

Rellinger Bote

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 33 · Winter 2018/19

GRATIS
für Sie!



Gutes trinken:
**Traditionelle
Kaffeeröstung**

Gutes lesen:
**Lesetipps
vom Profi**

Gutes essen:
**Der Dorfgasthof
in Tangstedt**

Foto: Adobe Stock

TERMINE: Dezember – Januar – Februar

Die besten FREIZEIT-TIPPS für • Pinneberg • Rellingen • Halstenbek • Schenefeld



LIEBER BUNT LAGERVERKAUF

ALLES 50% BIS 70% REDUZIERT

LAMPEN KINDERSPIELZEUG MÖBEL
BETTWÄSCHE BAD & SANITÄR
GARTENMÖBEL BILDER TEPPICHE
DEKORATION SPIEGEL ROLLOS

BRAMFELD PINNEBERG

Bramfelder Chaussee 253 Flensburger Straße 5
22177 Hamburg 25421 Pinneberg

WWW.LIEBERBUNT.DE

KOMM VORBEI & SICHER
DIR 10% AUF DEINEN
NÄCHSTEN EINKAUF BEI UNS
Einfach ausschneiden & mitbringen

Der Kürbis-Tag



Halloween scheint eine Erfindung der Süßwarenindustrie zu sein, ähnlich wie Osterhase und Weihnachtsmann. Aber egal, wir sind es ja nicht, die sich dabei den Magen verderben und irgendwie macht der Aufmarsch der Nachwuchsgeister ja auch deren „Opfern“ Spaß. Am meisten, wenn man im Hintergrund die Helikopter-Mamis beobachtet, wie sie beim Anblick des ungesunden Treibens fast in Ohnmacht fallen.

Und so wird zum Reformationstag die Vorratskammer gut gefüllt. Martin Luther hat damit zwar nichts zu tun, aber er hat das Wunder vollbracht, den norddeutschen Protestanten daraus einen zusätzlichen Feiertag zu schnitzen.

Letztes Jahr, als erstmals der Martin und der Kürbis gemeinsam gefeiert haben, wurde der Redaktionssitz von über zehn Horden Untoter überfallen, denen die Bestände fast vollständig zum Opfer fielen. Wir haben entsprechend aufgerüstet.

Und dann kommen dieses Jahr ganze 9 Kids in drei Schüben. Ist der Gemüsefrazten-Hype schon wieder vorbei? Hat die Industrie die Vermarktung überzogen? Haben die Leute ein schlechtes Gewissen und ihren Nachwuchs zum Gottesdienst antreten lassen? Wahrscheinlicher ist, dass unsere Sackgassenendlage zu wenig Ertrag verspricht für den von Papa auf Effizienz getrimmten Beutezug.

Und so gruselt es uns dieses Jahr mal so richtig. Vor den ganzen Kalorienbomben, die unausweichlich vom Regal über den Magen bis auf die Hüften wandern werden. DAS ist der blanke Horror! Nächstes Jahr gibt's Mandarinen, wie früher als wir selber noch zum „Rummeln“ losgezogen sind ...

Die Redaktion wünscht allen Lesern eine süße Adventszeit, am besten ohne Bescherung auf der Waage.

Volker Meliß

Inhalt dieser Ausgabe

- 4 Update aus dem Rathaus**
Von einem Schulneubau zum nächsten
- 7 Dankeschön!**
15 Jahre Naturheilpraxis Hörtinger
- 8 Dütt und Datt**
Aktuelles aus Rellingen und Tangstedt
- 9 Leben retten!**
Herzmassage für jedermann
- 11 Natürliche Alternative**
Mit Homöopathie gegen Infekte
- 12 Sie tragen ein Hörgerät?**
Dann lassen Sie es überprüfen.
- 14 Kids online oder offline?**
Herausforderung Medienerziehung
- 16 Termine Winter 18/19**
Was ist los in der Region?
- 24 3 Jahre individuelle Hörakustik**
Hörakustik Lindemann baut aus
- 26 Hanseatische Kaffeeröstung**
Tradition und Qualität bei Becking
- 28 Buddha & Balance**
Messe für Mensch, Tier und Wohnraum
- 29 Wenn das Haar ausfällt**
Zweithaar vom Spezialisten
- 30 Die frische Tonne**
Komfortable Mülltonnenreinigung
- 32 Dunkel oder gemütlich?**
So kommen Sie mental durch den Winter
- 33 Die Bücherecke**
Lesetipps vom Profi
- 34 Futtern wie bei Mutter**
Der Dorfgasthof in Tangstedt
- 36 Insektenhotel 2019**
Schon jetzt für das Frühjahr planen
- 38 Cremiger Vanillepudding**
mit Erdbeerpüree

Impressum

Verlag:
VM-Media Volker Meliß

An der Eiche 51,
25421 Pinneberg

Tel: 04101 - 50 58 99
mail@pinnauboten.de

www.pinnauboten.de

Chefredakteur:
Volker Meliß
vm@pinnauboten.de

**Lokalredaktion und
Mediaberatung:**
Martina Kläeger-Reinbender
mkr@pinnauboten.de
Tel: 04101 - 84 38 32

Fotoredaktion:
Fotoagentur HERZBERG

Gestaltung:
Manuela Heins
mh@pinnauboten.de

Druck:
WIRmachenDRUCK GmbH,
71522 Backnang

Hinweis: Alle Veranstaltungsangaben ohne Gewähr. Die Zeitschrift und alle darin enthaltenen Abbildungen und Texte sind urheberrechtlich geschützt. Eine Verwendung oder Vervielfältigung bedarf der Zustimmung des Verlages. Alle Rechte an geschützten Namen und Marken liegen bei deren Inhabern.

Die Redaktion bedankt sich bei allen Autoren und Fotografen, für die unentgeltliche Bereitstellung ihrer Texte und Bilder. Nicht gekennzeichnete Werke stammen von der Redaktion.

Update aus dem Rathaus

Rellingen hat eine der großen Baustellen erfolgreich gemeistert. Der Umbau der Brüder-Grimm-Schule ist beendet. Im geplanten Zeit- und Kostenrahmen wurde für 6,6 Mio. Euro nicht nur ein kompletter Trakt an den Altbau gesetzt. Dieser Neubau umfasst Klassen- und Fachräume, aber auch den Eingangsbereich, die Mensa und das neue Lehrerzimmer. Der Altbau wurde ebenfalls vollständig saniert. Hier verbleiben die Betreuungsklassen und die Verwaltung. Alle Räume der Schule sind jetzt auf allen Ebenen barrierefrei miteinander verbunden.

■ Zwischen dem Schulgebäude und der DRK Sozialstation entstand das „Grüne Klassenzimmer“, eine Außenanlage, die von Kindern und Senioren gleichermaßen genutzt und zu einem Ort der generationsübergreifenden Begegnung werden soll. Auf der anderen Seite des Bauwerkes ist ein teilüberdachter Schulhof entstanden. Ein neues Kleinspielfeld und ein großer Parkplatz

schließen das neu gestaltete Gelände nach Süden ab. Jetzt können sich die Verantwortlichen in der Gemeinde voll auf die Caspar-Voght-Schule konzentrieren. Dort sind die vorbereitenden Arbeiten in vollem Gange. Bis zum Ende der Winterferien sollen die beiden Containeranlagen für Klassenräume und Verwaltung in Betrieb sein. Dann sind die Flächen des Altbaus frei, die abgerissen werden sollen. Mit dieser ersten „richtigen“ Bauphase wird der Neubau der CVS dann im Frühjahr 2019 eingeläutet.

Vor dem Hintergrund dieser Großprojekte wird er leicht übersehen, auch wenn er sich jetzt fein herausgeputzt hat. Der Parkplatz am Rathaus ist jetzt nach der Neugestaltung wieder in Betrieb und verfügt jetzt auch über eine Ladesäule für Elektrofahrzeuge. Gleich gegenüber befindet sich einer der wenigen,

Lecker: In der neuen Mensa der BGS (hier beim offiziellen Pressetermin) werden schon über 200 Mahlzeiten am Tag ausgegeben.



ANZEIGE

SonjaDittmer

STEUERBERATERIN

Sonja Dittmer Dipl. BW | Hofweg 1 | 25421 Pinneberg
 Telefon 04101 - 51 40 00 | dittmer@stb-dittmer.de



Noch im Aufbruch:
Während die Klassen-
räume schon in Betrieb
sind, läuft Ende Oktober
noch der Umzug ins
neue Lehrerzimmer.



aber umso schmerzhafteren Leerständen im Rellinger Einzelhandel. Aber dafür ist jetzt ein Volltreffer gelungen. Der ehemalige Fußballprofi (HSV, FC-Bayern, DFB-Auswahl, ...) und heutiger Unternehmer Marcell Jansen wird in den Räumlichkeiten des ehemaligen Bio-Marktes ein Lifestyle-Sanitätshaus eröffnen, ähnlich dem, das er bereits mit seinen Partnern in Wedel betreibt. Gleichzeitig soll der Sitz des Unternehmens s-tatics (www.s-tatics.de) von Hamburg hierher verlegt werden. Es bleibt sportlich. Für den SC Egenbüttel hat der Rat beschlossen, in zwei Kunstrasenplätze zu inves-

tieren. Der erste soll 2019 realisiert werden. Für jeden Platz wird die Gemeinde 200.000,- € investieren, der Rest wird aus Fördermitteln und Eigenleistung des Vereins finanziert.

In dem kleinen Wald an der Ecke An der Rellau/Hamburger Straße entsteht ein Naturlehrpfad. Hier soll im Rahmen der Umweltbildung für Kitas und Schulen Natur erlebbar gemacht werden, mit Insektenhotel und anderen Dingen. Bei diesem Gemeinschaftsprojekt beteiligen sich neben der Gemeinde auch engagierte Vereine und Unternehmen aus Rellingen. ▶

ANZEIGE

EINFACH BESSER TANZEN

Schnuppern Sie mal Tanzluft

Jetzt zur gratis Probestunde anmelden



Hauptstraße 35 • 25462 Rellingen • Tel. 04101 / 80 80 663

www.tanzschule-wendt.com



**Der Neue im Kreise seiner
Mitstreiter: Marc Trampe (2. v. l.)
ist jetzt der 1. Vorsitzende der
Bürgerstiftung Rellingen.**

Die Bürgerstiftung Rellingen hat sich neu aufgestellt. Der Stiftungsbeirat wählte Marc Trampe zum 1. Vorsitzenden. Er löst in dieser Funktion Anja Radtke ab, die sich neben ihrer Arbeit im Beirat schwerpunktmäßig dem Aufbau des neu gegründeten Fördervereins widmen will. „Ich

Damit nicht nur etwas über Natur gelernt wird, sondern diese auch aktiv unterstützt wird, hat Rellingen drei Flächen, unter anderem am oberen Ehschen beim Seniorenheim und am Stawedder, für die Förderung der Biodiversität identifiziert und dort bereits ausgesät. Im nächsten Frühjahr werden hier üppige Feldblumenwiesen entstehen.

All diese Dinge können nur gelingen, wenn die finanziellen Mittel dafür vorhanden sind. Rellingen ist in dieser Beziehung weiterhin gut aufgestellt. Der Jahresabschluss 2017 konnte mit einem Überschuss von 4,6 Mio. Euro verabschiedet werden. Mit dem ersten Nachtragshaushalt wird für 2018 ebenfalls mit einem Überschuss in Höhe von 183.000 Euro gerechnet. Bis zum Jahresende sollen aus diesen Reserven Sondertilgungen finanziert werden. Dann wäre Rellingen schuldenfrei.

freue mich über das Vertrauen. Gemeinsam mit dem Beirat möchte ich die Stiftung noch weiter in der Rellinger Gesellschaft verankern und dadurch bürgerschaftliches Engagement und Projekte im Ort unbürokratisch unterstützen“, so Trampe anlässlich der Wahl.

