihren (eigentlich ausgedachten) Freund zum Weihnachtsessen mitzubringen. Auch die Weihnachtsliebliche **Drei Haselnüsse für Aschenbrödel** und **Liebe braucht keine Ferien** sind im Netflix-Abo enthalten, genau wie **Stirb Langsam**, falls Sie gerne Action mit dem Weihnachtsthema kombiniert sehen möchten. Im Prime-Abo locken auch dieses Jahr die romantischen Komödien **Tatsächlich ... Liebe** und **Schokolade zum Frühstück** mit Weihnachtsgeschichten. Oder Sie leihen sich einen absoluten Klassiker aus und erfreuen sich an **Ist das Leben nicht schön?** mit James Stewart und Donna Reed aus dem Jahr 1946. Diese letztlich optimistische Weihnachtstragikomödie von Frank Capra ist eine humorvolle Hymne auf kleinstädtische Solidarität und wird nicht grundlos bis heute in vielen Filmen und Serien zitiert und referenziert.

Anneke Schewe



Ist das Leben nicht schön?



Just Mercy



Weihnachten zu Hause

Sanitärtechnik Lind
Sanitär · Heizung · Bäder

Alter Teichweg 63 ■ 22049 Hamburg
Tel. 040 61182078 • Tel. 0171 2024670
info@sanitaertechnik-lind.de
www.sanitaertechnik-lind.de

Sie brauchen für Ihr Bad einen neuen Siphon,
der Wasserhahn tropft oder die Heizung streikt?
Dann rufen Sie uns an!

Für Weihnachten

BUCHTIPPS VON HEIKE KLAUDER



Joachim B. Schmidt Kalmann

Kalmann ist der selbsternannte Sheriff von Raufarhöfn. Er hat alles im Griff. Tag für Tag wandert er über die weiten Ebenen um das beinahe ausgestorbene Dorf, jagt Polarfüchse und legt Haiköder im Meer aus, um den Fang zu Gammelhai zu verarbeiten. Doch in Kalmanns Kopf laufen die Räder manchmal rückwärts. Als er eines Winters eine Blutlache im Schnee entdeckt, überrollen ihn die Ereignisse. Mit seiner naiven Weisheit und dem Mut des reinen Herzens wendet er alles zum Guten. Ein Roman für Islandfreunde und alle, die ungewöhnliche Geschichten mögen.

Wolfgang Kleinert, Dieter Schwalm, Antje Haubner Beste Bilder 11

2020 kann man eigentlich vergessen. Aber das werden wir natürlich alle nicht, dank Corona! Ein kleines Virus mit großen Folgen. Nehmen wir es also mit Humor ... denn ein großer Teil des neuesten Samplers „Beste Bilder“ hat diese Zeit mit ihren Schreckensmeldungen wunderbar humorvoll in Szene gesetzt. Dazu kommt „Was sonst noch geschah“, und das war mit Trump, Brexit, Rassismus und Klimakatastrophe auch nicht ohne. Peter Butschkow, Til Mette, Martin Zak, Ralf Ruthe, Petra Küster sind ein paar Namen aus der großen Schar der Zeichnerinnen und Zeichner. Der etwas andere Rückblick auf das zu Ende gehende Jahr.



Elke Heidenreich Männer in Kamelhaarmänteln

Elke Heidenreich kennt sich aus mit Jacke und Hose, Rock und Hut – vor allem aber mit Menschen. Gut aussehen wollen alle, aber steckt nicht noch viel mehr dahinter? Wenn Elke Heidenreich von Kleidern erzählt, dann erzählt sie vom Leben selber: von sich mit 16 Jahren, von Freundinnen und Freunden, von Liebe und Trennung. Erzählt Geschichten, komisch und traurig, wie nur sie es kann, die Meisterin der kurzen Form. Sie berichtet von der ausgeleierte Jeans und der verblichenen Lieblingsbluse, von Stil-Ikonen und Modemarken und offenbart ganz nebenbei den Unterschied zwischen Frau und Mann bei der schönsten Nebensache der Welt.



Natasha Lester Die Kleider der Frauen

1940: Als die Deutschen Paris einnehmen wird die Haute-Couture-Schneiderin Estella in eine Mission der Résistance verwickelt, bei der sie dem geheimnisvollen Alex begegnet. In letzter Sekunde verhilft Estellas Mutter ihr zur Flucht und sie gelangt nach New York – mit nicht mehr in der Tasche als einem goldenen Kleid und einem Traum: sich als Designerin in der von Männern beherrschten Welt der Mode

einen Namen zu machen. Und dann steht sie auf einmal Alex gegenüber, der mehr über das Schicksal ihrer in Frankreich gebliebenen Mutter weiß, als er preisgeben will... Ein toller Schmöker und eine spannende Verknüpfung von Geschichte und Modewelt.

Langer Samstag im Advent 2020

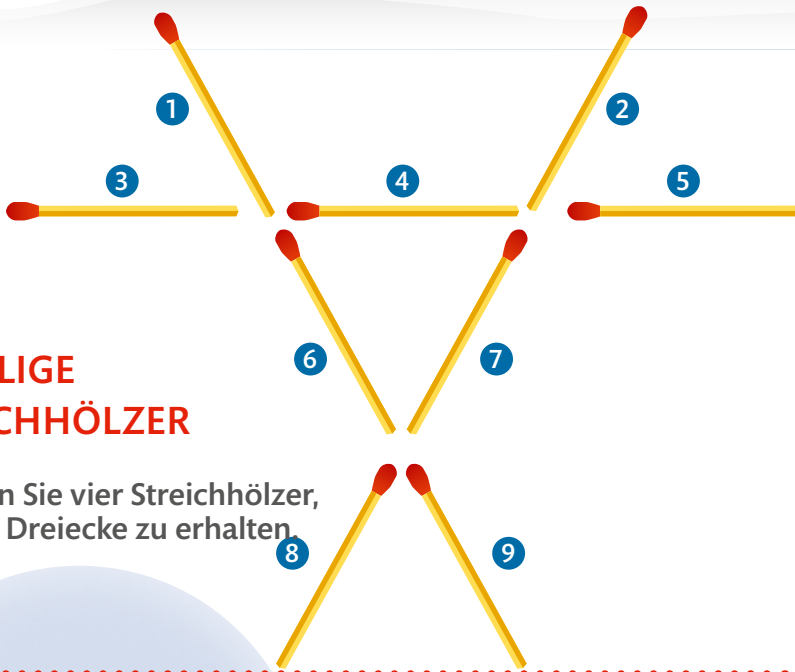
An den vier Adventssamstagen haben wir von 9.30 bis 16 Uhr geöffnet.

Infos, Bestellmöglichkeiten und Lesetipps unter www.buchhandlung-klauder.de

Buchhandlung Klauder
Duvenstedter Damm 41, Tel. 040 – 694 64 094
Mo bis Fr 9 – 13 + 14.30 – 18.30 Uhr
Samstag 9.30 – 13 Uhr, im Advent bis 16 Uhr

BUCHHANDLUNG

KLAUDER

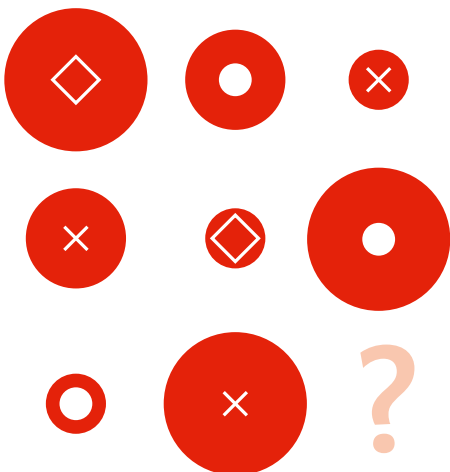


KNIFFLIGE STREICHHÖLZER

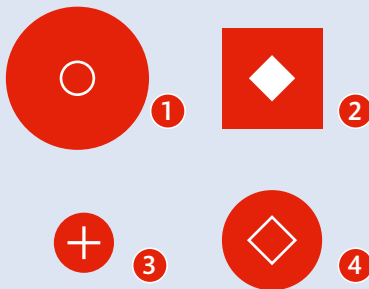
Bewegen Sie vier Streichhölzer, um fünf Dreiecke zu erhalten.

