

# Schenefelder Kurier

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 10 · Winter 2019/20

GRATIS  
für Sie!



Für den Haushalt:  
**Die  
Tagesretterin**

Für den Urlaub:  
**Neue  
Reiseführer**

Für den Advent:  
**Marzipan-  
Pistazien-Kekse**

Titelbild: Fotoagentur HERZBERG

**TERMINE: Dezember – Januar – Februar – März**

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



# TRITSCHOKS

Orthopädie-Schuhtechnik & Schuhhaus



modisch + bequem



LEGERO®  
Der Leichtschuh

WALDLÄUFER  
THERAPIE | TRAINING | FREIZEIT

FIDELIO  
Schuhhaus

berkemann

Finn  
Comfort  
Made in Germany

Ganter

Gabor

MEPHISTO  
DIE LAUFSENSATION

HASSIA  
Schuhhaus

25,-  
€  
Warenwert

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

und wir belohnen Ihre Treue!



**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...**

Eigene Parkplätze hinter dem Haus!

Mehr Info's auf [www.tritschoks.de](http://www.tritschoks.de)

## Gelbe und rote Helden

Zum Jahresende tritt wieder die erste Liga der Paketzusteller zum großen Finale an. Die Helden im roten Umhang treten geschlossen wie ein Mann auf und liefern zuverlässig ab, zur Not nachts durch den Schornstein. Beim gelben Gegner nehmen sich das viele zum Vorbild und suchen immer wieder kreative Lösungen, um möglichst jedes Paket ins Ziel zu bringen. Der Trainer missbilligt solche Zeitverschwendung, mutet lieber dem abwesenden Zuschauer die Höchststrafe zu: Abholung bei der Post. 1:0 für die Jungs mit dem Rentierschlitten.

Die Zuschauer versuchen mit einem hinterlegten Ablageort zu unterstützen. Aber manche zu eilige Fahrer nehmen das gar nicht mehr wahr, rennen nur noch mit gelben Abholkarten für nie erfolgte Zustellversuche über den Platz. 2:0. Vor den zur Hälfte geschlossenen Post-Schaltern spielen sich jetzt jeden Sonnabend tumultartige Szenen ab. 3:0. Der Trainer stellt daraufhin überall gelbe Blechkastenwände auf, damit das Publikum selbst das Spiel macht. 4:0.

Das sieht sich das Management nicht mehr mit an, sitzt längst in der VIP-Lounge, um den Großkunden noch niedrigere Preise anzubieten. Die vielen Zusteller, die weiterhin voll bepackt einsam über den Platz sprinten, um den Job in Würde zu erledigen, werden zu den wahren Helden des Spiels.

Wenn sie ihren Paketboten in dieser Saison leibhaftig zu Gesicht bekommen, schenken Sie ihm bitte wenigstens ein motivierendes Lächeln, er kann doch nichts dafür! Egal welcher Zustelldienst ihn geschickt hat.

Die Redaktion wünscht viel Spaß beim Auspacken.

Ihr

Volker Meliß

## Inhalt dieser Ausgabe

- 4 Ein Forum für die Kunst:**  
Veranstaltungen am  
Gymnasium Schenefeld
- 6 Weihnachtspost:** Eine platt-  
deutsche Weihnachtsgeschichte
- 7 Digitale Demenz:** Gefahren im  
Zeitalter von Social Media
- 8 Arme für Mama:**  
Spenden sammeln auf  
dem Weg nach Australien
- 9 Gesalzenes Jubiläum:**  
5 Jahre Salzhuus in Rellingen
- 9 7 Schritte musst Du geh'n:**  
Fondskauf selber machen
- 10 Bloß kein Fracking!** Die Volks-  
'initiative Wasser informiert
- 12 Termine:** Was ist im Winter  
los in der Region?
- 20 Teamwork:** Mit vereinten  
Kräften gegen den Tinnitus
- 22 Die Tagesretterin:**  
Mehr als die Vermittlung  
einer Haushaltshilfe
- 23 Das diffuse Risiko:**  
Wie vorbeugen gegen  
Berufsunfähigkeit
- 24 Lieblingsplätze:**  
Reiseführer neu interpretiert
- 25 Buddah & Balance:**  
Messe für Mensch,  
Tier und Wohnraum
- 26 Der Gast als Freund:**  
4 Jahre Trattoria da Matteo
- 28 Großes Grün:**  
Der Baum im eigenen Garten
- 30 Perfekt zum Adventskaffee:**  
Marzipan-Pistazien-Kekse

## Impressum

### Verlag:

VM-Media Volker Meliß

An der Eiche 51

25421 Pinneberg

Tel: 04101 - 50 58 99

mail@pinnauboten.de

[www.pinnauboten.de](http://www.pinnauboten.de)

### Redaktion

### und Anzeigenvertrieb:

Volker Meliß

vm@pinnauboten.de

### Fotoredaktion:

Fotoagentur HERZBERG

### Gestaltung:

Manuela Heins

mh@pinnauboten.de

### Druck:

WIRmachenDRUCK

GmbH,

71522 Backnang

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

**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.

## Räuber Hotzenplotz!

Als Weihnachtsmärchen präsentiert das Theater Schenefeld in diesem Jahr den Kinderbuchklassiker „Der Räuber Hotzenplotz“ von Otfried Preußler im FORUM Schenefeld.

■ Der Räuber Hotzenplotz ist ein ganz schöner Schurke, er hat Großmutter's Kaffeemühle gestohlen. Wachtmeister Dimpfmoser ist erzürnt: Recht und Ordnung müssen wieder her, der Räuber Hotzenplotz muss geschnappt werden. Da haben Kasperl und Seppel eine Idee, wie sie den Räuber Hotzenplotz in eine Falle locken können, geraten dabei aber selbst in Gefahr. So mirmichts-dirnichts lassen sich Räuber eben nicht fangen...