Neu im Beirat der Bürgerstiftung ist Bürgervorsteher Hans-Günther Reinke. Außerdem hatte die Gemeindevertretung in den Stiftungsbeirat entsendet: die frühere Bürgermeisterin Anja Radtke, den ehrenamtlichen Geschäftsführer Christoph Rind, Manuela Rousseau (stellvertretende Vorsitzende), Sabine Kuhl-Dawideit und Klaus Parusel. Ausgeschieden sind mit dem Ende der Kommunalwahlperiode Henry Behrmann, der ehemalige Bürgervorsteher der Gemeinde und Albert Hatje, Ehrenbürger Rellingens, der im Mai verstorben ist.

ANZEIGE

WEGE ZU



INNERER HARMONIE
UND ÄUSSERER
SCHÖNHEIT

Kerstin Donner
Fachkosmetikerin

- Cosmeceutical Hautspezialistin - Systempflege
- Farb-, Stil-, Make-up-Beratung - Wellness-Behandlung

Fritz-Reuter-Straße 5 · 25462 Rellingen
Telefon 04101 – 3 22 57

E-mail kerstin@donner-kosmetik.de · www.donner-kosmetik.de



Liebe Patienten, liebe Interessenten an der Naturheilkunde,

nach 15 Jahren Arbeit in meiner Praxis durch Aufbau, Etablierung und immer wieder neuen Herausforderungen, ist es Zeit, kurz inne zu halten und Danke zu sagen an alle, die mir schon in Hannover, in Hamburg und letztendlich hier in Ellerbek ihr Vertrauen entgegengebracht haben.

Vielen herzlichen Dank!

■ Wie schon zur Praxisgründung habe ich auch heute noch ein besonderes Augenmerk darauf, dass sich unsere Krankheiten verändern. Dies gilt besonders in der Hinsicht auf die vielen Anforderungen der heutigen Zeit, die geprägt sind von steigenden beruflichen und privaten Anforderungen.

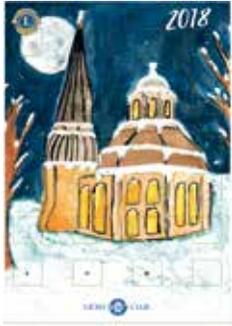
Aus immer weitergehenden technischen Fortschritten in Laboren und verbesserten Diagnosemethoden entstehen dafür neue Behandlungsmöglichkeiten. Deshalb ist es mir eine Herzensangelegenheit, auch weiterhin für meine Patienten interessante Fortbildungen zu besuchen, um zu aktuellen Themen in der Diskussion zu bleiben und diese in mögliche Therapien mit einzuarbeiten. „Man lernt nie aus!“ Da es sich bewährt hat, schulmedizinische Behandlung durch den Arzt mit meiner Naturheilkundlichen Therapie zu verbinden, biete ich auf Wunsch auch weiterhin



*Zu diesem
Jubiläum biete
ich Ihnen in
den nächsten
3 Monaten einen
einmaligen
Jubiläumrabatt*
von 15% auf das
Beratungs- und
Behandlungs-
honorar an.*

diese Behandlungsmöglichkeit an. Weiterhin verfolge ich die naturwissenschaftlichen Entwicklungen zu komplexen Krankheiten wie Burn-out, Autoimmunerkrankungen und die Krankheiten, die über das Mikrobiom (Darm) entstehen. Meine Steckenpferde bleiben die Allergien, sowie die Möglichkeit, mögliche Blockaden durch Fehlstellungen am Bewegungsapparat durch meine Zusatzausbildung mit der sanften Chiropraktischen Technik zu behandeln. Ich habe mich in den letzten Jahren auch sehr mit den Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten zum Thema Demenz beschäftigt und beantworte dazu gern Ihre Fragen. Nun freue ich mich sehr auf die nächsten Jahre und hoffe Sie gut unterstützen zu können mit meinen Kenntnissen.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen.
Ihre



Adventskalender aus Rellingen und Tangstedt

Wie jedes Jahr gibt der **Lions-Club** auch 2018 wieder den Rellinger Charity-Kalender mit den vielen Gewinnen heraus. Dieses Jahr stammt das Motiv von der Schülerin Leah Händler (15). Wer sich beeilt bekommt bestimmt noch sein Exemplar im Rellinger Einzelhandel und kann vielleicht

einen der vielen Gewinne abräumen. Anlässlich der 777 Jahre-Feier haben engagierte Tangstedter einen Kalender mit Motiven aus der Gemeinde gestaltet, der zum Selbstkostenpreis von **6,- €** in der Tangstedter Postfiliale, Dorfstraße 76, erhältlich ist.



Kinderkleidermarkt in Rellingen

Die Vorbereitungen für den mittlerweile 22. Kinderkleider- und Spielzeugmarkt haben bereits begonnen. Am Sonnabend, den **23. 2. 2019** von 10:00 bis 12:30 Uhr öffnet der Markt in der großen Sporthalle der Caspar-Voght-Schule in Rellingen seine Tore. Einlass für werdende Mütter, die ihren Mutterpass vorlegen, ist bereits um 09:30 Uhr. Angeboten wird alles Gebrauchte rund ums Kind. Für das leibliche Wohl sorgt wieder die Cafeteria. Vom Gesamtumsatz kommen 20% den Rellinger Kindergärten und Schulen zugute. Weitere Informationen unter:

www.kkm-rellingen.de

ANZEIGE

Tangstedter Familienlauf 2019

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus: Tangstedt wird 777 Jahre alt. Anlässlich dieses Jubiläums werden wir unsere Leser ab sofort auf dem Laufenden halten. Im Rahmen der Feierlichkeiten findet am **18. 5. 2019** der Tangstedter Familienlauf statt. Im Rahmenprogramm wird es auch einen Kinderflohmarkt geben. Anmeldungen werden ab Februar 2019 möglich sein.

Organisiert wird der Tangstedter Familienlauf von Michael Herrmann, den viele von Ihnen sicher von den sportlichen Veranstaltungen kennen, die er immer wieder bei sportlichen Großereignissen in Rellingen auf die Beine stellt. Unter sport-rellingen@gmx.de oder **0162 - 415 72 29** können Sie den Organisator erreichen, der sich nicht nur auf viele Teilnehmer freut, sondern auch über fleißige Helfer und Sponsoren.



Helfen Sie uns zu helfen!



DRK-Ortsverein Rellingen
Vorstand@drk-rellingen.de
04101-512062

www.drk-rellingen.de

- Sanitätsdienst - Katastrophenschutz - Blutspenden - Handarbeitsgruppen - Seniorentanz, -Gymnastik - Kleiderkammer -

Bei Kreislaufstillstand sofort mit Herzdruckmassage beginnen

Ohne Sauerstoff überlebt das Gehirn höchstens fünf Minuten. Schnelles Handeln ist gefragt. Wer mit der Herzdruckmassage vertraut ist, kann im Notfall helfen und Menschenleben retten.

■ Ein Atem- und Herzstillstand unterbricht die Durchblutung des Gehirns. Durch den Sauerstoffmangel erleiden die Nervenzellen bereits nach fünf Minuten irreparable Schäden. Mit jeder weiteren Minute ohne Sauerstoff steigt die Wahrscheinlichkeit, dass der Patient verstirbt oder eine Behinderung zurückbehält. „Jedes Jahr erleiden etwa 50.000 Menschen außerhalb eines Krankenhauses einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Da kommt es auf die ersten Minuten an“, betont der Bundesgesundheitsminister Jens Spahn.

In Deutschland führen nur in etwa 40 Prozent solcher Notfälle unmittelbar Beteiligte eine Herzdruckmassage durch. In Ländern wie zum Beispiel Dänemark oder Irland seien es über 70 Prozent. Deshalb ist es für Spahn unerlässlich, dass möglichst viele Menschen eine Herzdruckmassage erlernen und anwenden können. Die folgenden drei Punkte fassen zusammen, wie Wiederbelebungsmaßnahmen auch für Laien leicht umsetzbar sind.



Reanimation in 3 Schritten:

1. „Prüfen“

Den Patienten ansprechen und behutsam rütteln.

2. „Rufen“

Andere Helfer auf die Situation aufmerksam machen und die Notrufnummer 112 wählen.

3. „Drücken“

Den Ballen der einen Hand auf die Mitte des Brustbeins setzen. Den Ballen der anderen Hand darauflegen. Dann 100 Mal pro Minute den Brustkorb mindestens 5 Zentimeter herunterdrücken. Geschulte Helfer führen zusätzlich die Mund-zu-Mund-Beatmung: 30 Herzdruckmassagen, gefolgt von 2 Beatmungen im Wechsel.

Text: Miriam Knauer, Ärzteblatt

Foto: Adobe Stock

ANZEIGE

Brunnen Apotheke



Ahmet Tekin
Hauptstraße 25
25462 Rellingen
Tel: 04101 207800

Ahmet Tekin
Hauptstraße 35
25462 Rellingen
Tel: 04101 200110

Post Apotheke



www.Theaterverein-Rellingen.de

85 Jahre

THEATERVEREIN RELLINGEN

Sebastian Sternenputzer und der Regenbogen



Märchenspiel von Christina Stenger

Regie: Friederike Bauer - **Regieassistenz:** Nadine Oesting-Held

Darsteller: Meike Faltus, Fenna Kruse, Tom Freudenthal, Lilly Freudenthal, Carlotta Held, Andreas Rode, Birte Leistikow, Petra Böttcher, Carlotta Janning

RELLINGEN-EGENBÜTTEL

Kl. Turnh., Caspar-Voght-Schule Schulweg 2-4
Dienstag, 27. Nov. 2018 - 18.00 Uhr
Mittwoch, 28. Nov. 2018 - 18.00 Uhr
Donnerstag, 29. Nov. 2018 - 18.00 Uhr

ELLERBEK

Kulturtreff/Sport-Zentrum/
Harbighalle, Rugenb. Mühlenweg
Sonntag, 2. Dez. 2018
Beginn: 17.00 Uhr

HALSTENBEK

Aula Wo.-Borchert-Gymnasium
Bickbargen 111
Samstag, 8. Dez. 2018,
Beginn: 17.00 Uhr

TANGSTEDT

Turnhalle Brummerackerweg
Samstag, 1. Dez. 2018
Beginn: 16.00 Uhr

EINTRITT:

KINDER & ERWACHSENE

€ 7,00

BÖNNINGSTEDT

Turnhalle Kieler Straße
Sonntag, 9. Dez. 2018,
Beginn: 17.00 Uhr

Homöopathie – eine natürliche Alternative bei Infekten

■ Die kalte Jahreszeit beginnt, und mit ihr die Zeit der Infekte und Erkältungen. Eine Möglichkeit, auf natürliche Weise auf einen solchen Infekt zu reagieren, bietet die klassische Homöopathie. Als ganzheitliche Behandlungsmethode zielt sie darauf ab, das gesundheitliche Problem ursächlich zu behandeln, den Organismus zu stärken und die Selbstheilungskräfte zu mobilisieren. Im Körper entsteht wieder mehr Gleichgewicht und er kann sich so besser gegen die Auslöser dieser Infektion zur Wehr setzen.

So kommt es wesentlich seltener zu wiederkehrenden Infektionen als z.B. bei einer Antibiotika-Therapie – die bei viralen Erkrankungen ohnehin wirkungslos sind (rund 80 – 90 % der Atemwegsinfekte sind durch Viren verursacht).