DIE VERBOTENE PFORTE

Eine junge Frau schleicht sich abends zu einer Tür, öffnet diese heimlich, nimmt sich etwas hinter der Tür, isst es auf und verschließt die Tür wieder sorgfältig. Am nächsten Morgen geht sie wieder zu selben Tür, öffnet diese, aber lässt sie dieses Mal weit geöffnet stehen. Was ist hier passiert?



WELCHE FIGUR IST DIE RICHTIGE?



MAGISCHES QUADRAT

Füllen Sie die 9 Kästchen mit den Zahlen 1 bis 9, so dass sich horizontal, vertikal und diagonal immer die gleiche Summe ergibt.

		6		8		9		
	5						8	
8				3				2
			9		5			
		1		7		2		
			4		2			
1				2				9
	2							4
		9		5		1		

5			7		9	6		4
		1						
9				1				5
2				6				7
		6	5		3	9		
3				7				6
	3				9			6
						3		
6		4	3		1			5

	5		8		9			6
6								5
		4					8	
5				3				2
			6	4	2			
4				8				6
		5					3	
1								9
	4		2		8		1	

VÄTER UND SÖHNE

Zwei Väter und zwei Söhne stellen sich nebeneinander vor einen großen Spiegel, doch im Spiegelbild sind nur drei Personen zu sehen.

Wie kann das sein?

Wespennester

ANJAS BACKREZEPTE

Diese beiden Gebäcke zergehen auf der Zunge und sind neben dem klassischen Weihnachtsgebäck eine bereichernde Köstlichkeit in der festlichen Zeit.

Die WESPENNESTER sind ein typisches Rezept von der Insel Fehmarn; dort sind sie auf jeder Kaffeetafel zu finden.

FIOR DI MANDORLA ist ein italienisches Gebäck, das man überall in den Konditoreien des Landes genießen kann. Das Rezept habe ich ausgesucht, weil ich nächstes Jahr Ende August mit meinem fahrbaren Café eine Reise nach Italien starten möchte. Besuchen Sie mich doch auf meinen Seiten bei Instagram und Facebook!

Außerdem wird demnächst ein Backbuch erscheinen, das ich gemeinsam mit meiner Freundin Jutta Schewe (juttaschewefotografie) geschrieben habe. Sie setzt auch alle meine Rezepte im Duvenstedter Kreisel fotografisch in Szene.

Zutaten für die Wespennester:

(für ca. 60 Stück)

250 g ungeschälte Mandeln (gestiftelt)

500 g Zucker

1/2 Tasse Wasser

3-4 Eiweiß

1 1/2 EL Kakao

Zubereitung:

› Die Mandelstifte, 250g Zucker und Wasser im Kochtopf oder in einer Pfanne bräunlich abbacken, bis das Wasser verdampft ist, dann abkühlen lassen.

› Die Eiweiße steif schlagen, zuerst 250g Zucker und dann Kakao dazugeben, danach die Mandelmasse. Mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und bei 200°C (Umluft 180°C) 20-25 Minuten backen – zwischendurch nicht öffnen! – abschließend auf dem Blech abkühlen lassen.

Fior Di Mandorla

Zutaten für die Mandorla:

- 150 g gemahlene Mandeln ohne Haut
- 100 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 2 Tropfen Bittermandelaroma
- 1 Eiweiß
- Puderzucker zum Wälzen

Zubereitung:

- ▶ Die gemahlene Mandeln mit Zucker und Vanillezucker vermischen; Bittermandelöl dazugeben.
- ▶ Das flüssige Eiweiß zur Masse geben und alles so lange kneten, bis sich alle Zutaten verbinden.
- ▶ Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- ▶ Mit den Händen kastaniengroße Bällchen formen und diese in gesiebt Puderzucker wälzen, mit Abstand auf das Backblech setzen und leicht andrücken.
- ▶ Backtemperatur: 170 Grad Ober/Unterhitze, Backzeit: ca. 20-25 Minuten

Variante:

Sie können statt Bittermandelöl auch den Abrieb einer halben Bio Zitrone dazugeben.

*Ich wünsche Ihnen eine wundervolle Weihnachtszeit,
bleiben Sie gesund.*

Anja Neumann

 www.instagram.com/tortenbotschaftfehmar
 www.facebook.com/tortenbotschaftfehmar



Anja Neumann
Tortenbotschaft Fehmarn



Japp
VERANSTALTUNGSSERVICE
Catering & Events

Tel. 040 / 522 24 28

www.japp-catering.de

Speisen · Getränke · Equipment · Personal · Zelte

3-Gänge- Weihnachtsmenü

© Jutta Schewe



Hauptgang: Gebratener Rehrücken mit Speck-Rosenkohl und Selleriecreme

LIEBLINGSREZEPTE AUS DER WOHLTDORFER MÜHLE

7 Vorspeise

Marinierter Feldsalat mit Walnüssen, Punschbirnen und gebackenem Ziegenkäse

Marinierter Feldsalat:

400 g Feldsalat

► Feldsalat putzen, waschen und trockenlegen. Bis zum Servieren kalt stellen.

Vinaigrette:

50 g weiße Zwiebeln

100 ml Weißwein

(in einer guten Trinkqualität)

3 g Salz

35 g Zucker

100 g Senf

65 g weißer Balsamico

200 ml Traubenkernöl

► Zwiebeln grob würfeln und mit 30 ml Weißwein garen, bis der Wein verkocht ist. Restlichen Wein in ein beliebiges Glas füllen und einen Geschmackstest durchführen.

► Salz, Zucker, Senf, Balsamico und die gekochten Zwiebeln in ein hohes Gefäß geben. Öl langsam einlaufen lassen und dabei alles aufmixen. Diese Vinaigrette ist gekühlt drei bis fünf Tage haltbar und kann auch gut vorbereitet werden.

GOLDENE WELT

aurumundo heißt goldene Welt und bei aurumundo dreht sich auch alles um das goldene Edelmetall. Wenn Sie Schmuck oder Altgold verkaufen möchten, hat sich aurumundo zum Top-Ansprechpartner etabliert. Egal, ob es sich um einen einzelnen Ring, Zahngold oder eine größere Erbschaft handelt, die hohen Ankaufspreise gepaart mit der kompetenten und sehr freundlichen Beratung, wissen die Kunden zu schätzen. „Der Ankauf von Gold ist Vertrauenssache“, sagt die Inhaberin Corinna Müller-Koman. „Deshalb ist eine transparente Wertermittlung vor den Augen des Kunden besonders wichtig. Es sollten keine Fragen offen bleiben und natürlich muss der Preis stimmen. Nur begeisterte Kunden kommen wieder oder empfehlen uns weiter.“

Gerade jetzt nutzen viele Menschen den sehr hohen Goldkurs um sich von ungeliebten Schmuckstücken zu trennen. Oft ist die Überraschung groß, was für Werte unbeachtet in den Schubladen rumliegen.



Mehr Infos unter **Tel. 547 55222** oder **www.aurumundo.de**

Der Ankauf von Gold ist Vertrauenssache

Weißer Rose 3 in Hamburg Volksdorf

Rund-um-Betreuung und Pflege zuhause

PROMEDICA PLUS

Durchführung von durchgängigen COVID-19 Tests vor Abreise in Polen (max. 48 Std. vorher) gewährleistet

Auch in der aktuellen Corona-Krise können wir alle Leistungen erbringen. Die Betreuung und Versorgung hilfebedürftiger Menschen hat höchste Priorität. An- und Abreise der Betreuungskräfte von und nach Polen erfolgt mit unserer eigenen Kleinbusflotte, in der größtmögliche Hygienevorschriften gelten. Alle Fragen beantworten wir Ihnen gerne unter Tel. 0171-626 60 18 (auch per WhatsApp).

PROMEDICA PLUS Alstertal – Walddörfer

Wulfsdorfer Weg 108 d | 22359 Hamburg

Tel. 0171 / 62 66 018

w.posdziech@promedicaplus.de



Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Wolfgang Posdziech

Punschbirnen:

(sollten einen Tag gekühlt durchziehen)

- 4 Birnen (Tafel Früchte verwenden)
- 600 ml Glühwein
- 300 g Zucker
- 1 Saft einer unbehandelten Zitrone
- 100 ml Grenadine-Sirup
- 1 Vanillestange
- 25 ml Williams Christ-Geist

► Glühwein, Zucker, Zitronensaft und Grenadine-Sirup in einen Topf geben. Vanille einschneiden und das Mark ausschaben. Vanilleschale, Vanillemark und Williams Christ-Geist in den Glühweinformix geben und aufkochen.