Wie immer erwarten die kleinen und großen Zuschauer ein schönes Bühnenbild, tolle Kostüme und ein spielfreudiges Ensemble. Regie: Birte Giesel. Mit Hendrik Knopper, Renate Brühl-Schaidt, Victor Krohmer, Stefan Lohmeier, Andrea Krohmer, Torsten Krohmer, Annelie Giesel

**FORUM Schenefeld** (Schulzentrum),  
Achter de Weiden 30, **Eintritt 7,- €**



**Sa. 07.12.19** um 14:00 Uhr + 17:00 Uhr

**So. 08.12.19** um 14:00 Uhr + 17:00 Uhr

**Fr. 13.12.19** um 19.30 Uhr (Märchen am Abend  
bei Punsch und Weihnachtsgebäck)

**Sa. 14.12.19** um 14:00 Uhr + 17:00 Uhr

**So. 15.12.19** um 14:00 Uhr + 17:00 Uhr

**Kartenreservierung** unter 04101 - 606 141 oder auf  
[www.theater-schenefeld.de](http://www.theater-schenefeld.de) und bei den **Vorverkaufsstellen:** Infostand im Stadtzentrum Schenefeld und  
Buchhandlung Cremer, Hauptstraße 51 in Halstenbek.

## Viel JUKS im Forum Schenefeld

Das JUKS Schenefeld bespielt auch in der aktuellen Spielzeit das FORUM Schenefeld mit einem bunten Mix aus Kabarett, Konzert und Schauspiel.

**Vorverkaufsstelle** ist ab diesem Jahr ausschließlich:

Timmse & die Hörspiele, Postfiliale, Hauptstr. 11, Schenefeld

**Öffnungszeiten:** Mo. – Fr.: 09:00 – 13:00 Uhr & 14:00 – 18:00 Uhr

Sa.: 09:00 – 12:30 Uhr

### 16.1.2020 um 20.00 Uhr KABARETT MIT NILS LOENICKER „BAUER HADER'S NEUJAHRSEMPFANG“

■ Was war in 2019 und was wird in 2020 ??? Der Bauer gibt Antwort, denn er hat immer eine auf Tasche - Hader - ein Landmann packt aus. Lang waren Ackerfurchen und Gräben nicht so tief wie in diesen Zeiten. Europa ist zerstritten und die Welt ist verrückt. Die Erde dreht sich - und Donald Trump

verdreht sie. Alles nur Fake-News? Einführzölle, hier ja - dort nein. Das begreift bei uns kein Schwein. Aber: Bauer Hader klärt auf. Kabarett vom Feinsten. Brandaktuell und direkt vom Erzeuger. Immer frisch. Der Power-Bauer gibt Butter bei die Kühe und es hadert bis die Schwarte kracht.



**30.1.2020 um 20.00 Uhr**

## „BELLA FIGURA“

KOMÖDIE VON YASMINA REZA

■ EURO-STUDIO LANDGRAF präsentiert Heio von Stetten, Doris Kunstmann, Nina Damaschke, Boris Valentin Jacoby.

Eigentlich will der – wie sich später herausstellt – nicht nur von Liebes-, sondern auch von Firmen-Insolvenz bedrohte Mittvierziger Boris nur mit seiner ohnehin von ihm genervten Geliebten Andrea vor dem geplanten Schäferstündchen Essen gehen. Dummerweise erzählt er ihr aber, dass seine Ehefrau ihm das angesteuerte Restaurant empfohlen habe. Ein Fauxpas, den der langjährige Fremdgeher auszubügeln versucht. Doch heute Abend hat er Pech. Beim Verlassen des Parkplatzes fährt er die zukünftige Schwiegermutter von Françoise an, der besten Freundin seiner Frau. Der alten Dame, deren Geburtstag heute gefeiert werden soll, ist zwar nichts passiert, doch plötzlich stehen Andrea und Boris vor Françoise, ihrem Freund Eric und dessen Mutter Yvonne und fühlen sich genötigt bella figura zu machen. Es kommt, wie es kommen muss: Der Rest des Abends ist das reinste Fegefeuer der Peinlichkeiten und Fettnäpfchen.



Bild: Ireneana Lu Rocca



**12.3.2020 um 20.00 Uhr**

## „DIE SCHÖNEN & DAS BIEST“

LaLeLu – A CAPPELLA COMEDY

■ Kann man eine Liebeserklärung auch grunzen? Gibt es Liebe im Zeitalter von Tinder und #metoo? Was macht Papageno am Ballermann? Was ist Acht-samkeits-doom-metal? Diese und andere Fragen beraten und besingen LaLeLu gemeinsam mit Ed Sheeran, Pharrell Williams, Bruno Mars, Dean Martin, Elvis Presley, Wolfgang Amadeus Mozart, Jogi Löw und Shakira, aber auch mit Fachleuten der Liebe wie Roland Kaiser, Angela Merkel und Serge Gainsbourg..

Getreu ihrem Motto „a cappella ohne Tabus“ gehen der schöne Tobias, der erotische Frank, der charmante Jan und die Hammerfrau Sanna aufs Ganze und zeigen dabei mit flammender Leidenschaft vor allem eines: die tiefe Liebe zum Lachen und die schrankenlose Liebe zur Musik.