Darüber hinaus kann der Einsatz homöopathischer Arzneien dazu beitragen, die Ausbreitung multiresistenter Bakterien einzudämmen, die ein immer ernster werdendes Gesundheitsproblem darstellen. Antibiotika sind hochwirksame Arzneimittel, die lebensbedrohliche bakterielle Infektionen bekämpfen können. Und genau dafür sollten sie auch eingesetzt werden.

Weniger lebensbedrohliche Infektionen können sehr gut mit Homöopathie behandelt werden. Homöopathisch gut ausgebildete HeilpraktikerInnen können ein auf die jeweils individuellen Beschwerden des Patienten abgestimmtes

homöopathisches Arzneimittel verschreiben und den Heilungsverlauf kontrollieren. Für eine Selbstbehandlung von Infekten eignen sich homöopathische Arzneimittel dagegen nicht. *Text: Elke Krämper*

Foto: Adolphe Stock

ANZEIGE


salzhaus
 Salzräume und Natursalze

Eichenstraße 28
25462 Rellingen

Telefon
04101/80 55 660

www.salzhaus.de


Heilpraxis Elke Krämper
 Klassische Homöopathie

Chronische und akute Erkrankungen

Demenz:
Konzept zur Behandlung,
Begleitung und Beratung

Elke Krämper, Heilpraktikerin
 Pinneberger Straße 167 • D-25474 Ellerbek
 04101 371 841 • praxis@elke-krämper.de
 www.elke-krämper.de



Sie tragen ein Hörgerät? Dann lassen Sie es überprüfen.

■ Ihr Hörgerät ist ein hochleistungsfähiges High-tech-System, auf das Sie im Alltag angewiesen sind. Schließlich soll es stets einsatzbereit sein! Damit Sie jetzt und in Zukunft uneingeschränkten Hörgenuss erleben können, raten wir Ihnen, regelmäßig Ihr Hörsystem von einem Hörgeräteakustiker überprüfen zu lassen. Eine regelmäßige Wartung und Überprüfung Ihres Hörsystems verlängert nachweislich die Nutzungsdauer und gewährleistet vor allem ein besseres Hörverstehen. Denn nur ein technisch einwandfreies Hörgerät bringt die optimale Leistung, die für Ihr Hörvermögen notwendig ist. In ihren winzigen Gehäusen werden auf kleinstem Raum enorme akustische Leistungen vollbracht – gleichzeitig trägt man ein Hörsystem täglich direkt auf der Haut und setzt es damit hohen Material-

belastungen aus. Unter anderem durch Schweiß welcher Harnsäure und Salze enthält, dass selbst die robustesten Materialien angreift. Auch Feuchtigkeit ist schädlich für das Hörgerät. Brillenträger kennen das Problem, wenn man vom Kalten ins Warme kommt beschlägt die Brille, dass gleiche passiert auch bei einem Hörgerät.

Die regelmäßige Reinigung des Hörgerätes, der Ohrpassstücke und die Kontrolle des Zubehörs ist wichtig für ein gutes Hörverstehen. Die Schläuche, Siebe und Domes sollten regelmäßig gewechselt werden. Vor allem die Otoplastiken sollten bei Bedarf erneuert werden, da Teile des Ohres aus Knorpel bestehen und diese sich ein Leben lang verändern.

Damit Hörgeräte ihre volle Leistungsfähigkeit erreichen können, benötigen sie für die Stromversorgung eine gute Hörgerätebatterie. Selbst kleine Unterschiede in der Stromabgabe einer Batterie können einen Unterschied zwischen einer klaren Übertragung und einer zu geringen Lautstärke oder schlechten Geräuschunterdrückung bedeuten.

Sollten Sie ein Hörsystem besitzen, lassen Sie es überprüfen.

Das Fachinstitut Hörgeräte Zacho bietet eine Über-

prüfung Ihres Hörsystems an, um es für den Winter fit zu machen. Es wird gründlich gereinigt und technisch kontrolliert, die Einstellungen werden nach einem Hörtest überprüft und gegebenenfalls auf Ihre Bedürfnisse nachjustiert.

Zacho-Fachinstitut finden Sie in **Rellingen**,
Am Rathausplatz 17, Tel. 04101 - 376884 und
Halstenbek, Gustavstraße 7, Tel. 04101 - 805 75 95.
Weitere unter www.zacho.de.





Das Beste zum Hören

Hörgerätebatterien

Große Power kleiner Preis!

Klein aber voller Power bei Klang und Hörstundendauer. Unsere Hörgerätebatterien nutzen die Leistung des Hörgeräts optimal aus und sorgen für brillanten Klang.



Batterie-Typen 10 | 13 | 312 | 675

Zink-Luft-Batterien für digitale Hörgeräte.
Beste Qualität in praktischer Verpackung.

activplus	Pack. 6 Stück, statt 9,00 € nur	6,50 €*
medium	Pack. 6 Stück, statt 6,60 € nur	5,00 €*
ecohear	Pack. 6 Stück	1,90 €*

*Angebote gültig: 03.12.2018 bis 04.01.2019, solange der Vorrat reicht.

Jetzt schnell kaufen zahlt sich aus!

Fachinstitute Hörgeräte Zacho

Rellingen • Am Rathausplatz 17 • Tel. 04101- 37 68 84 • rellingen@zacho.de
Halstenbek • Gustavstraße 7 • Tel. 04101- 805 75 95 • halstenbek@zacho.de

Weitere in: HH-Blankenese • HH-Othmarschen • HH-Hoheluft • HH-Niendorf/Markt • HH-Niendorf/Nord

www.zacho.de

Herausforderung Medienerziehung

■ Für Eltern hat sich mit der Digitalisierung eine weitere anspruchsvolle Erziehungsaufgabe aufgetan. Wenn Spielen Spaß machen und gleichzeitig die Kinder auf das Leben vorbereiten soll, gehören digitale Geräte heute zum Großwerden einfach dazu. Allerdings macht es auch hier die Dosierung. Die meisten kommerziellen Apps sind so ausgelegt, dass sie die Nutzer möglichst lange fesseln und dieser Verlockung können schon viele Erwachsene nicht widerstehen. Kinder sind damit vollkommen überfordert. Wichtige Hinweise über Nutzungszeiten finden Eltern bei schau-hin.info/informieren/extrathemen/medienzeiten.html.

Suchen Sie die Apps genauso sorgfältig aus, wie das Spielzeug im Kinderzimmer. Die Internetseiten klick-tipps.net oder steinenstark.de helfen Ihnen bei der Auswahl. Wenn Sie wissen

möchten, ob ein bestimmtes Spiel für Ihr Kind geeignet ist, schauen Sie den YouTubern über die Schulter. Geben Sie in YouTube „let's play“ und den Namen des Spieles ein. So können Sie sich einen Eindruck verschaffen, ohne das Spiel selber spielen zu müssen. Achten Sie dabei auf die Atmosphäre im Spiel und die Komplexität der Steuerung. Viele Informationen rund um das Thema Medienerziehung für alle Altersstufen gibt es bei internet-abc.de.

Hier finden Sie auch eine Vorlage für einen Mediennutzungsvertrag zwischen Eltern und Kindern.

Und noch ein Tipp: Nutzen Sie die große Anziehungskraft von Computerspielen zum Lernen. Wie wäre es mit einer App fürs 1x1? Gibt es in allen App-Stores und als Online-Spiel. *Text:*

Claudia Daffertshofer,

info@kinder-computer-sicherheit.de,
04101-538 84 81



Foto: Aldabe Stock

ANZEIGE



GRACE – verzweifelt gesucht!

Grace wurde als Vollblutfreigängerin auf Sardinien geboren, von Tierschützern gerettet und im Raum Rellingen mit Schutzvertrag und der Verpflichtung zur Gewährung von uneingeschränktem Freigang vermittelt. Wie wir erfuhren, wurde Grace jedoch als reine Wohnungskatze weitergegeben und lebt vermutlich ohne einen weiteren Artgenossen. Dies entspricht keinesfalls ihrem Naturell. Wir möchten uns persönlich ein Bild über die jetzigen Haltungsbedingungen machen und freuen uns über jeden Hinweis, gerne auch anonym.



TRITSCHOKS

Orthopädie-Schuhtechnik & Schuhhaus

Tritschoks

SCHUHE

modisch + bequem



LEGERO®
Der Leichtschuh

WALDLÄUFER
SPORTSCHUHE

FIDELIO®
SCHUHE

Finn
Comfort
Schuh für Herren

berkemann

Ganter

Gabor

MEPHISTO
DIE LAUFSSENSATION

HASSIA

25,-
€
Warenwert

Sichern Sie sich
den **Warenutschein**
mit der **Bonuskarte**.

und wir belohnen Ihre Treue!

Wir wünschen allen ein
besinnliches Weihnachtsfest
und einen
guten Rutsch ins neue Jahr!

Carl Tritschoks GmbH
Orthopädie-Schuhtechnik
Hauptstr. 80, 25462 Rellingen
☎ 0 41 01 - 22 76 2

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9:00 - 18:00 Uhr
Sa. 9:00 - 13:00 Uhr



Reg.-Nr.: MQ1 0109018



Ihr Spezialist für
gesunde Füße...



Pinneberger Termine

Ansprechpartner und Adressen zu den Terminen finden Sie am Ende des Kalenders

Hier
finden sie unsere
Veranstungstipps

**Winter
2018/19**

Weihnachtsmärkte

Pinneberg

vom 26.11. bis 23.12.2018

12:00 bis 21:00 Uhr Stadtmarketing Pinneberg

7. Pinneberger Weihnachtsdorf

Pinneberg Drosteiplatz; Stimmungsvolles Weihnachtsdorf mit Glühwein, Punsch und deftigen Speisen, einem abwechslungsreichen Bühnenprogramm, Kunsthandwerk und Attraktionen für Kinder wie dem Besuch des Weihnachtsmannes. Eine Veranstaltung von Familie Stacklies Weihnachtsmärkte UG und dem Stadtmarketing/Citymanagement Pinneberg e.V.

Freitag 30.11., Samstag 2.12. und Sonntag 3.12.2018

37. Nikolausmarkt in der Drostei

Fr. 18 Uhr, Sa.-So jeweils 11:00 bis 18:00 Uhr

Freitag Feierlicher Auftakt mit den Wedeler Turmbläsern; Ausstellerinnen und Aussteller läuten mit Kunsthandwerk, Leckereien, Schönerm und Praktischem die Weihnachtszeit ein. Der Eintritt von **2,- €** (Kinder bis 16 Jahre frei) geht zu Gunsten der Kulturarbeit der Drostei. Veranstaltet von der Drostei und dem Förderverein Landdrostei Pinneberg e.V.

Schenefeld

Samstag 09.12.2017 von 15:00 bis 19:00 Uhr

(Grill- und Getränkezeit bis 22:00)

Sonntag 10.12.2017 von 12:00 bis 18:00 Uhr

Stadt Schenefeld

Rathausvorplatz Holstenplatz; Der Weihnachtsmarkt der Stadt Schenefeld wird in diesem Jahr wie gewohnt auf dem Rathausvorplatz und im Rathaus selbst stattfinden. An den Ständen der Händler reicht das Angebot von Holzspielzeug über Weihnachtsdekoration bis hin zu Geschenkartikeln

26.11. bis 24.12.2018

Stadtzentrum Schenefeld

Kiebitzweg 2 Schenefeld



Rellingen

Samstag 8.12. und Sonntag 9.12.2018

Sa. 13:00 bis 20:00 Uhr, So. 13:00 bis 18:00 Uhr

Ortskern Rellingen

Kleine Verkaufshäuschen laden zum Bummeln ein.