► Birnen schälen, halbieren und jeweils in drei Spalten schneiden. Birnensegmente mit Hilfe einer Schaumkelle in den Kochsud geben und bei niedriger Hitze ca. 10 Minuten gar köcheln lassen.

► Im Glühweinsud auskühlen lassen und über Nacht kalt stellen.

Kandierte Walnüsse:

- 150 g Walnuskerne
(es kann auch Bruch verwendet werden)
- Öl zum Fetten von Alufolie
- 180 g Zucker
- 1 Msp. Natron

► Ein Stück Alufolie auf ein Blech legen und einölen. Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen, leicht Farbe geben, dann Sahne und Nüsse zugeben. Masse flach auf der Alufolie verteilen und auskühlen lassen.

Ziegenkäse:

8 x 60 g Ziegenkäsetaler
(aus einer Rolle geschnitten oder schon als Taler gekauft)

- 8 EL Honig
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Rosmarin

► Ofen auf 200°C vorheizen, Oberhitze. Thymian und Rosmarin fein hacken. Die Ziegenkäsetaler auf einem mit Backpapier belegten Ofenblech arrangieren. Je einen Esslöffel Honig auf die Taler geben und mit gehacktem Rosmarin und Thymian bestreuen. Auf oberster Schiene im Ofen für ca. 8 Minuten gratinieren.



Vorspeise: Marinierter Feldsalat mit Walnüssen, Punschbirnen und gebackenem Ziegenkäse

2 Hauptgang

Gebratener Rehrücken mit Speck-Rosenkohl und Selleriecreme

Zutaten Rehrücken:

- 1,2 kg Rehrücken
- Salz
- 2 Pr. Zimt
- Pfeffer
- Traubenkernöl
- Knoblauch
- Wacholder
- Rosmarin
- 2 EL Ahornsirup oder Kastanienhonig

► Ofen auf 120 Grad vorheizen, Umluft.

Rücken von Fett und Sehnen befreien, abbrausen, trockentupfen.

Zimt mit Salz mischen sowie mit Pfeffer das Fleisch würzen.

► In einer Pfanne bei starker Hitze in Öl kurz rundherum ausbraten. In eine hitzebeständige Form legen und mit angebrühtem Knoblauch, Wacholder und Rosmarin belegen. Im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen und beiseite stellen.

Vor dem Servieren:

► Ahornsirup in einer Pfanne erhitzen und Rehrücken bei starker Hitze und ständigem Wenden kurz karamellisieren.

Rosenkohl:

- 1,2 kg Rosenkohl
- Salz
- 160 g durchwachsener Speck
- 40 g Butter
- Pfeffer
- frisch geriebener Muskat
- 1 Pr. Zucker

Rosenkohl putzen und dunkle Außenblätter entfernen. Röschen am Strunk kreuzweise

BERATUNG • SERVICE • QUALITÄT • PREISWERT

Kompetenz vor Ort

Larsson vom Dach

Peter Larsson
ZIMMEREI-HOLZBAU-BEDACHUNG

Haustürevordächer
Dachstühle & Gauben
Carports
Dachsanierung
Bedachung
Holztreppe
Terrassenüberdachung
Wintergärten
Innenausbau
Parkett
Montagen
Bauzeichnung
Statik
Schlüsselfertige Doppel- und Einfamilienhäuser
Anbauten

Segeberger Chaussee 14 a
22889 Tangstedt
Tel. 0 41 09 - 14 06
peterlarsson@t-online.de



© Jutta Schewe

Nachtisch: Quarkkeulchen mit Zimt und Brombeer-Ragout

se leimig wird. Die Masse kann nun ausgestochen oder zu einer Rolle geformt und geschnitten werden. Die jeweiligen Segmente in Butterschmalz goldgelb braten. Zimt mit Zucker mischen. Die goldgelben Flinsen darin wälzen und servieren.

Brombeer-Ragout:

- 500 g Brombeeren
- 50 g Wasser
- 120 g Zucker
- 20 g Framboise (Himbeergeist)
- 10 g Zitronensaft
- 40 g Maisstärke (Mondamin)

► Brombeeren, Wasser, Zucker, Framboise und Zitronensaft in einen Topf geben und für 8 Minuten leicht köcheln lassen. Maisstärke mit etwas kaltem Wasser verrühren, bis eine gießbare Masse entsteht. Diese in den noch köcheldenden Brombeermix geben und 5 Minuten weiter köcheln – fertig.

einschneiden. Dann den Rosenkohl in kochendem Salzwasser etwa 12 Minuten garen, herausnehmen und vorzugsweise in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Dadurch wird der Garprozess unterbrochen und der Rosenkohl bleibt grün.

Zum Servieren:

► Speck fein würfeln und in Butter auslassen. Rosenkohl zum Speck geben, erhitzen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskat abschmecken.

Selleriecreme:

- 1,5 kg Knollensellerie
- 500 ml Schlagsahne
- 80 g Butter
- Salz
- Pfeffer
- Saft einer unbehandelten Zitrone
- Zucker

► Sellerie schälen und in grobe Würfel schneiden. Mit Sahne und Butter in einen hohen Topf geben und garkochen, bis die Sahne reduziert ist. Mit dem verbleibenden Sahnanteil bestimmt man die Konsistenz. Weich gegarten Sellerie mit einem Pürierstab fein mixen und gegebenenfalls durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Zitronensaft, Pfeffer und Zucker abschmecken.



**Nachtisch
Quarkkeulchen mit
Zimt und Brom-
beer-Ragout**

**Zutaten Quark-
keulchen:**

- 750 g Kartoffeln
- 270 g Magerquark
- 120 g Mehl
- 3 Eier
- 120 g Zucker
- 2 Pr. Salz
- 2 Zitronen (Saft und Abrieb)
- 1 Vanillestange

Später noch Zimt und Zucker zum Wälzen in Butterschmalz

Kartoffeln schälen, kochen, abdämpfen und pressen. Alle anderen Zutaten zugeben und verrühren. Aber Vorsicht, nicht zu lange rühren, damit nicht die Stärke austritt und die Mas-



Schöne Adventszeit

- Frisch - Kreativ - Regional
- Take away - außer Haus
- Knusprige Enten & Gänse

Reservierungen für Dezember bitte per Email an:

ts@die-muehle-hamburg.de



Auf Grund der Corona-Lage spezialisieren wir uns unter anderem auf take away/außer Haus.

Aktuelle Informationen auf unserer Homepage

bei uns fühlen Sie sich wohl!

Mühlenredder 38 • 22397 Hamburg-Wohldorf
Mi.-Sa. ab 12.00–14.00 Uhr und ab 18.00 Uhr, So. ab 12.00 Uhr
040/6076650 • www.die-muehle-hamburg.de



Hier finden Sie Ihren neuen Käufer

Dies ist ein kleiner Auszug aus unserer stetig aktualisierten Kundenkartei.

Neubau oder junges Baujahr gesucht

Ab 150 m² Wohnfläche und in ruhiger Wohnlage vom Alstertal und den Walddörfern.

Kaufpreisvorstellung: bis € 1.500.000,-

Kd-Nr: 19782

Unternehmer aus Hamburg

Großzügigkeit gepaart mit Privatsphäre gesucht. Finanzierung ist gesichert, schnelle Abwicklung möglich.

Kaufpreisvorstellung: bis € 2.500.000,-

Kd-Nr: 11574

Pensionärin sucht Eigentumswohnung

Ab einer Wohnfläche von 100 m² und mit drei Zimmern. Ein Balkon oder eine Terrasse wäre wünschenswert.

Kaufpreisvorstellung: bis € 700.000,-

Kd-Nr: 18295

Ehepaar sucht Baugrundstück

Ab 700m² und mit guter Bebauungsmöglichkeit. Auch gern mit Altbestand.

Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 11621

Gern auch sanierungsbedürftig

Neue Eigentümer suchen alte Substanz im Nordosten sowie dem Speckgürtel Hamburgs.

Kaufpreisvorstellung: bis € 900.000,-

Kd-Nr: 19555

Junge Familie sucht Doppel- oder Reihenhaus

Ab einer Wohnfläche von ca. 100 m² und vier Zimmern. Mit Garten zum Spielen für die Kinder.