# Wiehnachtspost mit de Röö(t)sch

„Vadder, kiek doch mal, dat sneet noch ümmer!“  
Hannes seet in de Wahnstuuw un keek dör  
de veriesten Fensterschieven. Dat Füer in 'n  
Kachelaven buller macklich. De Jung freu sik, dat  
sien Öllern nu ok Fieravend harrn. De Poststuuw  
weer afslaten, de Köh weren melkt, dat Peerd un de  
Swien harrn ehr Foder kregen.

Endlich de Fööt hoch leggen un en beten  
verpusten. Vadder un Moder harrn nich so veel  
Spaaf an den Snee. Den tokamen Dag, dat weer  
Hilligavend, gung dat wedder fröh rut ut de Puuch.  
Üm Klock halv söss keem dat Postauto. Vörher  
müss Vadder Snee schüffeln un den Weg an 't  
Huus friemaken. Een Dag vör Wiehnachten keem  
noch mal en Hupen Post: Gröten to 't Christfest un  
bannig veel Paketen. Egens schullen de Lüüd de  
Paketen ja sülvn bi de Poststeed afhafen. Hannes  
sien Vadder kunn se nich all mit dat Fohrrad  
rümbringen. Mit all de Breven un Wiehnachts-  
koorten harr he all noog to doon.

Bi 't Fröhstück keem Hannes en Idee: „Vadder,  
wat meenst du, dor liggt so veel Snee. Wüllt wi nich  
hüüt de Wiehnachtspost un all de Paketen mit de  
Röösch rümbringen?“ Vadder keek verbaast. Moder  
smuuster un meen: „Ja, dat is en plietsche Idee!“  
„Na, denn man los. Treck di warm an, vergeet de  
Pudelmütz un de Handschen nich!“; see de Vadder.

De Röösch stunn ganz achtern in 'e Schüün.  
Hannes feeg dat Stroh un den Stoff mit den  
Bessen af un legg twee dicke Küssen op den Buck.  
Vadder harr dat Peerd all anschirrt. Nu kunnen se  
anspannen un Paketen un Post opladen. Moder  
keem un bröch noch en grote Thermoskann mit  
hitten Tee för de Mannslüüd. Dat harr ophöört to  
sneen. De Wintersünn lach vun 'n Heven un blenker

in 'n Snee. Nu kunn dat losgahn. „Tschüss, Moder!  
In veer, fief Stünnen sünd wi wedder hier.“

De witte Snee gnaaster ünner de Kufen vun de  
Röösch. Baven op de Seel seten dree lütte Klocken.  
De pingelden bi elkeen Schritt vun den brunen  
Wallach. He harr de Ohren opstellt un puust den  
Atendamp dörch de Nüstern. Jüst so as Hannes  
un sien Vadder harr dat Deert veel Freud an disse  
Wiehnachtsposttour mit de Röösch.

Un dat harrn de Lüüd ok. De Mehrsten harrn  
ja all Ferien. De Kinner luerden jibbelig op den  
Wiehnachtsmann. Neeschierig kemen se an de  
Röösch un luusterden, of för se en Paket dorbi weer.  
Wat för en Juuchen un Ramentern, wenn de Kujees  
an se dacht harr!

Jung un Oold weren all in Wienachtsstimmung.  
Dörch de Fenstern kunn man de Lichten an 'n  
Dannenboom blinken sehn. Un de Post bi Snee  
mit Peerd un Röösch, dat weer doch meist as in 't  
Määrken. So full för Hannes un sien Vadder de ene  
oder annere Mark as Drinkgeld af.

An 'n Namiddag, as se na Huus kemen,  
schummer dat all. Mit rode Backen, mööd un  
teemlich verklaamt bröchen se den Brunen in 'n  
Stall. De grote Extra-Portschoon Haver smeck em  
hüüt sünnlicher goot.

As Hannes noch mal in de Röösch keek of se nix  
vergeten harrn, seeg he ünner den Buck een groot  
Paket liggen. „Vadder, kiek mal!“

„Ja, Hannes, dor steiht dien Naam op. Dat hett  
de Wiehnachtsmann wiss hier för di aflegt.“ Sien  
Vadder smuuster un plier em to.

Wat för 'n Dag –  
nu kunn dat Wiehnachten warrn.

# Digitale Demenz – was brauchen unsere Kinder für eine optimale Entwicklung?

*Im Zeitalter von Whatsapp, Facebook, Twitter, Instagram, usw. wird das Leben unserer Kinder durch die zunehmende Digitalisierung umfassend und tiefgreifend geprägt.*

■ Was passiert mit Kindern, die moderne Medien übermäßig nutzen? Forschungsergebnisse deuten auf Gedächtnis- und Aufmerksamkeitsstörungen bis hin zur Beeinträchtigung der hochkomplexen Gehirnbildung – die in jungen Jahren noch sehr sensibel ist.

Die Diagnose „digitale Demenz“ wurde zum ersten Mal 2008 von südkoreanischen Ärzten gestellt, die bei immer mehr Jugendlichen Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen sowie eine emotionale Verflachung und allgemeine Abstumpfung beobachteten. Andere Untersuchungen weltweit deuten auf weitere gesundheitliche Folgen wie Kurzsichtigkeit, Haltungsschäden, Übergewicht, Störungen in der Fein- und Grobmotorik, Suchtverhalten (Internet- und Computerspiele), Angst und Depressionen durch eine verminderte Lebensfreude sowie ein mangelndes Mitgefühl und eine geringere soziale Kompetenz.

Übernehmen digitale Helfer wie Computer, Smartphones, Organizer und Navis all das, was wir früher mit dem Kopf erledigt haben, wird das Gehirn träge. Nervenzellen sterben ab und nachwachsende Zellen überleben nicht, weil sie nicht mehr gebraucht werden.