Halstenbek

Samstag 1.12. und Sonntag 2.12.2018

Gemeinde Halstenbek

14:00 bis 19:00 Uhr im Rathaus und auf dem

Rathausplatz, Gustavstraße 6, Halstenbek; Wie in den letzten Jahren zuvor werden Kunsthandwerker und Weihnachtsbastler auf dem Weihnachtsmarkt wieder einen besonders hohen Stellenwert haben. Für das leibliche Wohl ist auch wieder ausreichend gesorgt. Dem Weihnachtsmann hat es in den letzten Jahren auf dem Weihnachtsmarkt so gut gefallen, dass er auch dieses Jahr sein Kommen zugesagt hat.



DEZEMBER 2018

Samstag

1. Dezember

08:00 Uhr bis 11:00 Uhr Stadt Pinneberg

Laubentsorgung

Pinneberg im Ortsteil Waldenau; Es dürfen nur Säcke gefüllt mit Laub angeliefert werden. Bürgerinnen und Bürger der Stadt Pinneberg können ihr Laub gegen Vorlage des Personalausweises abliefern. Gartenabfälle, Gras- oder Heckenschnitt und Hausmüll werden bei dieser Sammelaktion nicht angenommen.

16:00 Uhr Forum Theater Pinneberg (und 2. Dezember)

Rettet Rumpelstilzchen

Richard-Köhn-Straße 75, Pinneberg; Oh jeh, etwas Schreckliches ist passiert: Durch eine Unachtsamkeit der Pech-Marie ist das große Märchenbuch von Frau Holle ins Kopfkissen geraten und nun schneien alle Seiten total durcheinander auf die Märchenwelt herab. Vorverkauf im Bücherwurm **11,- €** / ermäßigt **8,- €** (incl. Vvk-Gebühren)

Montag

3. Dezember

20:00 Uhr Beerdigungs-Institut Seemann & Söhne KG

Gospel Chor „Going Gospel“

Dannenkamp 20, Schenefeld, Wir freuen uns, wieder den Gospel Chor „Going Gospel“ aus Groß Flottbek zu einem Konzert in unserem Trauerzentrum begrüßen zu dürfen. Der Eintritt ist frei. Da wir nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen haben, bitten wir um Ihre Anmeldung unter info@seemannsoehne.de oder Tel: 040 -866 06 10.

Samstag

8. Dezember

08:00 Uhr bis 12:00 Uhr Stadt Pinneberg

Laubentsorgung

Bauhof, Am Hafen 69, Pinneberg; Es dürfen nur Säcke gefüllt mit Laub angeliefert werden. Bürgerinnen und Bürger der Stadt Pinneberg können ihr

Laub gegen Vorlage des Personalausweises abliefern. Gartenabfälle, Gras- oder Heckenschnitt und Hausmüll werden bei dieser Sammelaktion nicht angenommen.

14:00 Uhr und 17:00 Uhr Theater Schenefeld

Die kleine Hexe

FORUM Theater, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Für jede Hexe ist es ein großer Wunsch in der Walpurgisnacht am Hexentanz auf dem Blocksberg teilzunehmen. Doch die kleine Hexe ist mit ihren 127 Jahren noch viel zu jung dafür. Eintritt: **7,- €**

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

Ulrich Tukur liest

Rellinger Kirche; Ulrich Tukur, Lesung vorweihnachtlicher Texte; Oliver Schmidt, klassische und zeitgenössische Klaviermusik

Sonntag

9. Dezember

14:00 Uhr und 17:00 Uhr Theater Schenefeld

Die kleine Hexe

FORUM Theater, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Für jede Hexe ist es ein großer Wunsch in der Walpurgisnacht am Hexentanz auf dem Blocksberg teilzunehmen. Doch die kleine Hexe ist mit ihren 127 Jahren noch viel zu jung dafür. Eintritt: **7,- €**

ANZEIGE

Waren aus fairem Handel

einewelt LADEN

in der Rellinger Kirchenloge

Öffnungszeiten: Donnerstags 18–19 Uhr
und von Juni bis September auch sonntags
14–17 Uhr, sowie bei Gottesdiensten
und vielen Veranstaltungen.



Dienstag

11. Dezember

19:30 Uhr **VHS Pinneberg**

Norwegen – sanfte Küsten, Spitzbergen

VHS Pinneberg, Am Rathaus 3, Pinneberg; Es gibt viele Möglichkeiten, dieses bilderbuchhafte skandinavische Land zu erkunden. Dieses Mal haben wir drei Möglichkeiten auf der mehrmonatigen Landesdurchquerung gewählt. Eintritt: **5,- €**

15.30 Uhr **DRK Begegnungsstätte Rellingen**

„Erika“ von Elke Heidenreich

Appelkamp 8, Rellingen; gelesen von Irmgard Schmidt, Literaturcafé. **Der Eintritt ist frei.**

Freitag

14. Dezember

19:30 Uhr **Theater Schenefeld**

Die kleine Hexe

FORUM Theater, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Für jede Hexe ist es ein großer Wunsch in der Walpurgisnacht am Hexentanz auf dem Blocks-berg teilzunehmen. Doch die kleine Hexe ist mit ihren 127 Jahren noch viel zu jung dafür. Eintritt: **7,- €**

20:00 Uhr **Rellinger Rathaus**

Lesung mit Siegfried W. Kerner

Rellinger Rathaus Galerie; Prosa und Gedichte von Wilhelm Busch, „Auf den Busch geklopft“; Für

größtenteils humorvolle Musik sorgen Martin Karl-Wagner (Flöte) und Thomas Goralczyk (Klavier).

Samstag

15. Dezember

14:00 Uhr und 17:00 Uhr **Theater Schenefeld**

Die kleine Hexe

FORUM Theater, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Für jede Hexe ist es ein großer Wunsch in der Walpurgisnacht am Hexentanz auf dem Blocks-berg teilzunehmen. Doch die kleine Hexe ist mit ihren 127 Jahren noch viel zu jung dafür. Eintritt: **7,- €**

15:00 Uhr **Geschwister-Scholl-Haus**

Der gestiefelte Kater

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstraße 8, Pinneberg; Der gestiefelte Kater. In einer Fassung der Little Opera nach Motiven der gleichnamigen Märchenoper von C. A. Cui. Mit dem Kater Mut-machlied zum mitsingen. Eintritt: **5,- bis 6,17 €**

Sonntag

16. Dezember

11:00 und 15:00 Uhr **Geschwister-Scholl-Haus**

Der gestiefelte Kater

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstraße 8, Pinneberg; Der gestiefelte Kater. In einer Fassung der Little Opera nach Motiven der gleichnamigen

ANZEIGE

◉ **Klassische Homöopathie**

◉ **Biographiearbeit**

für die Generation Kriegsenkel

◉ **AKTUELL:**

Homöopathische Notfallapotheke
Donnerstag 21.3.2019, 19.30 Uhr

Martina Neumann

Heilpraktikerin

Burgwedel 7 • 22457 Hamburg-Schnelsen

Website: www.heilpraktik-neumann.de

E-Mail: kontakt@heilpraktik-neumann.de

Telefon: 0 41 01 / 80 56 469



Märchenoper von C. A. Cui. Mit dem Kater-Mutmachlied zum Mitsingen. Eintritt: **5,- bis 6,17 €**

14:00 Uhr und 17:00 Uhr Theater Schenefeld

Die kleine Hexe

FORUM Theater, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Für jede Hexe ist es ein großer Wunsch in der Walpurgisnacht am Hexentanz auf dem Blocksberg teilzunehmen. Doch die kleine Hexe ist mit ihren 127 Jahren noch viel zu jung dafür. Eintritt: **7,- €**

15:00 Uhr Die Drostei

Literaturcafé: Die guten Mär...

Pinneberg Drostei; Ein literarisches Weihnachtskonzert; Mit dem Duo Collage: Natascha Getmann – Flügel Daphne Drischler – Flöte und Gesang; Weihnachtliche Texte: Melanie Frey, Vanessa Müller, Sönke Knickrehm und Schüler der Hochbegabtenförderung. **Eintritt frei.**

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

Weihnachtsoratorium

Rellinger Kirche; Leitung: Oliver Schmidt; Dieses Jahr hat Kantor Schmidt die Kantaten J. S. Bach: I, II, V, VI; ausgewählt. Die Rellinger Kantorei wird immer von der Sinfonietta Lübeck begleitet. Tickets zu **15, 25 und 35 €** gibt es bei der Buchhandlung „Lesestoff“, Rellingen, Hauptstraße 74, Tel. 04101 780 9600, mail@lesestoffundmehr.de, bei allen Reservier-Vorverkaufsstellen, insbesondere bei Ticket Center Pinneberger Tageblatt, Pinneberg, Globetrotter Reisebüro, Halstenbek

Mittwoch

19. Dezember

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

Fagott, Klarinette & Co

Rellinger Kirche; Kammermusik aus drei Epochen; Eva-Maria Matthiesen, Fagott, Lina Braren, Klarinette, Judith Ruhmann, Violine, Der **Eintritt ist frei**, um Spenden zur Finanzierung der Konzertreihe wird gebeten.

Freitag

21. Dezember

15:00 bis 19:00 Uhr DRK-Schenefeld

Blutspende

Feuerwache Schenefeld, Kiebitzweg 24, Schenefeld

Sonntag

23. Dezember

19:00 Uhr Rellinger Kantorei

Nicht nur zur Weihnachtszeit

Rellinger Kirche; Werke von Vivaldi, Bach, Debussy, Widor u.a.; Judith Maria Michalski, Flöte, Christine K. Brückner, Akkordeon und Klavier, Oliver Schmidt, Klavier und Orgel; **Eintritt frei**, Spenden erbeten

ANZEIGE

Jan GERCKENS
Ihr Elektromeister

Pinneberger Str. 48
25462 Rellingen
☎ 0 41 01 / 3 41 55
www.jangerckens.de
info@jangerckens.de

*Wir wünschen all unseren Kunden
ein frohes Weihnachtsfest
und ein glückliches, erfolgreiches
neues Jahr 2019!*



Dienstag

25. Dezember

17:00 Uhr bis 22:00 Uhr **Il Gusto Italiano**

Weihnachtliche Festtagsmenüs

Ristorante Il Gusto Italiano, Holtkamp 102, Schenefeld; Eine Reservierung ist erwünscht. Tel: 040 / 830 71 64

Mittwoch

26. Dezember

12:00 Uhr bis 22:00 Uhr **Il Gusto Italiano**

Weihnachtliche Festtagsmenüs

Ristorante Il Gusto Italiano, Holtkamp 102, Schenefeld; Eine Reservierung ist erwünscht. Tel: 040 / 830 71 64

Montag

31. Dezember 2018

19:00 Uhr **Il Gusto Italiano**

Weihnachtliche Festtagsmenüs

Ristorante Il Gusto Italiano, Holtkamp 102, Schenefeld; Feiern Sie mit uns Silvester im Il Gusto Italiano! Am 31.12.2018 ab 19:00 Uhr bekommen Sie bei uns Garnelen satt und zu Mitternacht Prosecco und Windbeutel. Preis **29,- €** pro Person; Eine Reservierung ist erforderlich. Tel: 040 / 830 71 64

ANZEIGE

SENIORRESIDENZ
BRÜGGE/SCHMITT GMBH
ALTEN- UND PFLEGEHEIM
RELLINGEN

Zwei gute Adressen

HAUS AM
REHHAGEN
ALTEN- UND PFLEGEHEIM
HASLOH

Aclerstraße 74 · 25462 Rellingen · Tel. 04101-385 40 · Fax 357 93 | Kieler Straße 136 · 25474 Hasloh · Tel. 04106-765 889-0 · Fax 688 56

- Beide Einrichtungen bieten alten und pflegebedürftigen Menschen ein Zuhause in familiärer Atmosphäre.
- Die medizinische Betreuung wird von den in der Umgebung ansässigen Ärzten (auch Zahn- und Augenarzt) gewährleistet.
- Die individuelle Pflege wird in Ein- bzw. Zweibettzimmern Tag und Nacht durch qualifiziertes Pflegepersonal liebevoll durchgeführt.
- Für das leibliche Wohl sorgt die hauseigene Küche. Friseur, Fußpflege und Wäscherei runden den Service ab.