Kaufpreisvorstellung: bis € 650.000,-

Kd-Nr: 13123

Haus mit Charme gesucht

In den nördlichen Stadtteilen Hamburgs. Auch gern sanierungs- oder renovierungsbedürftig.

Kaufpreisvorstellung: bis € 1.200.000,-

Kd-Nr: 17487

Investor kauft (Garagen-)Stellplätze

Unkomplizierter Ankauf von Außen- und (Tiefgaragen-)Stellplätzen für PKW.

Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 17070

Wohnen im Hamburger Nordosten

EFH oder großzügige DHH. Gute Anbindung Richtung Norderstedt wird gewünscht.

Kaufpreisvorstellung: bis € 700.000,-

Kd-Nr: 19784

Immobilienverkauf mit Wohnrecht

Kapitalanleger kauft Ihre Wohnung oder Ihr Haus und Sie können als Mieter wohnen bleiben.

Kaufpreisvorstellung offen

Kd-Nr: 01698

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.

Günther & Günther GmbH

Immobilienbüro Alstertal
Saseler Markt 12a, 22393 Hamburg

Homepage:
www.guenther-immobilien.de

Telefon:
040 / 320 330 90

Ihr Henrik Blieske
Immobilienkaufmann IHK
Leitung Immobilienvertrieb



040 / 320 330 90



www.guenther-immobilien.de



Hermelin

Hermeline sind vor allem in der Dämmerung aktiv.

Das Hermelin gehört zu der Tierfamilie der Marder. Es hat einen langgestreckten und schmalen Körper mit kurzen Beinen und mittellangem Schwanz. Im Sommer tragen Hermeline oberseits ein zimtbraunes Fell und sind auf der Unterseite weiß gefärbt. Zum Winter können die Tiere einen Farbwechsel durchlaufen, so dass sie bis auf die stets schwarze Schwanzspitze rein weiß sind. Der Fellwechsel hilft den Hermelinen, sich passend der Jahreszeiten zu tarnen.

Männchen und Weibchen können anhand der Größe unterschieden werden, denn die Männchen sind größer als die Weibchen. Das Hermelin ist sehr anpassungsfähig und besiedelt verschiedene Lebensräume. Es bewohnt alle Bereiche Hamburgs, von Gärten und Parks über Waldränder, Knicks und Hecken bis zu brachgefallene Bahndämme, Schuppen und Scheunen.



TIERWALDFRIEDEN AM BAROCKPARK

Die würdevolle letzte Ruhestätte für Ihr geliebtes Tier.
Nur 20 km vor den Toren Hamburgs.
Kostenlose, individuelle Beratung.
Fordern Sie gerne unsere Informationsmappe an.

Telefon: 04532 - 27 68 908

www.tierwaldfrieden.de

Besonders gern bevorzugt es Gewässerufer oder wassernahe Lebensräume.

Das Hermelin ist vorwiegend nacht- und dämmerungsaktiv, kann aber, meist im Frühjahr, auch am Tage beobachtet werden. Es ist sehr schnell und wendig und stellt sich zur besseren Orientierung seiner Umgebung gern auf die Hinterbeine und macht „Männchen“.

Hermeline sind Fleischfresser. Ihre Hauptnahrung sind kleine Säugetiere wie Wühlmäuse und Hamster. Sie erbeuten aber auch Vögel, Frösche, Eidechsen und Insekten. Hermeline leben überwiegend alleine. Im Spätfrühling und Sommer ist Paarungszeit. Die Jungen werden im folgenden April oder Mai nackt und blind geboren und öffnen erst nach sechs Wochen ihre Augen. Nach ungefähr drei Monaten sind sie selbständig. Mit viel Glück sind Hermeline im Naturschutzgebiet Duvenstedter Brook zu beobachten.

Dr. Stefanie Zimmer

Referentin für Umweltbildung beim NABU Hamburg

**MEHR INFORMATIONEN
BEIM NABU HAMBURG**

nabu-hamburg.de

**Duvenstedter
Sportverein von 1969 e.V.**



Fit mit dem DSV!

Neu: Floorball

Diese junge Mannschaftssportart ist eine Mischung aus Feld- und Eishockey, bei der Kondition und Geschicklichkeit gleichermaßen trainiert werden. Gespielt wird in der Halle mit einem leichten Kunststoffschläger und einem gelochten Ball.

Wir werden kleine Spiele spielen und auch verschiedene Schlagtechniken und Spielzüge üben.

Für 6-9-Jährige, freitags 16-17 Uhr

Sport-Spaß für Mädchen

Ihr seid aus dem Kindersport rausgewachsen und möchtet aber weiterhin aktiv bleiben oder es wieder werden?
Ihr habt noch keinen Mannschaftssport gefunden und auch keine Lust gemeinsam mit Erwachsenen zu trainieren?

Dann kommt zum Fitnesskurs zu Josie!
Kraft- und Ausdauertraining, Sportspiele und
Fitnessstanz nach flotter Musik.

**Ab ca. 14 Jahren, montags von 18:30-19:30 Uhr
in der Halle oder virtuell!**

Information und Anmeldung in der Geschäftsstelle des DSV

Telefon: 040 - 607 19 69

E-Mail: service@duvenstedtersv.de www.duvenstedtersv.de



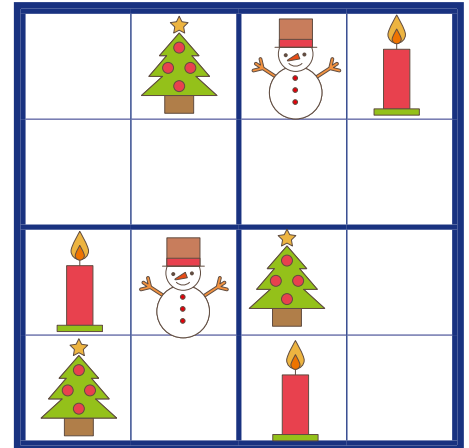
WELCHER SCHATTEN PASST ZUM WEIHNACHTSMANN?



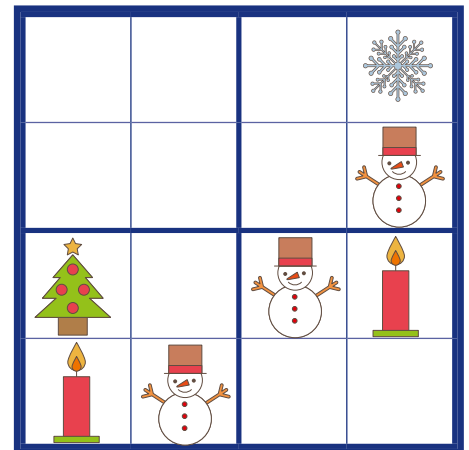
FINDE SIEBEN FEHLER



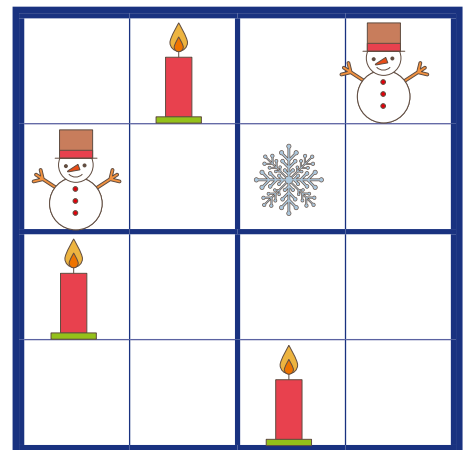
KINDER SUDOKU



leicht



mittel



schwer



Die Symbole müssen so platziert werden, dass in jedem Vierer-Block nur jeweils ein unterschiedliches Symbol eingetragen wird. Aber auch in vertikaler und horizontaler Reihe dürfen die Symbole nur einmal verwendet werden.

Es gelten für alle Kontaktbeschränkungen

PASTOR FAHRS WORTE

Schreiben Sie doch zu Weihnachten mal wieder einen Brief.

Ob die Kontaktbeschränkungen im November etwas gebracht haben? Tja ...