Was können wir als Erwachsene tun, um die Entwicklungsfähigkeit des Gehirns unserer Kinder zu fördern? Wir sollten versuchen, die richtige Balance zu finden durch eine sorgfältige Kontrolle ihrer Mediennutzung. Und sie ermutigen, so viel wie möglich in der Natur zu sein – so fördern wir ihre von Natur aus angeborene Neugier. Jede neue Entdeckung, jede neue Fähigkeit löst ein Gefühl der Begeisterung aus – und diese Begeisterung ist der Motor für eine weitere Hirnentwicklung.

Das Gefühl der Freude lässt unser Gehirn „jubilieren“ und neue Verbindungen zwischen den Nervenzellen bilden – so einfach? Der Aufbau neuer Verbindungen der Nervenzellen kommt hingegen nicht zustande, wenn das Leben nur eine Routine ist, nichts Neues und Begeisterndes passiert, wenn uns keine neuen Herausforderungen anspornen und wenn wir Probleme haben, die wir nicht bewältigen können die dann inneren Druck und Stress verursachen.

Besonders beim Spielen experimentieren Kinder und erwerben neue Fähigkeiten. Im Hier und Jetzt versunken und in der Begegnung mit anderen lernen sie, sich selbst wahrzunehmen. In einem gesicherten Umfeld entwickeln sie genügend Selbstvertrauen um ohne Angst die kleinen und großen Dinge des Lebens zu entdecken.... und das in ihnen schlummernde Potential zu entwickeln und zu nutzen.

*Text: Elke Kramer, Heilpraktikerin*

ANZEIGE



Heilpraxis Elke Kramer  
Klassische Homöopathie

Chronische und akute Erkrankungen

Demenz:  
Konzept zur Behandlung,  
Begleitung und Beratung

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

# Arme für Mama

*Auf dem Weg um die halbe Welt sammeln Manfred Kaspers und Carsten Schwenn Spenden für Anna, die Arme und Beine im Kampf gegen ihre schwere Krankheit verloren hat.*



Annas Familie mit Schwenn und Kaspers vor „Kumpel“, dem Wohnmobil, das die Aktion „Arme für Mama“ bis nach Australien bringt.

■ „Im Radio sind wir auf das Schicksal von Anna aufmerksam geworden. Die junge Mutter erkrankte Anfang des Jahres an einer schweren Meningitis, die auch noch eine Blutvergiftung im Gepäck hatte“, erklärt Carsten Schwenn. „Ihren wochenlangen Überlebenskampf hat sie gewonnen, aber der Preis war zu hoch. Sie verlor beide Arme und Beine.“

Schwenn aus Appen und sein alter Freund Kaspers aus Oldenburg wollen auf dem Landweg nach Australien. Während sie ihre Traumreise planen, lässt sie ein Satz von Annas Tochter Mia nicht mehr los. „Als ich klein war, hast Du mich gefüttert, jetzt füttere ich Dich.“ Kurzerhand stellen die beiden ihre Reise unter das Motto „Arme für Mama“ und rufen eine Spendenaktion für Anna und ihre Familie ins Leben.

„82 Millionen Deutsche werden doch wohl 100.000 € für zwei Arme spenden können!“ zeigt sich Schwenn ebenso kämpferisch wie die kleine Mia. „Unsere Reise zahlen wir selbst, die Spenden gehen ungekürzt in die Spenden-Hilfsaktion „Arme für Anna“, die in Zusammenarbeit mit dem Verein „Schicksale, die zu Herzen gehen e.V.“ erfolgt.“

Als die Redaktion den mit Etagenbetten, Bad, Küche und Sitzgruppe komplett ausgerüsteten

Wagen (für Insider: Ein CS Duo, Baujahr 2001) Anfang Oktober besichtigt, ist der schon reichlich verziert mit Fotos und Unterschriften von Spendern. Drei Tage später geht es los und ihr „Kumpel“ wird für Manni und Carsten zum Zuhause für 140 Tage und ca. 25.000 Kilometer.

Im Internet läuft eine große Social Media Kampagne und unterwegs werden fleißig weitere Spenden gesammelt. Zuhause werden Sie von ihren Familien und einem kleinen Team für die Media Umsetzung unterstützt. Unsere Leser können die beiden auf Schritt und Tritt verfolgen auf [www.140tagenachaustralien.com](http://www.140tagenachaustralien.com) sowie auf FACEBOOK „140tagenachaustralien“ und INSTAGRAM [140\\_tage\\_nach\\_australien](https://www.instagram.com/140_tage_nach_australien) „Jeder Euro hilft“, bitten die reisenden Spendensammler, die in Annas Namen danken für jede Zuwendung auf das Spendenkonto, egal wie groß diese sein mag. Bei Redaktionsschluss am 8.11. sind die beiden schon im Iran und haben nach nur 10 % der Strecke die ersten 50.000,- € zusammen!

## Carsten Schwenn – Spendenaktion

Commerzbank

IBAN: DE73 2214 1628 0585 2850 05



## Salzhuus – 5 Jahre in Rellingen

# Danke!

*Seit 5 Jahren können Sie bei uns eine Auszeit vom Alltag in unseren schönen Natursalzräumen Salzarium und Salzaero genießen. Erholung und Entspannung pur!*

■ Die wunderschöne Atmosphäre, die durch wechselnde Lichteffekte und leise Entspannungsmusik, das Tröpfeln der Sole über die Saline sowie unseren Sternenhimmel entsteht, lädt in einer  $\frac{3}{4}$  Stunde zum Abtauchen in eine andere Welt ein.