Das Haus Am Rehhagen bietet für Besucher und Angehörige einen kostenlosen Fahrdienst in die nähere Umgebung an.

Eine Pflegesatzvereinbarung liegt vor. Auch Kurzzeitpflege möglich • 24 Stunden - 7 Tage die Woche - Aufnahmeservice



JANUAR 2019

Freitag

11. Januar

19:30 Uhr **Die Drostei****Drostei unterwegs... Große Neujahrsgala im Forum Schenefeld**

FORUM Schenefeld, Achter de Weiden 30, Schenefeld; Zum fünften Mal präsentieren Ihnen Drostei und das JUKS Schenefeld die Neujahrsgala der Symphoniker Hamburg! Eintrittspreise: 1.Sitzplatzkategorie: **34,- €**; 2. Sitzplatzkategorie: **30,- €**; 3. Sitzplatzkategorie: **26,- €**; An der Abendkasse zzgl. 4,- €

Samstag

12. Januar

15:00 Uhr **Geschwister-Scholl-Haus****Herbert und Mimi – Die Engelphoniler**

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstraße 8, Pinneberg; Für Zuschauer ab 3 Jahren; Spiel und Idee: Helga Jud, Manfred Unterluggauer; Regie und Ausstattung: Helga Jud, Manfred Unterluggauer; Dauer: ca. 50 Min. Eintritt: **4,- €**

Mittwoch

16. Januar

19:00 Uhr **NABU****Bilder von Nordnorwegen**

Rellinger Hof, Kleiner Saal, Rellingen; Knud Pfeifer; Einlass 18:00 Uhr für Gespräch und Verzehr

Mittwoch + Donnerstag 30. + 31. Januar

19.30 Uhr **Die Drostei****Der andere Mikis Theodorakis**

Drostei Pinneberg; In der Drostei hat das Programm Der andere Mikis Theodorakis – Opernarien und Lieder seine Premiere. Frances Pappas, die am Landestheater Salzburg tätige Mezzosopranistin und der in Wedel lebende Pianist Gerhard Folkerts interpretieren Opernarien und Lieder von Mikis Theodorakis. Der Schauspieler Rolf Becker rezitiert Texte von Sophokles und Theodorakis. Eintritt: **18,- €** (Reihe 1-3 mit Platzreserv.), **16,- €**/erm.**13,- €** (ab Reihe 4 ohne Platzreserv.)

FEBRUAR 2019

Samstag + Sonntag

2. + 3. Februar

10:00 Uhr **Die Drostei****Comic-Workshop:****Nimm die Geschichte selbst in die Hand**

Drostei Pinneberg; Ein Workshop von Charlotte Zils (FSJ Kultur) für Jugendliche zwischen 15 und 18 Jahren, die sich für Comics und Zeichnen interessieren oder einfach mal in die Welt der bunten Bilder und spannenden Geschichten eintauchen wollen. Die Teilnahme ist kostenlos, wegen der begrenzten Anzahl an Plätzen bitten

ANZEIGE

**DIE PINNEBERGERIN**

Das neue Online-Magazin
für Pinneberg.
Klick Dich rein.



www.die-pinnebergerin.de



wir um verbindliche Anmeldung. **Anmeldung**
unter: assistentz@drostei.de oder telefonisch
unter **04101 – 210 30**

Samstag**9. Februar****15:00 Uhr Geschwister-Scholl-Haus****Theater 3 Hasen oben – Daumesdick**

Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofstraße 8,
Pinneberg; Theater mit Musik für alle ab 5 nach den
Brüder Grimm; Spiel und Musik: Silvia Pahl und
Klaus Wilmanns, Regie: Stefan Ebeling; Dauer: ca.
55 Minuten, kein Nacheinlass möglich Eintritt: **4,-€**

Donnerstag**14. Februar****19:30 Uhr Die Drostei****Hinrichtung... oder von der Lust am
Marionettentheater**

Drostei Pinneberg; Ein vergnüglicher Theater-
abend über das außerordentliche Leben und die
besondere Kunst der alten Wandermarionetten-
spieler. Eintritt: **18,- € / 16,- €**, ermäßigt 13,- €
Vorverkauf ab Dezember 2018!

19:30 Uhr Comedy**Baumann & Clausen**

Hotel Cap Polonio, Fahlskamp 48, Pinneberg;
Baumann & Clausen – Die Schöff; Eintritt: **37,- €**

Il Gusto Italiano**„amore mio Abend“ am Valentinstag**

Ristorante Il Gusto Italiano, Holtkamp 102,
Schenefeld; Eine Reservierung ist erwünscht.
Tel: 040 / 830 71 64

Sonntag**17. Februar****08:00 Uhr NABU****Wir schauen butendieks und binnendieks
den Wasservogelkartierern zu**

Exkursion; Beobachtungen u.a. von Gänsen,
Enten und Sägern an der Unterelbe; (Terminver-
schiebungen aus Witterungsgründen möglich);
Treffpunkt: 08.00 Uhr in Pinneberg auf dem
Parkplatz an der Hans-Hermann-Kath-Brücke

Donnerstag**21 März****19:30 Uhr Martina Neumann****Homöopathische Notfallapotheke**

Heilpraktikerin; Burgwedel 7 · 22457 Hamburg-
Schnelsen; Website: www.heilpraktik-neumann.de;
E-Mail: kontakt@heilpraktik-neumann.de; Telefon:
0 41 01 / 80 56 469

ANZEIGE

*Reisebüro Am Rathaus*

Die größte Sehenswürdigkeit
ist die Welt. Sieh sie dir an!

Jetzt schon Frühbuchepreise für Ihre
Winterreise sichern! Auch Kreuzfahrten für 2019
sind bereits buchbar! Wir beraten Sie gern.

Reisebüro Am Rathaus GmbH · Hauptstraße 64 · 25462 Rellingen
Telefon 0 41 01 - 2 20 56 · Telefax 0 41 01 - 20 47 01 · eMail info@reisebuero-rellingen.de



WOCHENMÄRKTE

Pinneberg

dienstags 8.00 bis 13.00 Uhr
auf dem Drosteivorplatz

mittwochs 8.00 bis 13.00 Uhr
auf dem Waldenauer Marktplatz

donnerstags 8.00 bis 14.00 Uhr
auf dem Drosteivorplatz

samstags 7.00 bis 12.00 Uhr
auf dem Marktplatz

Rellingen

freitags 8.00 bis 16.00 Uhr
auf dem Arkadenhof

Halstenbek

freitags 8:00 bis 12:30 Uhr
auf dem Rathausvorplatz, Gustavstraße

Schenefeld

donnerstags 8.00 bis 13.00 Uhr
auf dem Rathausvorplatz

Öko-Wochenmarkt
dienstags 14:00 bis 18:00 Uhr
im Stadtzentrum Schenefeld, Kiebitzweg 2

ANZEIGE

Leckere Suppen • täglich frisch • selbst gekocht • gesund & köstlich



SUPP *Kultur*

Freitags von 12 bis 14 Uhr beim Hagebaumarkt

TIPP: Das Suppenmobil kommt
auch zu Ihrer Veranstaltung

Danja Hanssen • Telefon 0171-200 85 95 • Info@suppkultur.de



Drei Jahre in den Diensten guten Hörens

Am 15. Oktober wurde Lindemann Hörakustik in Rellingen drei Jahre alt. Im dritten Jahr konnten die Hörakustik-Meister Meike und Marc Lindemann ihren Betrieb um einen zweiten Hörraum erweitern.

■ Mit Einzelhandelskauffrau Kareen Okrob haben sie auch eine engagierte Kraft gefunden, die sie bei allen Tätigkeiten des immer weiter zunehmenden Alltagsgeschäftes jenseits der fachspezifischen Fragen tatkräftig unterstützt. „Wir sind und bleiben aber ein kleines Familienunternehmen und wollen

auch in Zukunft eine echte Alternative für unsere Kunden bleiben“, stellt Meike Lindemann klar, die sich auf einem Gebiet spezialisiert hat, das anderen Akustikern wenig lukrativ erscheint, dem Tinnitus. „Ohrgeräusche können viele Ursachen haben und es ist keineswegs so, dass immer der Hörakustiker optimal helfen kann. Ich habe deshalb mit Kolleginnen aus anderen Disziplinen das Tinnitus-Netzwerk aufgebaut. Hier wird der Betroffene, egal wen von uns er anspricht, immer ganzheitlich betreut und kann auf Hilfe aus sechs medizinischen Fachrichtungen zugreifen.“

„Der Kunde stand bei uns von Anfang an im Mittelpunkt, nicht das Hörgerät“, erklärt Ihr Mann. „Unsere Kunden bestätigen uns jeden Tag, dass dieses Konzept genau das richtige ist. Lindemann Hörakustik berät unabhängig von Geräteherstellern oder Handelsorganisationen. Nur so können wir wirkliche Qualität und die beste individuelle Anpassung für den Kunden anbieten.“



Familiäre Atmosphäre: Zusammen mit Kareen Okrob (l.) betreuen Meike und Marc Lindemann ihre Kunden.

Das spürt man sofort, wenn man das Fachgeschäft mit seiner familiären und entspannten Atmosphäre betritt. Meike Lindemann erklärt, warum das genauso so ist. „Um eine wirklich bedarfsgerechte Auswahl der Hörsysteme zu treffen, ist es notwendig, so viel wie möglich über den Menschen selbst, sein Umfeld und seine Bedürfnisse zu erfahren. In einer entspannten Atmosphäre fällt es viel leichter, über solche sehr persönlichen Dinge zu sprechen.“ Gerade weil der Mensch im Mittelpunkt steht, setzt das junge Unternehmen die modernste Technik ein, um Hörgeräte perfekt an die individuelle Hörleistung jedes Kunden anzupassen. Als einziges Fachgeschäft in Schleswig-Holstein setzen die Rellinger dafür auf das innovative Natural Fitting, das sehr viel realistischer als herkömmliche Anpassverfahren die Defizite im Gehör aufspüren kann. Das funktioniert, wie es bei Lindemann Hörakustik selbstverständlich ist, unabhängig vom eingesetzten Hörgerät. „Wir können fast allen Kunden helfen,



Chefbehandlung: Bei Lindemanns wird jeder Kunde in entspannter Atmosphäre von einem der Inhaber betreut.

die mit ihrem Gerät zu uns kommen“, erklärt Marc Lindemann. Und der Kunde geht dabei keinerlei Risiko ein. „Wenn das Natural Fitting kein zufriedenstellendes Ergebnis liefert, wird die Anpassung des Hörgerätes wieder in den alten Zustand zurückversetzt und der Preis von 99,- € zurückerstattet.“

ANZEIGE





NATURAL FITTING

Einfach wieder natürlich hören.

DEN KLANG IHRER HÖRGERÄTE SPÜRBAR VERBESSERN.

„Natural Fitting“ – das innovative und neuartige Anpass-Verfahren, das dafür sorgt, Hörgeräte in Klang und Lautstärke möglichst realitätsgetreu auf jeden Menschen und sein individuelles Hörvermögen abzustimmen. Einfach wieder natürlich hören.

www.naturalfitting.de

Jetzt bei uns erleben!