Während ich schreibe, sind die Beschränkungen für den November gerade erst verkündet worden. Nein, ich bin weder Virologe noch Politiker noch Statistiker noch Intensivmediziner, ich habe mich weder an Universitäten noch im Internet „informiert“ 😞. Ich vertraue den Expert*innen. Ja, ich kann mir auch vorstellen, dass Politiker*innen Fehler machen und kritisiert werden dürfen und dass es eine offene Diskussion geben muss. Wir leben in einer Demokratie, und eine Beschränkung der Meinungsfreiheit oder Zensur gibt es nicht. Jede*r kann sagen, was er/sie will. Auch die, die anderer Meinung sind als ich. Ein paar Gegebenheiten, die keinerlei Diskussion dulden, gibt es natürlich schon: rote Ampeln, geschlossene Bahnschranken, fremdes Eigentum, Leib und Leben

anderer Menschen (u.a.).

„Suchet der Stadt Bestes!“ – hat der Prophet Jeremia den verschleppten Israeliten im fernen Zweistromland in einem Brief geschrieben. Richtet

euch auf die Situation ein und denkt auch an das Gemeinwesen außerhalb der Gemeinde. Da sind wir auch in der Kirche in der Pflicht.

Wir Heutigen vertrauen – hoffentlich – größtenteils darauf, dass Politiker*innen in unserem demokratischen Gemeinwesen kein Interesse daran haben, unser Land bzw. unsere Stadt herunterzuwirtschaften. Im Großen und Ganzen funktioniert der Staat bei uns und ist nicht komplett von Eigennutz durchsetzt. Wenn jedoch jemand eine Anordnung oder ein Gesetz nicht passt, darf man im Rahmen der geltenden Möglichkeiten dagegen vorgehen, aber gewiss nicht in Selbstherrlichkeit dagegen verstoßen. Man muss eine Eingabe machen, einen Eilantrag stellen, klagen oder selbst in die Politik gehen. Das ist mühsam, aber es nützt ja nix. Wir werden uns in der Duvenstedter Kirchengemeinde an die staatlichen Auflagen halten – denn ein

Seit 2007 gemeinsam für die Gesundheit

- Radiochirurgie - CyberKnife
- Hochpräzise Strahlentherapie (IMRT/VMAT)
- 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.strahlenzentrum-hamburg.de



PC-Service
VOLKER F. MEYER

Der Computer ist auch nur ein Mensch!

Mobil 0170 467 14 28

PC-Hilfe	Hilfe iPhone-iPad-Smartphone
Hard- und Software	Systembereinigung
DSL-WLAN	Viren-Trojaner BKA-GEMA-GVU
Datensicherung - Datenrettung	

www.pcservice-hamburg.de

Fisch oder ein Kreuz am Auto berechtigen auch nicht dazu die Vorfahrt zu missachten oder auf Fahrradwegen zu parken.

Ich hoffe, es gelingt Ihnen wenigstens übers Telefon, durchs Küchenfenster von draußen, übers Internet oder wie auch immer Kontakt zu den Menschen zu halten, die Sie nicht mehr besuchen dürfen, aber die Ihnen wichtig sind – und denen Sie wichtig sind. Oder schreiben Sie mal wieder einen Brief, so richtig mit Papier und Briefmarke! Und ich hoffe und bete inständig, dass die einschränkenden Maßnahmen Leben retten. Das ist nämlich deren Sinn.

Was im Advent, zu Weihnachten und über den Jahreswechsel bei uns in der Kirche möglich ist, werden wir kurzfristig mitteilen. Manches haben wir geplant und wieder verworfen. Was wir dürfen oder was vernünftig ist, wissen wir zur Zeit nicht. Auf jeden Fall werden wir YouTube-Videos drehen. Der „Lebende Adventskalender“ wird ebenfalls ins Internet ver-

legt. Und Heiligabend feiern wir wohl draußen.

Advent wird es geben, Weihnachten wird es geben – wir werden vermutlich nur auf manches, was uns normalerweise Freude macht, verzichten müssen. Aber hey, Weihnachten ist nicht gleich Weihnachtsmarkt! Weihnachten ist nicht nur Shoppen und Feiern! Das ist alles sehr schön und erfreulich und es gibt viele liebgewordene Traditionen in jeder Familie, natürlich auch bei uns – doch niemand weiß, ob die (erwachsenen) Kinder überhaupt kommen dürfen 😊. Und: Wir werden uns besonders Gedanken um die Älteren, um die, die alleine leben, machen müssen.

Was wird mit unserer schönen Adventszeit, mit Weihnachten?

Ach, natürlich ist es unangenehm und traurig. Selbstverständlich hätte ich mir für uns alle etwas anderes gewünscht. Aber trotzdem: Seien wir kreativ! Hängen wir lieben Menschen einen klei-

nen Gruß an die Haustür, wenn wir sie schon nicht treffen dürfen; telefonieren wir mehr, denken und beten wir für die, die uns am Herzen liegen – und vielleicht auch für die, die wir nicht mögen – wer weiß, welcher Segen daraus erwachsen kann! Wir kommen vermutlich nicht weiter, wenn wir die gesamte Zeit darüber nachdenken, warum welche Einrichtung nicht hätte heruntergefahren werden dürfen und von welcher Institution bestimmt keine Gefahr ausgeht. Vielleicht finden wir Wege, kleinere Geschäfte der Gegend beim Außer-Haus-Verkauf zu unterstützen. Und: Weihnachten kann es bei uns werden, wenn wir an das denken, was der ursprüngliche Anlass des Festes ist: Die Ankunft Gottes in einer schwierigen Welt. Diese Ankunft brauchen wir jetzt. Und eigentlich immer.

*In diesem Sinne grüßt Ihr und Euer
Peter Fahr*

Kleinhuis Hotel und Restaurant Mellingburger Schleuse



Wir freuen uns Sie im Dezember gesund bei uns zu sehen!

Täglich von 12:00 - 21:00 Uhr, von Montag bis Freitag warme Küche 12 - 14:30 Uhr und 17:30 - 21:00 Uhr.

Kuchen und Torten aus unserer hauseigenen Bäckerei!

Weihnachtsmenü ab 54,50 EUR pro Person mit Gängen zur Wahl.

Silvestermenü ab 66,50 EUR pro Person mit Gängen zur Wahl.

Kleinhuis Hotel und Restaurant Mellingburger Schleuse

Mellingburgredder 1, 22395 Hamburg
Telefon: +49 (0)61 13 91 50



www.mellingburgerschleuse.de • info@mellingburgerschleuse.de



ZAHNARZTPRAXIS MURPHY

WEIHNACHTSGEDICHT ...

- 🎁 Lieber, guter Zahnarztmann,
Du schaust mich gar nicht böse an –
das muss doch 'ne Maske sein,
in Wirklichkeit bist Du gemein ...
- 🎁 Lieber, armer Zahnpatient,
der sich zu seiner Angst bekennt –
in Wirklichkeit ist Deine Not
für mich ein klares Hilfsgebot.
- 🎁 Mit weichen Knien suchst Du uns auf,
ich sage Dir: Sei stolz darauf!
Unser aller Trachten ist,
dass Du Deine Angst vergisst.

Zahnarztpraxis Thomas Murphy

- * professionelle Prophylaxe * maximale Zahnerhaltung *
- * hochwertiger Zahnersatz * Implantate * Empathie *
- * umfassende Beratung * und vieles mehr *

Poppenbütteler Chaussee 45 (über REWE)
22397 Hamburg - Duvenstedt

Tel. **040 - 607 41 51**

Praxis@Murphy-Hamburg.de

www.duvenzahn.de



Starterpakete werden dem WSV Tangstedt übergeben.

Kein Kind ohne Sport

WSV Tangstedt erhält STARTER-PAKET

Auf dem Netzwerktreffen „Sport für alle“ wurde der WSV Tangstedt mit dem „Starter-Paket“ der gleichnamigen Initiative ausgezeichnet. Klaus Rienecker, Referent der Sportjugend SH, und Petra Lüning, Kommunalmanagerin der Schleswig-Holstein Netz AG, überreichten das Starter-Paket an zwei engagierte Übungsleiterinnen des WSV Tangstedt.

Die Starter-Pakete werden seit mehreren Jahren an soziale Initiativen im Sport verliehen. Sie sollen es den Vereinen ermöglichen, ihre Projekte zu starten oder bestehende Engagements zu erweitern. Sie bestehen aus einem zweckgebundenen finanziellen Zuschuss, Sportmaterialien, einem Beratungsangebot und Fortbildungsgutscheinen im Gesamtwert von 450 Euro.