Wer für sich, die Familie oder gute Freunde eine ganz besondere Auszeit sucht, der reserviert am besten einen Platz für eine unsere regelmäßig stattfindenden Klangschaalenkonzerte im Salzarium.

Lasen Sie die Schwingungen der Klangschaalen ganzheitlich auf sich wirken. Die wunderbar harmonischen Töne unterstützen ein Loslassen von muskulären und psychischen Spannungen. Der Körper, Geist und Seele können aufatmen.

Zum Stöbern haben wir viele Salz-Produkte, Glaskaraffen und Gläser, reine Aromaöl-Produkte und neu im Sortiment herrlich duftende Zirbenholz-Produkte. Bei uns erhalten Sie auch Geschenkgutscheine oder einen Präsentkorb ganz nach Ihren Wünschen.

**Wir freuen uns auf viele weitere schöne Jahre mit Ihnen/Euch im Salzhuus und wünschen allen eine schöne Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr!**



**salzhuus**  
Salzräume und Natursalze

Eichenstraße 28  
25462 Rellingen

Telefon  
04101/80 55 660

[www.salzhuus.de](http://www.salzhuus.de)

## Fondskauf selber machen: 7 erste Schritte

*So langsam spricht es sich herum: Geld sollte nicht auf dem Sparbuch oder Girokonto immer weniger werden, sondern passend zum Anlagentyp und den Zielen ertragreicher arbeiten.*

■ Investmentfonds, als aktiv gemanagter Fonds, Indexfonds oder ETF, stehen für alle Anlagewünsche zur Verfügung.

**Wichtig:** Für den Handel mit Wertpapieren ist immer eine Bank zwischen geschaltet, Normalanleger kaufen nicht direkt an der Börse, auch nicht bei ETF's.

### 7 praktische Schritte:

1. Kassensturz machen
2. Ziele definieren, Strategie entwickeln
3. Depot eröffnen: Direktbank (auch andere Wertpapiere handelbar) oder Fondsplattform (klassische Fonds, ETF's, keine Aktien etc. handelbar)
4. Produkt/e auswählen
5. Kauforder abgeben: Sparpläne z. B. ab 25,- € oder einmalige Beträge, so genannte Einmalanlagen (Mindestanlage beachten!), bei größeren Beträgen aufteilen!
6. Depot mindestens 1x im Jahr checken: Passen die Produkte noch zu den Zielen, stimmen Rendite und Strategie?
7. Sofort anfangen!

*Text: Renate Kewenig, Finanzbilderin*

Machen Sie sich **Finanzfit**<sup>®</sup>

Finanzwissen ist der beste Anlegerschutz!

**Renate Kewenig**

Finanzbilderin - Seminare, Vorträge, Finanz-Salon  
Termine und Anmeldung unter [www.finanz-verstand.de](http://www.finanz-verstand.de)

✦ 21.2. Euskirchen ✦ 18.2. Pinneberg ✦ 29.2. Hamburg ✦  
✦ 24.3. Euskirchen ✦

# Volksbegehren zum Schutz des Wassers

*Wasser ist nach der Luft unser wertvollstes Gut. Es wird knapper, auch durch Verunreinigung. Erdölförderung in S.-H. verursachte 98 erfasste Schadensfälle in Böden und Wasser, dies wurde von der Landesregierung eingeräumt.*

■ Seit 2013 kämpft eine Bürgerinitiative zum Schutz des Wassers gegen Fracking. Zur Förderung von Erdöl aus sogenannten unkonventionellen Lagerstätten, wie es in S.-H. auch vorzufinden ist, wird Fracking Technologie (Hydraulic-Fracturing) eingesetzt. 2013 lagen 12 von Unternehmen beantragte Aufsuchungsgenehmigungen durch das Umweltministerium in S.-H. vor. Ein Viertel der Landesfläche war einbezogen. In den betroffenen Gemeinden gab es daraufhin erheblichen Widerstand gegen die geplanten Ölförderungen. Neben den zu befürchtenden massiven Gewässergefährdungen, Flächenverbräuchen, Lärmbelastungen und Verlusten an Grundstückswerten, wollten die Unternehmen zudem ihre Fördermethoden und die beabsichtigte Verwendung der chemischen Stoffe nicht offenlegen und auch das Umweltministerium weigerte sich anfänglich, die Arbeitspläne zu veröffentlichen. Die erteilten Erlaubnisse und Bewilligungen zur Aufsuchung und Förderung von Erdöl eventuell mit Hilfe der Frackingmethode wurden von den Unternehmen nicht weiterverfolgt oder entzogen. Neben dem massiven Bürgerwiderstand führten unklare Rechtslage und Ölpreisverfall zur Aufgabe der Vorhaben.

Jederzeit muss mit neuen Aufsuchungsanträgen gerechnet werden. 2018 unterstützten daher die Menschen in S.-H. mit 42.000 Unterschriften die Volksinitiative zum Schutz des Wassers, die zu einem Frackingverbot im Landeswassergesetz führen soll. Die gesetzliche Frist zur Umsetzung

der Volksinitiative verstrich, ohne dass bisher eine einzige Forderung daraus durch den Landtag umgesetzt wurde. Am 2.9.2019 musste daraufhin das Volksbegehren zum Schutz des Wassers in S.-H. gestartet werden. Bis zum 2.3.2020 bedarf es mindestens 80.000 Unterschriften wahlberechtigter Bürgerinnen und Bürger des Landes. Bei Erfolg kommt es zum Volksscheid, bei dem über die verfolgten Gesetzesänderungen abgestimmt wird. Diese Gesetzesänderungen muss die Landesregierung dann durchführen. Für die Zulässigkeit des Verbots von Fracking im Landeswassergesetz wird derzeit vor dem Landesverfassungsgericht in Schleswig gekämpft. Unterschriftenformulare für das Volksbegehren gibt es in allen Ämtern und Rathäusern Schleswig-Holsteins und können dort unterschrieben werden. Es wird auch an vielen anderen Stellen, in Halstenbek z.B. bei Erdkorn, im Restaurant Dolce Vita und in der Baumschulen Apotheke sowie auf den Straßen öffentlich gesammelt.