LINDEMANN
HÖRAKUSTIK

Hauptstraße 77 • 25462 Rellingen
Telefon: 0 41 01 / 774 27 97
www.lindemann-hoerakustik.de

Die langsame Bohne

Die Kaffeerösterei Becking wurde zu einer Zeit gegründet, als viele deutsche auch heute noch bekannte Marken entstanden sind, wie z. B. Lufthansa 1926, Mercedes Benz 1926 und Grundig 1930.

■ Das kleine Unternehmen mit Sitz nahe der Hamburger Speicherstadt begann Kaffee zu rösten und auch direkt zu versenden. Nach dem 2. Weltkrieg und dem Wirtschaftsaufschwung stieg Becking in die Liga der ganz großen Unternehmen auf. In den 70er Jahren hat sich die Kaffeewelt grundlegend verändert. Während andere Firmen sich durch schnellere Röstverfahren auf die Massenproduktion eingestellt haben, hat sich Becking seit nun mehr als 90 Jahren ausschließlich auf Spezialitäten-Kaffees konzentriert und blieb deswegen stets bei seinem aufwendigen, traditionellen Trommelröstverfahren. Und das ist auch gut so, denn heutzutage ist dies genau der Trend, auf den die echten Kaffee-Fans seit einigen Jahren wieder setzen: hochwertige Rohkaffees, hochwertige Röstung und optimale Zubereitung. Das relativ langsame Trommelröstverfahren sorgt für die perfekte Entfaltung der Aromen und reduziert dabei Säuren und Bitterstoffe. Dies erfordert eine Röstung, die mindestens über 10 Minuten hinaus geht - bei Becking wird im Schnitt sogar 17-32 Minuten geröstet.



Im Gegensatz dazu röstet die Industrie heutzutage vielfach unter 4 Minuten. Diese Schnellröstung, die mit über 600°C arbeitet, reduziert die Säuren praktisch gar nicht, so dass sogenannte "Veredelungsverfahren" angewendet werden, die vor der Röstung zumindest teilweise Säuren reduzieren. Dies ist einfach nicht nötig, wenn man von vornherein hochwertige Rohkaffees nimmt und diese sorgfältig röstet. Damit reduziert man nicht nur

die Geschmackssäure, sondern auch die aggressiveren Gerbsäuren, die häufig für Sodbrennen und andere Unverträglichkeiten verantwortlich gemacht werden. Das Rösten ist ein wichtiger Part bei der Kaffeeherstellung, aber mindestens genauso wichtig sind auch die verwendeten Rohkaffee-Bohnen. Bei Becking kommen ausschließlich, und das ohne Kompromisse, nur Arabica-Kaffees der besten Qua-

lität zum Einsatz. Das bedeutet, dass nur Klasse-1-Kaffees verwendet werden, die gewissenhaft und aufwendig geerntet und verarbeitet werden. Außerdem achtet Becking auf faire Handelsbeziehungen und setzt daher auf kleine Produzenten und



Initiativen mit sinnvollen Förderprojekten, die der Anbauregion nutzen.

In der Industrie werden vielfach günstige Robusta-Kaffees der Klassen 3 bis 5 verwendet, die hochtechnisiert und chemisch aufwendig in großen Mengen produziert werden. Die Robusta-Bohne ist die zweit-meist kultivierte Art auf der Welt, sehr robust im Anbau, aber im Geschmack nicht der Arabica ebenbürtig. Wir setzen generell keinen Robusta ein.



**Beckings weihnachtlicher
Manufakturen-Markt am Samstag,
den 1. Dezember (12 – 18 Uhr) und am
Sonntag, den 2. Dezember (10 – 17 Uhr)
in unserem Rösterei-Kontor.**



Auch in diesem Jahr laden wir Sie wieder herzlich zu unserem Kaffeebasar 2018 ein. Für uns ist es in diesem Jahr etwas ganz Besonderes, denn wir feiern 90 Jahre Becking-Kaffee. Neben unseren Kaffee-, Espresso- und Tee-Verkostungen haben sich wieder einige interessante Manufakturen gefunden, die sich bei uns präsentieren. Unsere Küche kümmert sich um einen warmen Eintopf, einen Imbiss, frischen Kuchen und Gebäck. Treffen Sie innovative Spezialitäten-Produzenten, einen Imker, verschiedene Kunsthandwerker und Händler mit ihren Produkten. Nur vor Ort erhalten Sie 6 Päckchen Kaffee und bezahlen nur 5. Dann kann Weihnachten ja kommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Text: Lars Herden

Becking AG, Leverkusenstr. 31, 22761 Hamburg
Tel.: +49 40 851928-3, www.Becking-Kaffee.de



ANZEIGE

Buddha & Balance 2019

*Messe für Mensch,
Tier, Wohnraum*

■ Sie gehört zweifelsfrei zu den erfolgreichsten Messen des Nordens. Als Magnet für alle Gesundheitsinteressierte, startet die nächste „Buddha & Balance“ am 2. und 3. Februar, jeweils von 11 - 17 Uhr in der VHS Wedel, ABC-Straße 3. Hierfür hat sich die Organisatorin Barbara Teßmer so einiges an Neuheiten ausgedacht. Erstmals hat die Messe auch Tagesseminare zu den Themen Yoga, Rückenschule und Ernährung im Programm. Der Kinofilm von und mit Hans Hansen „Der mit dem die Erde spricht“ wird an beiden Messetagen gezeigt. Viele Aussteller haben sich als Dankeschön für die Besucher Rabattierungen oder kleine Geschenke ausgedacht. Liebe und Mitgefühl ist das diesjährige Motto. Beginnen wir unsere Intelligenz zu nutzen, um uns eine gesunde Lebensweise, die im Einklang mit der Natur steht anzueignen. Übrigens: Passend zum Motto gibt es am Samstag um 11:15 Uhr eine Meditation mit Barbara Teßmer. Was die Besucher bei Buddha & Balance 2 Tage lang erwartet: 52 Aussteller bieten vielfältiges wie Behandlungen, Vorträge, Aura-fotografie, Trommelbau, Mode, Kunst u.v.m., um zu inspirieren und neue Impulse zu geben. Der Eintritt kostet 3,00 Euro/Tag. 30% vom Erlös werden an das Frauenhaus Wedel gespendet.

Alle Informationen unter
www.buddha-and-balance.de

Buddha & GESUNDHEITSMESSE Balance FÜR MENSCH, TIER UND WOHNRAUM

**52 Aussteller | Eröffnungsaktion
Vorträge | Seminare | Behandlungen
Kunst | Shops | Mode**

02. und 03. Februar 2019
jeweils von 11:00 bis 17:00 Uhr
VHS Wedel, ABC-Str. 3, 22880 Wedel
Eintritt: 3,00 €/Tag (30% werden gespendet)
www.buddha-and-balance.de



Liebe &
Mitgefühl

Mehr Haar!

Auch im Friseursalon Overmann geht es die meiste Zeit des Tages darum, Haare und Gesicht in Form zu bringen und zu stylen. Thorsten Overmann war das nicht genug. Seit 20 Jahren ist der Rellinger Friseurmeister auch zugelassener Zweithaarspezialist.

„Haare leben! Haare sind für uns nicht nur eine Frisur, sondern ein Ausdruck des Lebensgefühls“, steht im Hausprospekt und auf der Website. Overmann möchte weiterhelfen, wenn es dabei nicht mehr um kosmetische Ansprüche, sondern um soziale Akzeptanz geht. „Unsere jüngste Kundin war ein 14-jähriges Mädchen, das nach einer Chemotherapie ihr Kopfhaar verloren hatte“.

Neben dem hier notwendigen Haarerersatz sind es insbesondere Haarteile, die das eigene Haar ergänzen sollen, die eine handwerkliche Herausforderung darstellen. Haarverdichtungen und -Verlängerungen oder Volumenhaarteile in jeder denkbaren Form stehen dafür zur Verfügung. Wenn zertifizierte Profis wie Overmann am Werk waren, wird man nicht sehen, dass das eigene Haar ergänzt wurde. In jedem Falle sollte auch der Arzt um Rat gefragt werden, wenn die Haare zu früh oder zu stark verloren gehen. Dieser stellt gegebenenfalls auch ein Rezept aus, um den Haarerersatz durch die Krankenkasse bezahlen zu lassen.



Aber woher kommt das Haar für all diese Haarerersatzprodukte? Hier kann jede(r?) mit unbehandeltem Haar ab 25 cm Länge helfen, anderen zu helfen, und zwar doppelt. Der Bundesverband der Zweithaarspezialisten (BVZ) sammelt wieder Haar für die Aktion „BVZ-Rapunzel“. Das Haar wird versteigert, der Erlös gespendet. Dieses Jahr an die Stiftung „Humor hilft helfen“, von Dr. Eckhardt von Hirschhausen.

Ehrensache, dass Thorsten Overmann dabei ist. „Keine Angst. Wir überreden niemanden, die Haare abzuschneiden. Aber wenn es ohnehin an der Zeit ist „alte Zöpfe abzuschneiden“, ist das doch ein guter Grund, sich jetzt einen Ruck zu geben.“

Foto: Overmann

ANZEIGE

MIT UNSICHTBAREM ZWEITHAAR ZUR WUNSCHFRISUR

Wir ziehen um:

Ab 10.12.2018 in der

Hauptstraße 78



OVERMANN

HAARE · BEAUTY · HAARERSATZ

Tangsteder Chaussee 6
25462 Rellingen
Telefon 04101-22465
Info@overmann-frisuren.de
www.overmann-frisuren.de



Der Pinneberger Waschbär:
Klein genug für jede Wohnstraße,
groß genug für jeden Auftrag

Die frische Tonne

Nicht nur die Biomülltonne stinkt manchmal zum Himmel, auch den anderen bunten Behältern mag man meist nicht zu nahekommen. Dein Waschbär kümmert sich um das Problem ...

■ Klaus Bernd Panzer hat schon vor zehn Jahren beschlossen, etwas zu unternehmen, statt weiter die Nase zu rümpfen. Die Idee, von Haus zu Haus zu fahren und Mülltonnen zu waschen, steht und fällt mit der mobilen Waschanlage dafür. Der gelernte Seegüterkontrolleur ist überzeugt, in Köln fündig geworden zu sein. „Der Hersteller betreibt selber elf dieser Fahrzeuge im täglichen Einsatz. Der weiß genau, was er tut.“ Auf dieser soliden Basis aufbauend hat Panzer seinen festen



Job an den Nagel gehängt und sich im Juli 2017 selbstständig gemacht. Im Februar 2018 hat er richtig losgelegt. Zu seinen Kunden zählen heute nicht nur Privathaushalte von Glinde und Barsbüttel über Hamburg und Norderstedt bis Elmshorn, Pinneberg und in die Elbmarsch. Auch die Abfallwirtschaft schätzt seinen Service und stellt schon mal 200 Tonnen hin, wenn der

Handarbeit: Erst die Bürste holt das letzte raus



„Saubere Arbeit“: Kunde Martin H. lobt Fahrer Werner Neubert



Immer gut drauf: Der Chef, Frau Matthias und Husky

Waschbär kommt. Nicht zuletzt trägt er auch nach großen Veranstaltungen wie in Wacken oder beim Werner-Rennen seinen Teil dazu bei, alles so zu hinterlassen, wie es vorgefunden wurde.