Die Starter-Pakete „Kein Kind ohne Sport!“ sollen Unterstützung und Ansporn zugleich für die an der Initiative mitwirkenden Personen sein, um das bestehende Engagement zugunsten sozial benachteiligter junger Menschen fortzuführen und weiter durchzustarten.

Im WSV Tangstedt wollen wir zwei neue Gruppen mit dem Ziel starten, wirklich jedem Kind die Möglichkeit zu geben, sich bei uns im Verein in einer passenden Gruppe sportlich betätigen zu können.

Das soll auch Kinder ansprechen, die sich bisher auf Grund körperlicher oder geistiger Einschränkungen nicht in eine Gruppe trauen oder sich einfach nur bewegen wollen, ohne sich für eine Sportart zu entscheiden.

Unser kurzfristiges Ziel ist, eine „Laufen für ALLE“-Gruppe zu starten, sowie eine SPORT/SPIEL/SPASS-Gruppe für Kinder

ab sechs Jahren. Hierfür suchen wir noch eine/n engagierte/n Übungsleiter/In. Bei Interesse, Nachfragen oder Anregungen wendet euch bitte an die WSV-Geschäftsstelle.

Katja Liebler

WILSTEDTER SV - TANGSTEDT

Tel.: 04109 65 93

E-Mail: geschaeftsstelle@wsv-tangstedt.de
wsv-tangstedt.de



Du suchst eine schnelle, intensive, einfache und abwechslungsreiche Sportart, bei der man ganz viel Spaß ohne viel Körperkontakt hat?

Dann komm zum Floorball!

Die junge Mannschaftssportart ist eine Mischung aus Feld- und Eishockey, bei der Kondition und Geschicklichkeit gleichermaßen trainiert werden. Gespielt wird in der Halle mit einem leichten Kunststoffschläger und einem gelochten Ball. Die Regeln sind relativ einfach zu lernen. Ziel des Spiels ist viele Tore zu schießen – und natürlich Spaß zu haben!

Wir werden kleine Spiele spielen und verschiedene Schlagtechniken und Spielzüge üben. Das Training findet freitags von 16 bis 17 Uhr statt. Zum Probetraining bitte vorher in der Geschäftsstelle des Duvenstedter Sportvereins anmelden.

Annika Bischoff

DUVENSTEDTER SPORTVEREIN

Geschäftsstelle Tel.: 040 607 19 69

E-Mail: service@duvenstedtersv.de
duvenstedtersv.de



Duvenstedter SV ist nominiert

„SILBERNER STERN DES SPORTS“

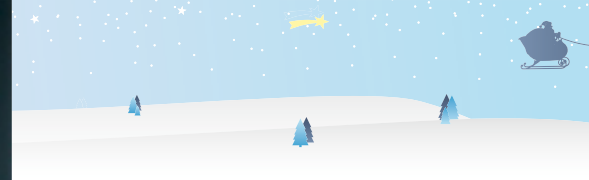
Mit dem Wettbewerb „Sterne des Sports“ honorieren der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Volksbanken Raiffeisenbanken in Deutschland Tätigkeiten und Projekte von Sportvereinen, die in besonderer Weise das gesellschaftspolitische Leistungsspektrum der Sportvereine und des großen ehrenamtlichen Engagements im Sport aufzeigen. In diesem Jahr wurde der DSV für sein Kinder- und Jugendsportengagement „Ich werde groß mit Sport in Duvenstedt“ für einen „Silbernen Stern des Sports“ nominiert und zählt damit zu den Anwärtern für einen der begehrten Preise auf Hamburger Landesebene. Die Verkündung der Sieger, die aus dem Kreis der Nominierten von einer hochrangig besetzten Jury aus Sport und Gesellschaft gewählt werden, erfolgt am 26. November. Bis dahin gilt es die Daumen zu drücken, dass der DSV zu den drei Preisträgern gehören wird.

Mit dem Konzept „Ich werde groß mit Sport in Duvenstedt“ konzentriert sich der DSV auf Kinder, Jugendliche und Familien über Generationen hinweg. Kontinuierlich sollen damit junge und neu nach Duvenstedt gezogene Familien mit kleinen Kindern für den Sport gewonnen werden, um auf diese Weise dazu beizutragen, dass sie sich in Duvenstedt zu Hause fühlen und im

Dorf ankommen. Auf dieser Basis findet der Nachwuchs über seine gesamte Kinder- und Jugendzeit ein tolles und attraktives Sportprogramm in Duvenstedt vor.

Das Konzept beruht auf vier Säulen: vielfache Möglichkeiten zum Ausprobieren, Präsenz des DSV im Dorf, Schaffung einer attraktiven Sportinfrastruktur in Duvenstedt und ein hohes Maß an ehrenamtlichem Engagement. Dass es funktioniert, zeigen eindrucksvoll ein paar Zahlen:

95 Prozent der Duvenstedter Kinder jedes Jahrgangs sind zumindest für eine Zeit Mitglied im DSV. Über 100 Ehrenamtliche engagieren sich im DSV. In den vergangenen zehn Jahren wurde die Anlage

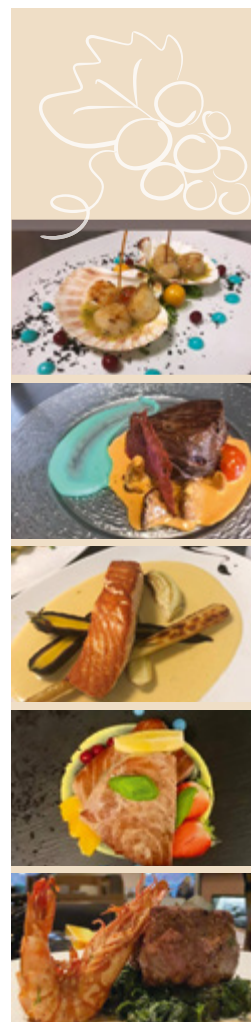


am Puckaffer Weg mit Kunstrasenspielfeldern, Beach-Volleyballfeld und durch die Sanierung des Vereinsheimes immer attraktiver gestaltet. Auf <https://www.duvenstedtersv.de/ich-werde-gross-mit-sport-in-duvenstedt> finden sich dazu jede Menge Informationen.

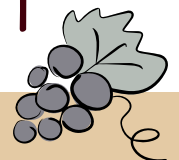
Um das Konzept zu verstehen macht es noch mehr Spaß, den zugehörigen Film auf unserer Webseite oder bei YouTube anzuschauen. Darin wird aus der Perspektive der Duvenstedter Kinder Carlotta und Finn erläutert, wie es ist, mit Sport in Duvenstedt groß zu werden – ein absoluter Hingucker!

Wie auch immer sich die Jury entscheiden wird: Allein die Nominierung ist schon eine tolle Auszeichnung für alle, die sich auf großartige, ehrenamtliche Art und Weise für den DSV und unser Dorf engagieren!

Oliver Stork



il Grappolo



Godimento a Natale

Genießen Sie in der Vorweihnachtszeit unsere leckeren **italienischen Gerichte** in unserem Restaurant. Unser **stilvolles Ambiente** wird Ihnen gerade zu dieser gemütlichen Zeit einen entspannten und **genussvollen Aufenthalt** bieten.

Noch ist unser Restaurant geschlossen, aber Sie können sich gern unsere Speisen für **zu Hause mitnehmen**. Wir hoffen, dass wir Sie im Dezember wieder in die Welt Italiens entführen können.

Weg zu den Tannen 5, 22949 Ammersbek

Tel. 04532 - 267 89 50

Di.-Sa. 12.00-15.00 /

17.30-23.00 Uhr

So./Feiertags

12.00-23.00 Uhr

*nur 15 Minuten von
Duvenstedt
entfernt*

DUVENSTEDTER SPORTVEREIN

Geschäftsstelle Tel.: 040 607 19 69

E-Mail: service@duvenstedtersv.de

duvenstedtersv.de

Lögenhaft to vertellen

Een ehemaliger Postbeamter, Herr S., harr een Huus ob sien Grundstück. He keem to mi un wull achter een Olendeels-huus boen un vörn sien Huus an Helpslüüd vermeeten.

No sien Wünschen heff ik em een schmuckes Olendeelerhuus obteeken un mit veel Möh een Genehmigung kreegen.

He wull een Generalunternehmer hebben, de em för een Gesamtpries dat Huus boen schall. Von een seriösen Unternehmer heff ik een Pries über 350 000 DM kreegen. He meen, dat weer düer un hett sik een Gegenangebot kommen loten.