*Text: Volksinitiative zum Schutz des Wassers*

Unter [www.vi-wasser.de](http://www.vi-wasser.de) können Unterschriftenformulare auch ausgedruckt werden. Die gesamten Kosten des Volksbegehrens müssen die Bürgerinitiative und ihre Bündnispartner tragen. Es werden dringend Spenden (steuerlich absetzbar) benötigt:  
**Bürgerinitiative gegen CO<sub>2</sub>-Endlager e. V.**  
**IBAN: DE86 2176 3542 0007 7190 19.**

WWW.VI-WASSER.DE



# VOLKSBEGEHREN ZUM SCHUTZ DES WASSERS



Photo: wassermonumente

# WASSER IST LEBEN



# JETZT UNTERSCHREIBEN!



Kiel  
Lübeck  
Neumünster  
Nordfriesland





# Pinneberger Termine

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

Hier  
finden sie unsere  
Veranstaltungstipps  
**Winter  
2019/20**



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 2020!*

## Weihnachtsmärkte

### PINNEBERG

**vom 25. 11. bis 23. 12. 2019**

**12:00 bis 21:00 Uhr** Stadtmarketing Pinneberg

### Pinneberger Weihnachtsdorf

**Pinneberg Drostei**platz; 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.

**vom 30. 11. bis 01. 12. 2019**

### Drosteimarkt Kunsthandwerk & Design

**11:00 bis 18:00 Uhr** Die Drostei

Erstmals unter neuem Namen aber wie gewohnt zum 1. Advent präsentiert die Drostei feines, besonderes Kunsthandwerk und edles Design. Bei der Auswahl der Anbieter wurde Wert auf hochwertiges Material, besondere Ideenvielfalt und professionelle Verarbeitung gelegt.

### SCHENEFELD

**Samstag 7.12.2019 von 15:00 – 19:00 Uhr**

(Grill- und Getränkezeit bis 22:00)

**Sonntag 8.12.2019 von 12:00 – 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

**25. 11. bis 24. 12. 2019**

### Stadtzentrum Schenefeld

**Kiebitzweg 2, Schenefeld**



## RELLINGEN

**Samstag 7.12. und Sonntag 8.12. 2019**

**Sa. 13:00 – 20:00 Uhr, So. 13:00 – 18:00 Uhr**

## Ortskern Rellingen

Samstag um 14:45 Uhr trifft der Weihnachtsmann vor dem Rathaus ein; ab 14:30 Uhr Weihnachtsbasteln & Weihnachtsgeschichten für Kinder; Kleine Verkaufshäuschen laden zum Bummeln ein.

## HALSTENBEK

**Samstag 30.11. und Sonntag 1.12. 2019**

## Gemeinde Halstenbek

**14:00 bis 19:00 Uhr im Rathaus und bis 21 Uhr auf dem Rathausplatz**, Gustavstraße 6, Halstenbek;

Weihnachtsmarkt mit zahlreichen Kunsthandwerkern und Weihnachtsbastlern. 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 2019

**Sonntag**

**1. Dezember**

**15:00 Uhr Ev. luth. Christuskirche Pinneberg**

## Adventskonzert

**Christuskirche Pinneberg**; Benefizkonzert zur Förderung von Kindern und Jugendlichen; Jugendsinfonieorchester Musikschule Pinneberg; **Eintritt: 15 €, Schüler 6 €**

**16:00 Uhr Forum Theater**

## Herr der Diebe, nach CORNELIA FUNKE

**Grund- und Gemeinschaftsschule, Richard-Köhn-Straße 75, Pinneberg**; Auf der Flucht vor ihrer bösen Tante Esther und dem Privatdetektiv Viktor Getz haben sich Prosper und seine kleine Schwester Bo dem Herrn der Diebe und seiner jugendlichen Diebesbande angeschlossen. **Eintritt: Vorverkauf 11 € / 8 €, Abendkasse 10 € / 7,50 €**

**17:00 Uhr Theaterverein Rellingen**

## Froschkönig Ferdinand oder Gemeinsam sind wir stark

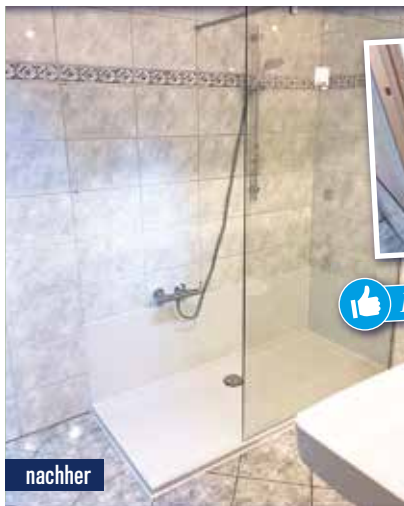
**Wolfgang-Borchert-Gymnasium**; Das Weihnachtsmärchen des Theatervereins Rellingen; Ein Märchenspiel nach den Gebrüdern Grimm von Horst Arenthold; **Eintritt 7 €**