„Die Reinigung erfolgt in einem geschlossenen System, das Abwasser wird im Fahrzeug gesammelt und dann umweltgerecht entsorgt“, erklärt der Chef-Waschbär. „Etwa 12 Liter Wasser benötigen wir für eine normale Haushaltstonne, etwas mehr für die großen 1,1 cbm-Container. So schnell, umweltfreundlich und natürlich komfortabel kann man im Handbetrieb keine Tonnen reinigen.“

Das tägliche Geschäft sind die Tonnen, die an der Straße stehen, nachdem die Müllabfuhr durch ist. „Noch am selben Tag kommen wir, reinigen die Tonne in unserer vollautomatischen Waschanlage und arbeiten eventuell mit der Handbürste etwas nach. Nach zwei Minuten steht die Tonne kopfüber zum Abtrocknen auf der Straße und der Waschbär ist schon wieder auf dem Weg zum nächsten Kunden“, erklärt Fahrer Werner Neubert seinen Job, den er sich mit dem Chef teilt, damit der Waschbär länger als 40 Stunden in der Woche unterwegs sein kann.

Die erste Grundreinigung einer Tonne ist etwas aufwändiger und kostet 9,90 €. Danach hat man die freie Wahl, ob man jedes Mal waschen lässt, jeden Monat, nur im Sommer oder quartalsweise. Natürlich kann man das getrennt für braune, blaue, gelbe oder schwarze Tonnen machen, je nach Bedarf.

„Den meisten Kunden ist eine im Sommer geruchsfreie Biotonne am wichtigsten, andere sind so kon-

sequent, dass wir auch die Papiertonne nach jeder Leerung reinigen“, erzählt Frau Matthias, die das Büro managt und sich um die Huskys kümmert. Über dieses gemeinsame Hobby hat die Veranstaltungskauffrau auch die Kontakte für ihren neuen Job geknüpft. „Wir handhaben das hier sehr unbürokratisch und kundenfreundlich. Die Abholtermine der Entsorger kennen wir, können so unsere Routen planen, ohne dass sich die Kunden darum kümmern müssen. Außerdem kann jeder Kunde jederzeit seinen Auftrag ändern oder stornieren, Anruf genügt.“

Beim Ortstermin kann sich der Redakteur von der leisen, sauberen und höchst effektiven Arbeit des Waschbären überzeugen. Kunde Martin H. ist wieder einmal begeistert. „Seit eineinhalb Jahren machen Herr Panzer und sein Team hier einen sauberen Job. Unsere Biotonne sieht alle zwei Wochen aus wie neu.“ Stimmt. Und auch die Redaktionstonne, ein zehn Jahre lang ignoriertes Härtefall, strahlt nach zwei Waschgängen wieder fast wie neu. Kein Wunder, dass der erste Waschbär schon jetzt an seine Kapazitätsgrenzen stößt und das zweite Fahrzeug in Planung ist. Noch sind ein paar Termine frei. Sie sollten das einfach mal ausprobieren ...

Dein Waschbär

Adlerstraße 77a, 25462 Rellingen

www.dein-waschbaer.de

Tel.: 04101/853 74 29, Mobil: 0176 573 264 27

Mail: info@dein-waschbaer.de

Winterblues oder hyggelige Jahreszeit?

■ Nach einem nicht enden wollenden Sommer und einem goldenen Herbst folgt unaufhaltsam der Winter. Morgens ist es noch dunkel und der Feierabend findet drinnen statt, meist auch im Dunkeln. Es ist kalt, der Wind pfeift einem ins Gesicht und der Regen oder auch Schnee kommt von allen Seiten, die Nase läuft und man fühlt sich unwohl.

Da kann es vorkommen, dass die Stimmung getrübt ist und man lustlos, müde und leistungsschwächer wird. Man ist leichter gereizt, hat keinen Antrieb und möchte am liebsten auf der Couch vor sich hindämmern oder gleich im Bett liegen bleiben.

Meistens geht die Niedergeschlagenheit nach einigen Tagen vorüber und man freut sich auf den Weihnachtsmarkt, Tee, Glühwein, Winterspaziergänge, Schlittschuhlaufen und vieles mehr. Aber manchmal schafft man es aus dem Tief nicht allein hinaus, denn man weiß gar nicht so genau, was einem guttut und worauf man Lust hat.

Dann benötigt man Hilfe, um seine Kraft und seine Ressourcen wieder zu erlangen. Laden Sie sich Freunde zu einem geselligen Abend ein oder verbringen Sie wertvolle Zeit mit der Familie. Schaffen Sie sich eine heimelige Atmosphäre durch Kerzen-



Foto: Adobe Stock

schein, schöne Musik und einem heißen Getränk. Versuchen Sie so viel Tageslicht zu erwischen, wie es geht und trotz des Winters einige Zeit draußen zu verbringen.

Wenn der Winterblues zu stark ist und Ihnen die Kraft fehlt, soziale Kontakte zu pflegen oder aktiv zu werden, finden Sie in einer psychologischen Praxis immer jemanden, der ein offenes Ohr für Sie hat und gemeinsam mit Ihnen auf Entdeckungsreise geht, um herauszufinden, was Ihnen Freude bereitet, damit aus den dunklen Tagen die gemütliche Jahreszeit wird.

Text: Silke Gundlach, Psychologische Praxis Ellerbek

ANZEIGE

Silke Gundlach

PSYCHOLOGISCHE BERATUNG & KURSANGEBOTE

Breslauer Straße 17a in 25474 Ellerbek
Tel. 04101 56 80 470 · Mobil: 0176 640 08 436

kontakt@psychologische-praxis-silke-gundlach.de
www.psychologische-praxis-silke-gundlach.de

KURSE:

- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Lauftraining

BERATUNG:

- Burnout
- Hochsensibilität
- Trauerbegleitung

Neu im Bücherregal



Secret Places 100 unbekannte Traumreiseziele weltweit

Jochen Müssig: Es gibt sie noch, echte Geheimtipps. Dieser Bildband lädt Sie ein, die Welt neu zu entdecken. Erleben Sie wundervolle Hidden Places und genießen Sie einen Urlaub fernab von Touristenströmen. Zahlreiche Geheimtipps zu abgelegenen Wander- routen, verborgenen Traumstränden und Naturwundern machen Ihre Reisen einzigartig. Von Wandern in den Simien-Bergen in Äthiopien, Entspannen auf der paradisischen Insel Palau bis zur Besichtigung der Felsenkirchen von Lalibela - ein überraschender Ideengeber für die nächste Traumreise.

ISBN: 978-3-7343-1272-4

€ 39,99

Eine kulinarische Entdeckungsreise Schleswig-Holstein

Katrin Hainke, Christoph Mannhardt: Frisch, regional und saisonal – die Schleswig-Holsteiner Gastronomen sind sich einig: Für ihre schmackhaften Gerichte, die sie mal traditionell, mal sehr kreativ zubereiten, haben sie die besten Lieferanten direkt vor der Tür. Das nördlichste Bundesland zwischen den Meeren hat nicht nur Fisch zu bieten, sondern hochwertiges Fleisch, allerlei Gemüse und Milchprodukte. Auch wenn man durchaus mal über den Tellerrand schaut, sind es meist die hiesigen Erzeuger, bei denen man auf Qualität und Frische vertraut. Und ganz gleich, ob an der Nord- oder Ostsee, in den Städten, auf den Inseln oder in idyllischer Natur an einem der vielen Seen und Flüsse oder am Nord-Ostsee-Kanal, Schleswig-Holstein ist eine kulinarische Reise wert.

ISBN: 978-3-7891-4184-3

€ 25,00



Weihnachten mit Astrid Lindgren

Pfefferkuchen, Duft nach Zimt und tanzen um den Tannenbaum! Das große Weihnachts-Hausbuch mit den schönsten Geschichten von Astrid Lindgren. Pippi Langstrumpf hat so ein großes Herz, dass sie zu Weihnachten alle anderen Kinder beschenkt. Madita muss mit Schnupfen das Bett hüten, während ihre kleine Schwester Lisabet sich im verschneiten Wald verirrt. Die Kinder von Bullerbü toben durch den Schnee und tanzen um den Baum, Michel aus Lönneberga feiert und der Wichtel Tomte Tummetott bewacht das Haus, wenn alle schlafen. Astrid Lindgrens Weihnachtsgeschichten verschönern Kindern seit Jahrzehnten die Wartezeit aufs Fest und sind hier in einem hochwertigen Sammelband zusammengestellt. Mit vielen farbigem Bildern und Goldfolie auf dem Cover.

ISBN: 978-3-7891-4184-3

€ 25,00



ANZEIGE


LESESTOFF
MEINE BUCHHANDLUNG
Bücher Spiele Tickets

Max Wiedebusch KG
Hauptstraße 74 • 25462 Rellingen
Telefon: 04101-780 96 00
mail@lesestoffundmehr.de
www.lesestoffundmehr.de



Jan Börm
Ihr Buchhändler

**Bücher
Spiele
Kalender
Grußkarten
eBooks
Schulbücher
Vorverkaufsstelle für**

- Schleswig-Holstein Musik Festival
- Theaterverein Rellingen
- Veranstaltungen der Rellinger Kirche
- Reservix

und vieles mehr ...

Eine gastronomische

Es gibt sie noch, die guten alten Gasthöfe, in denen einfach gutes Essen auf den Tisch kommt. Auch in Sellhorns Gasthof in Tangstedt, den Martina David in siebter Generation noch immer als Familienbetrieb führt, wird diese Tradition aufrechterhalten.

■ Manchmal muss man zurückkehren, um etwas Neues zu erleben. Nur 2 Hausnummern von der ersten eigenen Wohnung entfernt, betritt der Redakteur zum ersten Mal seit über 20 Jahren Tangstedts Traditionslokal.

Zum Glück hat sich seitdem einiges getan. Die Gaststätte glänzt in neuem Outfit, der Schriftzug an der Fassade ist neu. Und zum Glück hat sich trotzdem nichts verändert. Das ist hier der gute alte Dorfgasthof geblieben. „Das darfst Du ruhig genau so schreiben“, betont Martina. Man ist hier schnell beim „Du“, weil „Sie“ einfach nicht zu diesem Ort passt.

Die Bilder über dem Tresen zeigen den Gasthof im Laufe vieler Jahre. Wie ein Fels in der Brandung trotz der schlichte Zweckbau dem Wandel der Zeiten. Tangstedt war nie der Nabel der Welt und hier wird nichts, was sich bewährt hat, von irgendwelchen Modeerscheinungen hinweggefegt. Sellhorns Gasthof hat, heute wie damals, viele Gesichter. „Die Gaststätte“, ein rustikaler Gastraum rund um den Tresen, in dem sich das Dorf abends trifft. „Das Restaurant“, eine gediegene Gaststube, in die man Gäste einlädt und den Saal, dessen Parkett genau richtig ist für jede Feier. „Da kriegen wir 100 oder auch 30 Personen unter, mit entsprechender Tischanordnung schrumpfen wir den schon zurecht“, garantiert die Chefin eine gemütliche Atmosphäre für jede Gesellschaft.

Und dann ist da noch die Kegelbahn. Bei heute 25 aktiven Vereinen, statt der früheren 45, findet sich



Lecker: Bei diesem Schild gibt es traditionelle norddeutsche Küche.

hier fast immer eine Terminlücke für „Feiern mit Bewegung“. Der Gastraum vor der Bahn eignet sich für 30 Personen, das gibt ganz neue Perspektiven, wie man bei der Familienfeier die Kinder beschäftigt, die hier jederzeit auf die Bahn dürfen. Vom Feierabendbier über das Festessen im kleinen Kreis bis hin zur großen Feier kann Sellhorns Gasthof einfach alles und in den 14 Zimmern übernachten, wer sich lieber nicht mehr hinter Steuer klemmen möchte. Dieses Konzept ist uralte und doch topmodern. Und mit kostenlosem WLAN auf den Zimmern sowie der üblichen Präsentationstechnik für die Säle, damit die Räum-

lichkeiten auch fürs Business genutzt werden können. Auf dem Dorf ist man ja nicht hinterm Mond. Früher gab es in jedem Dorf so einen Gasthof. „Und wenn jeder Bewohner nur 10,- € im Monat dort lassen würde, würde es die auch alle noch geben“, ist die Tangstedter Wirtin überzeugt. Wo diese Zentren des ländlichen Lebens noch nicht geschlossen sind, werden sie heute meist mit einer eher einfachen Küche exotischer Herkunft geprägt. Bifteki oder Süß-Sauer im Dorfgasthof? Nicht in Tangstedt! Hier gibt es regionale und saisonale Küche, stets frisch zubereitet. Wenn die Jahreszeit gekommen ist, freuen sich alle schon auf Grünkohl oder Mehlbündel. Dienstag, Freitag und Sonntag wird auch ein Mittagstisch mit Hausmannskost serviert. Und auf Vorbestellung freut sich das Küchenteam auch auf Essenswünsche, die nicht auf der Karte stehen.