He röp mi an, he hett een Angebot von 170 000 DM un beschuldigt mi, ik wull em bedreegen un mi bereichern. Ik sech em, dat kann nich angohn. He ward utverschoomt un ik warr wat bileeven, droht he.

No een poor Dag klingelt dat bi mi in't Büro. Ik mok de Dör open. Mit een roden Kopp steit he an de Dör, he warrd nu een Bombe in min Büro smieten un mi übringen, schreit he mi an! Min Mitarbeiter hört dat un krabbeln ünner de Schrievdischen. Ik reagier spontan, wull sien Handen ob Rüch fastholln, wi trudeln dorbi de Trepp dool. Mit een schwern Aschenbeker wull he mi ob'n Kopp kloppen – hett mi nich dropen. Min Froo rööpt 110, de Polizei. Wi rangelt im Teppenhuus un twee Polizisten störmst de Trepp ropp.

Wat is hier los?

He secht, ik weer een Verbreker un he wull mi übringen. De Polizisten nimmt en fass un föhrt em no Huus.

Wi kreegen een Vörlodung im Ortsamt bi de Ortsamtsleiterin mit den Bauamtsleiter. Im Amtszimmer sitten wi, he beschuldigt mi, warrt wütend un geit mit een Handstock ob mi dool.

Wi kreegen je een Einzelzimmer, es ward een Protokoll obsett.

Sowat harrn se im Ortsamt ok noch nich beleevt.

No een poor Dag röpt mi uns Pastor an. He hett een Anroop von Herrn S. kreegen, dat he mi in nächste Tied übringen ward. Sien Problem is, he föhrt in Urlaub un kann mi nich helpen. Ik sech schood, denn könnt se mi nich mol beerdigen.

Wi meld dat bi de Polizei. Se makt een Huusdöchsökung, find bi Herrn

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





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



S. keen Waffen. Dormit weer de Sog för jem erledigt.

De Sporkassenleiter hett dovon Wind kreegen, röpt mi an, ok em wull Herr S. mol ümbringen.

He behauptet, he hett 2000 DM afhebt un blots 1000 DM utbetolt kreegen. Dat harr he erst in 't Huus markt.

De Kassierer hett secht, dat stimmt nich. Herr S. ward wütend un secht, denn bring ik denn Sporkassenleiter üm.

Dorno hett Herr S. den Sporkassenleiter no Fierobend obluerd un he kunn nur noch mit Begleitschutz no Huus.

Üm Striet to meiden, hett de Sporkass em de 1000 DM ersett un denn hett he em in Ruhe loten.

Ik in min Fall kreeg een Gerichtstermin bi dat Amtsgericht. Herr S. harr mi veklogt. Ik röp den Richter an, de Sog is prekär, Herr S. wull mi ümbringen. De Richter weet dat, he beruhigt mi, Herr S. ward bloots von sien Anwalt vertreten

un kömmt sülf's nicht to de Verhandlung.

Bi de Verhandlung ob dat Amtsgericht sind wi nich wied kommen.

De Dör geht ob, un Herr S. kummt wütend rin.

De Richter reagiert, de Verhandlung ward vertagt un er verschwindet mit sien Lüüd dörch de Achterdör. Schiet ok.

In de nächste Tied kiek ik, ob de verdreite Herr S. nich achter een Boom mi obluerd. Dat weer een asige Situation, ik müß jümmer wach sien, denn de Kerl schient mi bekloppt to sien.

No twee Monaten kreegen wi dann een Gerichtstermin beim Landgericht.

Herr S. harr sik nu een annern Rechtsanwalt nohmen un mi wedder veklogt. Den sien Rechtsanwalt kannte ich vom Sport, den wull ik de Sog verklor. Dat dörf ik ploots bi Gericht, secht he. Dor heff ik dat sien Froo verklort.

Bi de Verhandlung bi dat Landgericht verlangt min Rechtsanwalt dat niedrige Angebot von den Neeboo, wat Herr S. kreegen harr. Dor stellt sik ruut, dat Angebot beinhaltet bloots den Rohbau un is nicht to verglieken mit dat Angebot vom Generalunternehmer für dat fartige Huus.

Der Richter schlägt einen Vergleich vor. Ik bespreek dat mit min Rechtsanwalt. Den Vergliek kann ik ablehnen. Ik secht to den Richter, so geht dat nich, lehn den Vergliek af un heff wunnen. Damit weer ik ut de Nummer rut un de verdreite Herr S. mut de Gerichtskosten betolen.

Ik heff mi wunnert un nix mehr von Herrn S. hört.

Hinni Jürjens

Herausgeber/Redaktion: SiteMap Medien-Design ©, Thomas Staub, Föhrenholt 2, 22889 Tangstedt, Telefon +49 (0)40 3259 3670, E-Mail: redaktion@duvenstedter-kreisel.de, Internet: www.duvenstedter-kreisel.de

Konzept und Kreation: SiteMap Medien-Design ©, Tel.: +49 (0)40 3259 3670, E-Mail: info@sitemap.de, Internet: www.sitemap.de

Bankverbindung: SiteMap Medien-Design, IBAN DE71200505501056210899

Verteilungsgebiet: Duvenstedt, Lemsahl-Mellingstedt, Wohldorf (teilweise), Ohlstedt (teilweise), Tangstedt, Ehlersberg, Wilstedt-Siedlung, Rade, Wulksfelde, Wiemerskamp, Mehrfachablagen in Ohlstedt, Bergstedt, Glashütte, Kayhude, Poppenbüttel, Sasel, Nahe und Norderstedt

Autoren: Hans-Hinrich Jürjens, Marlis David, Wulf Rohwedder, Andreas Richter und Claudia Blume

Lektorat: Wort-Werkstatt Claudia Blume

Titelbild: wildpixel, Getty Images/iStockphoto

Druck: MAX SIEMEN KG Printproduktion, Oldenfelder Bogen 6, 22143 Hamburg, Telefon: +49(0)40 - 675 621-19

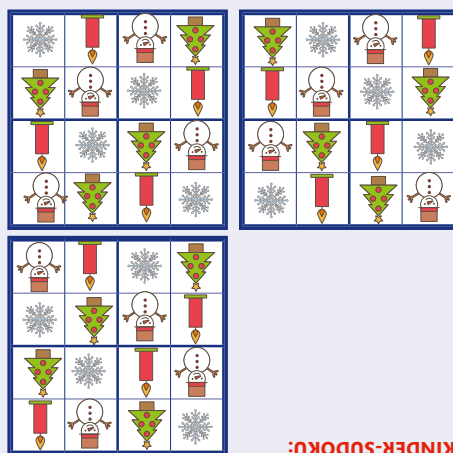
Mediadaten: www.duvenstedter-kreisel.de/mediadaten

Nächste Ausgabe: 19. Februar 2021

Redaktionsschluss: 3. Februar 2021

Erscheinungstermine 2021: 23.04., 18.06., 17.09., 19.11.

Der Duvenstedter Kreisel ist eine Zeitschrift, deren Inhalte aus redaktionellen Beiträgen sowie Beiträgen unserer Anzeigenkunden bestehen. Die Inhalte spiegeln nicht automatisch die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wider. Die Verbreitung, auch nur auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung gestattet. Für gelieferte Text- und Fotomaterial wird keine Haftung übernommen.



KINDER-SUDOKU:

DER SCHATTEN PASST:

Der Weihnachtsstern ist auf der anderen Baumspitze; auf dem Schornstein liegt mehr Schnee; eine Schneeflocke fehlt; die Farbe des Nützen-Bommels des Wichtels ist verändert; die Mährennase des Schneemanns hat eine andere Farbe; ein Baumast fehlt; die Farbe des Geschenks vor der Tür ist verändert

FINDE SIEBEN FEHLER:

Das Mädchen hat am Abend schon den Adventskalender geöffnet und die Schokolade des nächsten Tages genascht.

DIE VERBOTENE PORTE:

Vor dem Spiel stehen nur drei Personen. Opa, Vater und Sohn.