ANZEIGE

## Dusche statt Wanne - Barrierearmes Bad in einem Tag



Sie erreichen uns unter:  
**04101- 672 07**  
oder per Mail:  
kontakt@rybin-sanitaertechnik.de



**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.


**Mittwoch 4. Dezember**

16 – 19 Uhr

**Repair Café Halstenbek**

**JubA23;** Das ehrenamtliche Team versucht die mitgebrachten Sachen zu reparieren. Café-Angebot gegen Spende. Organisation: Rainer Bornholdt

**Freitag 6. Dezember**
19:00 Uhr **Rellinger Rathaus Galerie**
**Vorweihnachtliches Konzert mit Luz Leskowitz - Überraschungen!**

**Rathaus Rellingen;** Überraschend ist, wen er als Musiker mitbringt und wie das Programm des Abends aussieht. **Eintritt: 16 €; Karten:** Rathaus Rellingen, Hauptstraße 60, Buchhandlung Lesestoff, Hauptstraße 74, Heide-Reinigung, Heidestraße 94 – 96,

**Samstag 7. Dezember**
14:00 + 17:00 Uhr **Theater Schenefeld**
**Der Räuber Hotzenplotz**

**FORUM Schenefeld;** Der Räuber Hotzenplotz beraubt die alte Großmutter um ihre geliebte Kaffeemühle. Seppel und Kasperl nehmen dem Wachtmeister Dimpfelmose die Arbeit ab und stellen dem Hotzenplotz eine Falle. **Eintritt: 7 €**

16:00 Uhr **Forum Theater**
**Herr der Diebe, nach CORNELIA FUNKE**

**Grund- und Gemeinschaftsschule, Richard-Köhn-Straße 75, Pinneberg;** Beschreibung siehe 1.12.2019

16:00 Uhr **Theaterverein Rellingen**  
**Froschkönig Ferdinand oder Gemeinsam sind wir stark**

**Tangstedt, Turnhalle Brummerackerweg;** Beschreibung siehe 1.12.2019

**Sonntag 8. Dezember**
14:00 + 17:00 Uhr **Theater Schenefeld**
**Der Räuber Hotzenplotz**

**FORUM Schenefeld;** Beschreibung siehe 7.12.2019

16:00 Uhr **Forum Theater**
**Herr der Diebe, nach CORNELIA FUNKE**

**Grund- und Gemeinschaftsschule, Richard-Köhn-Straße 75, Pinneberg;** Beschreibung siehe 1.12.2019

16:00 Uhr **Kulturkreis Halstenbek e. V.**
**Ein winterliches Konzert**

**Erlöserkirche Halstenbek;** Leopold Mozart „Musikalische Schrittenfahrt“ und Serge Prokofieff „Peter und der Wolf“; **Eintritt 10 €; Mitglieder 8 €; Kinder / Jugendliche 2 €**

17:00 Uhr **Theaterverein Rellingen**
**Froschkönig Ferdinand oder Gemeinsam sind wir stark**

**Tangstedt, Turnhalle Brummerackerweg;** Beschreibung siehe 1.12.2019

15:00 Uhr **Ev. luth. Christuskirche Pinneberg**
**Magnificat, Gloria in excelsis Deo**

**Christuskirche Pinneberg;** Johann Christian Bach; Vacaensemble Pinneberg,

Europäisches Barockorchester Le Chardon **Eintritt: 16 €; Vorverkauf 12 €**

**Freitag 13. Dezember**
19:30 Uhr **Theater Schenefeld**
**Der Räuber Hotzenplotz**

**FORUM Schenefeld;** Beschreibung siehe 7.12.2019

**Samstag 14. Dezember**
14:00 + 17:00 Uhr **Theater Schenefeld**
**Der Räuber Hotzenplotz**

**FORUM Schenefeld;** Beschreibung siehe 7.12.2019

15:00 Uhr **Hospizdienst Pinneberg-Uetersen-Wedel**
**Trauercafé Pinneberg**

**Bürgerhaus Pinneberg;** Hier treffen sich Menschen, die vor kürzerer oder längerer Zeit eine nahestehende Person verloren haben zum Austausch. Begleitet vom Hospizdienst Pinneberg-Uetersen-Wedel.

**Sonntag 15. Dezember**
14:00 + 17:00 Uhr **Theater Schenefeld**
**Der Räuber Hotzenplotz**

**FORUM Schenefeld;** Beschreibung siehe 7.12.2019

19:00 Uhr **Rellinger Kantorei**
**J.S. Bach: Weihnachtsoratorium I-III**

**Rellinger Kirche;** Weihnachten ohne Bachs Weihnachtsoratorium – beinahe undenkbar! In diesem Jahr werden die „klassischen“ Teile I – III aufgeführt. **Karten** bei Buchhandlung Lesestoff, Hauptstraße 74

ANZEIGE



# DIE NORDERSTEDTERIN

Das neue Online-Magazin für Norderstedt, Pinneberg und Umgebung.

Klick Dich rein.



[www.die-norderstedterin.de](http://www.die-norderstedterin.de)


**Montag 16. Dezember**
**20:00 Uhr JUKS Schenefeld**
**Bauer Haders Neujahrsempfang**

**FORUM Schenefeld;** Kabarett mit Nils Loenicker; Geschichten zwischen Knicklandschaften und Ackerfurchen, Milchquoten und Schweinepreisen. Bauer Hader ist der Macker vom Acker – der Power-Bauer. Er gibt Butter bei die Kühe und hadert bis die Schwarte kracht.