Zeitreise

Sie wollen sich mal wieder wie früher „bei Muttern“ verwöhnen lassen, dem ganzen modernen Heckmeck der urbanen Eventgastronomie entfliehen, als Gast herzlich willkommen sein? Kurz hinter Rellingen freuen sich Martina David und ihr Team schon darauf, sie in die gute alte Zeit zu verführen, als das Gute noch so nah lag und die scheinbar einfachen Dinge geschätzt wurden.

Der Redakteur fragt sich, warum er in 10 Jahren Tangstedt nur zweimal hier war. Wohl deshalb, weil er damals noch nicht reif war für Traditionen im Allgemeinen und für dieses lebendige Stück Holsteiner Geschichte im Speziellen. Sellhorns Gasthof ist gleichzeitig ein authentischer Dorfgasthof mit Tradition und ein moderner gastronomischer Betrieb, qualitätsbewusst und auf der Höhe der Zeit. Vier Sterne in der User-Bewertung bei TripAdvisor, dem führenden Online-Portal für Hotels und Gastronomie, sprechen für sich:

So geht Landlust heute!



Ganz in weiß: Hotelzimmer und Frühstücksraum



Das Herzstück:
Die gute (Gast)Stube





Kohlweißfling
an Minzeblüte

Gartengestaltung für unsere Insekten

Unseren Garten können wir mit geringem Aufwand für viele Lebewesen bedeutsam aufwerten. Je nach Standort- und Bodenverhältnissen bildet sich ein großer Bestand an Kleintieren, unter ihnen viele Insekten, die Nahrungsgrundlage für alle gefiederten Sänger während der Brutsaison.

■ Die Terrasse lässt sich randständig mit größeren Töpfen oder selbst gefertigte Kästen von mindestens 40 cm Tiefe für den Sommer attraktiv gestalten, wenn in ihnen Küchenkräuter wie Schnittlauch, Dill, Petersilie, Salbei, Rosmarin, Thymian, Minze-Arten ihr Blütenreichtum entfalten. In wenigen Fliesenritzen können einige Königskerzen und Nachtkerzen emporschießen. Dazu passt an der Hauswand die Stockrose, auch eine stark wüchsige, öfter blühende Strauchrose mit ungefüllten Blüten und somit in voller Funktion.

Die zusammenhängende Grasfläche bleibt zentrale, erholsame Spiel- und Liegewiese. Ihre Frühlingsblüher wie Schneeglöckchen, Krokus, Narzisse, Botanische Tulpe, Schachbrettblume u.a. lassen ihre Blätter bis Juni abtrocknen, wenn sie ihre im Boden befindlichen Speicherorgane für das nächste Jahr wieder aufgefüllt haben. Bis dahin blüht zwischen den Gräsern vielerlei an Gänseblümchen, Feld-, Weiß- und Hornklee, Hornkraut, Gundermann, Günsel, Pfennigkraut u.v.a.m.! Irgendwann im ersten Sommermonat muss die (Sensen-!) Mahd erfolgen.

Ein Tümpel nahebei sorgt für Beschaulichkeit. Selbst Quadratmeter groß bietet er kleinen Lebensraum für die Wasserwelt. Flach sollte er angelegt sein, mit fallender Tendenz zur Mitte, hier möglichst metertief, damit Amphibien in sehr strengen Wintern frostfrei überleben können. Das Beste ist eine Auskleidung mit Wasser undurchlässigen Lehm-Ton-Bausteinen. Kalkarmes Regenwasser lässt sich



vom Hausdach her einspeisen. Krebsschere, Strauß-Gilbweiderich, Sumpfbloodauge, Hechtkraut, Mummel, Schwertlilie, Wasserlinse, Wasserschlauch, Tausendblatt und anderen randständige Arten wie Mädesüß und

Zottiges Weidenröschen bieten u.a. schlüpfenden Libellen und vielen Mottenarten neuen Lebensraum. Im Flachbereich gewähren eingesetzte Steine Sitzwarten für Vögel. Ein alter Baumstamm am Ufer bietet jahrelang eine Nahrungsgrundlage für ein Millionenheer von Mikroben.

Der Komposthaufen sei hinter weniger einsehbarer Gartenecke im Schattenbereich das stille Örtchen, in dem sich viele Arten von Insekt bis Wurm von Bio-Resten ernähren können. Lässt man in den Randbereichen den Boden ruhen, wachsen sehr wichtige Wirtspflanzen für eine Fülle von Insekten, hauptsächlich Brennnesseln, auch andere Nesseln sowie Braunwurz, Fingerhut oder überraschend sogar eine Orchidee (Ständelwurz) aus überaltert ruhendem Samen im Gartenboden hervor.

Strauchobst bietet sich daneben an oder eine lichte Gruppe aus Bäumen wie Vogelbeere, in die man auch Rank-Gewächse wie Glyzinien oder Rosen, sogar Efeu viele Meter hoch hineinwuchern lassen kann. Gute Erfahrungen lassen sich durch jahrelanges Experimentieren mit der Verträglichkeit der Arten untereinander sammeln!

Stein-Geröllhaufen aus Natursteinen können an möglichst sonnigem Standort beliebig hoch geschichtet sein. Steingartenpflanzen lassen sich als Ballenware hineinplatzieren. Es entwickelt sich



Hochbeet mit essbaren Blüten
Borretsch, Kornblumen, Ringelblume



C-Falter auf
Herbstaster



Pollenträchtige
Erdhummel

ein besonderes Kleinklima für Kröten, Eidechsen, Ameisen, Erdhummeln. Die Hauswand lässt sich für ein Spalier von Obstbäumen, für einfach blühende Strauch- oder Schlingrosen anbauen oder ein Klettergerüst für viele Rank-Pflanzen. Wärme liebende Schmetterlingssträucher (Buddleja) ziehen sehr viele Falter ab Juli an.

Nisthilfen sollten erst zuletzt in Betracht kommen, wenn der Tisch für Meisen, Finken, Star und Fledermause reichlich gedeckt ist. Viele andere gefiederte

Sänger bauen sich ihr Nest komplett selbst, wenn sie ihre entsprechende Ortswahl getroffen haben. Ein richtig angelegter, reich strukturierter Garten wächst über die Jahre paradiesisch schön heran, wenn der richtige Ordnungsschnitt gelingt! Packen wir es an!

Text und Bilder: Uwe Langrock, NABU Pinneberg

Viele weitere Informationen finden Sie unter
www.nabu-pinneberg.de

ANZEIGE

Seit mehr als 20 Jahren ist die Hans Conzen Kosmetik GmbH attraktiver Arbeitgeber und Ausbildungsbetrieb für die Region Pinneberg.

GLYNT[®]
SWISS FORMULA

Hans Conzen Kosmetik GmbH
www.glynt.com



Cremiger Vanillepudding



Frau Appel
empfeht:

Mit diesem schnellen Rezept
wird aus einem einfachen
Vanillepudding der krönende Abschluss
Ihres Weihnachts-Menüs!

ZUTATEN

- 5 Eigelbe (Eiweiß anderweitig verwenden)
- 80 g Zucker
- 40 g Mehl (Weizen)
- 0,5 l Milch
- 1 Vanilleschote
- 300 g Erdbeeren (TK), aufgetaut
- 30 g Puderzucker
- zur Dekoration: Kokosraspel, Schokoröllchen, Minze- oder Melissenblätter

mit fruchtigem
Erdbeer-Püree

ZUBEREITUNG

- 1** Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Milch, Vanillemark und -schote in einen Topf 10 Minuten leicht köcheln lassen.
- 2** Eigelbe, Zucker und Mehl in einem zweiten Topf bei leichter Wärme schaumig rühren. Achtung, nicht zu heiß werden lassen!
- 3** Vanilleschote aus der Milch nehmen und die Milch unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen zur Eimasse geben. Einmal kurz aufkochen lassen.
- 4** Den heißen Pudding in beliebige kleine Dessert-Gläschen oder Schalen füllen und abkühlen lassen.



- 5** In der Zwischenzeit die Erdbeeren mit dem Puderzucker pürieren. Puderzucker dabei nach gewünschter Süße dosieren. Kokosraspel in einer trockenen Pfanne leicht anrösten.
- 6** Erdbeer-Püree auf den abgekühlten Pudding geben und nach Geschmack mit Kokosraspeln, Schokoröllchen und Minze- oder Melissenblättern dekorieren

Süße Weihnachten!

FOTO: FOTAGENTUR HERZBERG

ANZEIGE

Die Zutaten zum Rezept finden Sie bei uns!



Keine Zeit zum Einkaufen? Wir liefern auch.

Bestellen Sie doch einfach und bequem telefonisch oder online unter www.edekanord-shop.de und wir liefern zum Wunschtermin. Kostenlose Service-Hotline: **0800 1301305** (Mo. – Sa. 08:00 – 20:00 Uhr)

Wir ♥ Lebensmittel.

EDEKA APPEL
Waldhof 3 • 25474 Ellerbek

EDEKA APPEL
Krupunder Heide 2a • 25462 Rellingen



Dusche statt Wanne - Barrierearmes Bad in einem Tag

**Geselle
gesucht!**
04101-67207



Die Pflegekasse bezahlt!

Bis zu 4.000,- € Zuschuss bei Pflegegrad 1-5 decken die gesamten Kosten für die Basisausführung ab. Wir beraten Sie dazu und helfen bei der Beantragung.

nachher



Sie erreichen uns unter:
04101-67207
oder per Mail:
kontakt@rybin-sanitaertechnik.de



Rybin Sanitär-Heizung-Klempner GmbH · Ehmschen 33 in 25462 Rellingen · www.klempner-pinneberg.de



TIMM

Malereibetrieb GmbH
Beratung · Service · Qualität

*Wir freuen uns auf Sie
und wünschen Ihnen ein
farbenfrohes Jahr!*



TIMM Malereibetrieb GmbH · Bitzkamp 47 · 25462 Rellingen

Büro: +49(0)4101-80 56 8-0

Oliver Timm: +49(0)160-78 08 924 · Jürgen Timm: +49 (0)171-67 11 733
info@maler-timm.com · www.maler-timm.com



ZAHNARZTPRAXIS
A. MOUNESI



- ÄSTHETISCHE ZAHNHEILKUNDE
- FÜLLUNGSTHERAPIE
- HOCHWERTIGER ZAHNERSATZ
- WURZELKANAL- UND
- ZAHNFLEISCHBEHANDLUNGEN
- KINDER & ERWACHSENEN
PROPHYLAXE
- BEHANDLUNG VON
ANGSTPATIENTEN & KINDERN

*Wir behandeln nach modernsten Methoden
in entspannter Atmosphäre.*

Zahnarztpraxis A. Mounesi
Tangstedter Chaussee 4 | 25462 Rellingen
Telefon 04101 – 831 41 49 | www.zahnarztpraxis-mounesi.de