VÄTER UND SÖHNE:

DIESE FIGUR IST DIE RICHTIGE:

9	4	3	2	5	8	6	1	7
1	7	2	4	6	3	5	8	9
8	6	5	7	9	1	3	2	4
4	2	9	1	8	5	7	3	6
7	3	1	6	4	2	9	5	8
5	8	6	9	3	7	1	4	2
2	9	4	5	1	6	8	7	3
3	5	7	8	2	9	4	6	1

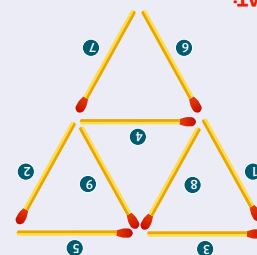
4	3	9	7	5	8	1	2	6
5	2	7	1	9	6	3	4	8
1	6	8	3	2	4	5	7	9
7	9	5	4	6	2	8	3	1
6	4	1	8	7	3	2	9	5
2	8	3	9	1	5	4	6	7
8	7	4	5	3	9	6	1	2
9	5	2	6	4	1	7	8	3
3	1	6	2	8	7	9	5	4

SUDOKU:

ergibt immer 15

8	1	6
3	5	7
4	9	2

MAGISCHES QUADRAT:



KNIFFLIGE STREICHHÖLZER:

Das bisschen Papier und Plastik...

Taschendiebstahl macht in Deutschland etwa fünf Prozent aller Diebstahlsfälle aus.

Es war nur ein kurzer Moment der Unachtsamkeit. Beim Einkaufen war sie noch da, an der Tankstelle plötzlich weg: die Brieftasche. Weder im Laden noch bei den Behörden tauschte sie auf, auch eine fast schon forensische Suche im gesamten Auto brachte nichts. Und plötzlich ist einem bewusst, was man da eigentlich mit sich trägt: die paar Plastikkarten und lap-

pigen Papierstücke, die man sonst kaum zur Kenntnis oder einfach als selbstverständlich nimmt.

Gut, EC- und Kreditkarten kann man heutzutage einfach sperren, telefonisch oder auch online. Doch das ist erst der Anfang: Zum Neubeantragen hat jede Bank ein eigenes Verfahren, man arbeite

sich durch Menüs, Sicherheitsabfragen und Formulare. Für einige ist auch das persönliche Erscheinen in der Filiale notwendig. Und weil man doch gerade da sei: Da gäbe es tolle Versicherungs- und Anlageangebote ...

Dann haben die Plastikkarten auch noch ihr virtuelles Pendant: Die darauf eingepprägten Zahlen dienen zur Zahlung von Abos, Dienstleistungen, Cloudspeicherung. In dem Moment, in dem ihr reales Gegenstück verlustig geht, verschwindet auch das digitale Zahlungsmittel aus dem Netz und muss durch ein neues ersetzt werden. Lei-

der merkt man das manchmal erst dann, wenn die Zahlung nicht durchging und böse E-Mails eintrudeln.

Nun habe ich nach einer ähnlichen Erfahrung, als jemand die Enge eines HVV-Busses nutzte, mich von meiner Brieftasche zu trennen, einige wenige Karten und etwas Bargeld in die Handyhülle ausgelagert, so dass ich nicht völlig hilflos war. Zum Ausweisen blieb ein, wie ich bei dieser Gelegenheit feststellen musste, allerdings abgelaufener, Reisepass. Also: unauffällig benehmen, immer extragenau nach der StVO fahren, damit man nicht in Verlegenheit kommt, den Verlust der papiernen Identität zugeben zu müssen.

Doch wie verfährt man bei behördlichen Dokumenten? Mit Grausen kommt da die Erinnerung hoch, als kürzlich ein verlorener Kfz-Schein ersetzt werden musste. Erst dauerte es mehrere Wochen, bis es einen mit den Arbeitszeiten kompatiblen Termin beim Amt gab. Und dann war noch ein zweiter Besuch notwendig, da das vorher aus dem Internet heruntergeladene und ausgefüllte Formular zwar alle notwendigen Informationen enthielt, jedoch nicht in der von dieser Behörde vorgesehenen Reihenfolge.

Das alles nochmal für sämtliche amtlichen Dokumente durchmachen? Da half zum Glück ein Tipp aus dem lokalen Bürgeramt: Einfach mal abwarten, nicht selten tauchen Papiere doch noch wieder auf, und das spare beiden Seiten Arbeit. Tatsächlich wurde die Brieftasche von irgendjemanden in einen Briefkasten der Deutschen Post eingeworfen, die sie mir umgehend und kostenlos zustellte, was mir so manches anderes Versäumnis dieses Unternehmens in letzter Zeit mehr als wett machte.

Zwar war das Bargeld abgesehen von einem Zwei-Cent-Stück weg, aber dafür der gesamte andere Inhalt noch da – inklusiv einiger Dokumente, deren Existenz ich, obwohl ich sie jahrelang bei mir getragen hatte, ganz vergessen hatte. Und jetzt überlege ich, ob ich mich mit einem von üblicherweise in schwarzes Leder gewandeten Menschen bevorzugten Brieftaschenmodell anfreunden kann, das mit einer schweren Kette an der Hose befestigt wird.

Wulf Rohwedder



- Schlüsselfertige Häuser – vom Rohbau bis zur Komplettlösung
- Umbau- und Modernisierungsmaßnahmen
- Dachausbauten, Hausanbauten und Durchbrüche
- Fassadensanierungen

Dittrich-Bau GmbH

- Wragekamp 1 ■ 22397 Hamburg
- Telefon: 040 / 602 12 13 ■ Fax: 040 / 602 73 70
- E-Mail: info@dittrichbau.de ■ www.dittrichbau.de

Gerne
bieten wir Ihnen
ganztägig einen
Botendienst an!

Wir sind für Sie da!

*Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
liebe Duvenstedterinnen, liebe Duvenstedter*

Ein turbulentes Jahr neigt sich dem Ende zu und das Team der Sonnen-Apotheke und der Apotheke in Duvenstedt sagen **DANKE**.

Danke für Ihre Treue, Ihr Verständnis, wenn es mal holprig war, Ihre Geduld in der Warteschlange, Ihre Empathie, Ihre Nachsicht und Ihre Wertschätzung für unsere Arbeit. Die vergangenen Monate waren für viele von uns eine große Herausforderung und die Pandemie bleibt und ist gegenwärtig. Umso mehr ist unser Anliegen, Sie auch in dieser besonderen Zeit weiterhin rund um Ihre Gesundheit gut zu versorgen und als Ansprechpartner da zu sein.

Die Sonnen-Apotheke und die Apotheke in Duvenstedt gehören seit über einem Jahr unter der Leitung von Dr. Carsten Goebel zusammen – als gemeinsames Team sind wir für Sie da! Wir freuen uns auf Sie und geben das Beste, denn unser Ziel ist **Ihre Gesundheit**.

Ihr Team der Sonnen-Apotheke und Apotheke in Duvenstedt



Apotheke in
Duvenstedt



Sonnen-Apotheke Duvenstedt · Duvenstedter Damm 70 · 22397 Hamburg · Telefon 040 67 10 63 30 · Fax 040 67 10 63 33

Apotheke in Duvenstedt · Duvenstedter Damm 50 · 22397 Hamburg · Telefon 040 60 70 855 · Fax 040 60 74 112



Frohe Weihnachten und ein glückliches neues Jahr...



...wünscht Ihnen das Team der Filiale Alstertal und bedankt sich bei allen Eigentümern, Interessenten und Geschäftspartnern für das abschließende und ganz besondere Jahr 2020, welches uns alle vor große Herausforderungen gestellt hat. Wir möchten allen auf diesem Wege eine frohe Weihnachtszeit, einen guten Start in das neue Jahr und vor allem beste Gesundheit wünschen!

Wir würden uns freuen, auch künftig für Sie da sein zu dürfen.

Ihr AXEL BETH // Geschäftsführer



Denken auch Sie über einen Verkauf Ihrer Immobilie nach?

Auch in 2021 werden wir selbstverständlich mit dem gleichen Engagement und Erfolg Ihre Wünsche rund um die Immobilie erfüllen. Gern unterstützen wir Sie auch bei der Suche nach einem neuen Zuhause oder beraten Sie bei Ihren Fragen rund um das Thema Immobilie.

Wir freuen uns auf ein gesundes und erfolgreiches Jahr!

DAHLER & COMPANY
IMMOBILIEN

DAHLER & COMPANY Alstertal GmbH & Co. KG, Immobilienmakler
Wellingsbüttler Weg 136 | 22391 Hamburg | Tel. 040.53 05 43-0 | alstertal@dahlercompany.de

www.dahlercompany.com