**Dienstag 17. Dezember**
**18.00 Uhr Iris Sahling**
**Klangschalenkonzert**
**Salzhuus;** www.salzhuus.de

**Donnerstag 19. Dezember**
**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**
**„CENTO“ Festkonzert – zum 100. Mal 12x19**

**Rellinger Kirche;** Christine Brückner, Klavier, Judith Michalski, Flöte, Paul

Fasang, Orgel, Carmen Bangert, Alt; Keno Brandt, Bass ein Streichensemble, Oliver Schmidt, Cembalo und Orgel; **Eintritt frei** – Spenden willkommen

**Samstag 28. Dezember**
**20:00 Uhr Summer Jazz Pinneberg**
**JAZZ im Foyer**

**Rathaus Pinneberg;** Abi Wallenstein, Matthias Schlechter und Martin Röttger; drei authentische Musiker, die zu den Publikumsmagneten der norddeutschen Musikszene zählen. Seit über 20 Jahren stehen sie immer wieder gern gemeinsam auf der Bühne, um dem Publikum ein musikalisches Erlebnis der Sonderklasse zu bieten. **Karten 18 – 20 €**

**Montag 30. Dezember**
**20:00 Uhr JUKS Schenefeld**
**Bella Figura**

**FORUM Schenefeld;** Komödie von Yasmina Reza; ihre bitter-unterhalt-

samen Szenen aus der Paar- und Gesellschafts-Hölle zeigen, wie die mühsam aufrecht erhaltene Fassade des guten Benehmens zu bröckeln beginnt. Und so entfaltet sich eine perfekt gebaute Komödie des eskalierenden Horrors.

**Dienstag 31. Dezember**
**16:00 Uhr Musikschule Pinneberg**
**Silvesterkonzert**

**Rathaus Pinneberg;** Zu Silvester 2019 findet wieder das Silvesterkonzert der Musikschule Pinneberg e.V. statt. Zu hören sein wird das Akkordeonorchester „Harmonia“ unter der Leitung von Leonid Klimaschewski mit bekannten Melodien aus Operette und Musical u.a. von Andrew Lloyd Webber, Franz Lehár, Emmerich Kálmán, Johann Strauß. **Karten 15 €**

ANZEIGE



# Dein Waschbär

## Mobile Mülltonnenreinigung



# Umweltschonend

Ohne Chemie – Mit 70 °C heißem Wasser

Wir kommen 1 Tag nach der Leerung.  
Einmalig oder in regelmäßigen Abständen



Dein Waschbär  
Adlerstraße 77a  
25462 Rellingen

Tel. 04101 – 853 74 29  
www.dein-waschbaer.de



## JANUAR 2020

**Sonntag 5. Januar**
**11:00 + 19:00 Uhr Kulturverein Pinneberg  
Pinneberger Neujahrskonzert**

**Hotel Cap Polonia;** Unter der Leitung und Moderation von Cord Garben spielen Mitglieder des Philharmonischen Staatsorchesters Hamburg in der Besetzung des großen Salonorchesters. Einlass ab 10:30 bzw. 18:00 Uhr.

**Mittwoch 8. Januar**
**16 – 19 Uhr  
Repair Café Halstenbek**

**JubA23;** Das ehrenamtliche Team versucht die mitgebrachten Sachen zu reparieren. Café-Angebot gegen Spende. Organisation: Rainer Bornholdt

**Freitag 10. Januar**
**19:30 Uhr Die Drostei  
Neujahrskonzerte  
Kreis Pinneberg 2020**

**FORUM Schenefeld;** Auf dem Programm steht ein musikalischer Streifzug durch Europa mit Werken von Rossini, Verdi, Mascagni, Tschaikowsky, Leoncavallo, de Falla und Sorozábal.

**Samstag 11. Januar**
**15:00 Uhr Kindertheater des Monats  
Überraschung für Victorius**

**Geschwister-Scholl-Haus;** Also so einen Tag hat Victorius schon lange nicht erlebt. Zuerst geht ihm alles schief, dann steht seine Mäusefreundin Lizzy mit einer Überraschung vor der Tür und in seinem Flur geht es drunter und drüber.

**Mittwoch 15. Januar**
**19:00 Uhr NABU  
Filmabend**

**Rellinger Hof; Einlass 18.00 Uhr,  
Beginn 19.00 Uhr**

**Freitag 24. Januar**
**20:00 Uhr Rellinger Rathaus Galerie  
Opernabend „Opera Dreaming“  
-Händel bis Wagner-**

**Rathaus Rellingen;** Studierende der Hochschule für Theater und Musik stellen sich vor. Die Rathaus Galerie wird zur Opernbühne, wenn die jungen Gesangstalente der Hamburger Hochschule für Musik und Theater (HfMT) mit Stücken von Händel bis Wagner und anderen Auszügen klassischer Werke berühmter Persönlichkeiten verzaubert. **Eintritt 18 €;**

## ANZEIGE

# Schlüsselfertiges Bauen



Wohnungsbau GmbH und Bauunternehmung GmbH  
Mühlenwuth 28a + 30 · 25489 Haseldorf · T 04129 1412 · www.spielhagen-bau.de







**20:00 Uhr Kulturverein Pinneberg**  
**Themenabend Die Variation**

**Rathaus Pinneberg:** Die Variation entstand aus den „Manieren“ und Koloraturen der Sänger und konnte sich erst dann entwickeln, als die Instrumentalmusik eine gewisse Selbstständigkeit erlangt hatte.

**Sonntag 26. Januar**  
**11:00 Uhr Die Drostei** (bis 8. März)

**gegen grau**

**Drostei;** Vernissage: Malerei von Rosa Hipp, Traudl Klor, Susanne Maurer und Bettina Zapp; Vier Künstlerinnen – vier Handschriften. Was sie eint ist das Medium „Farbe“ als ihr zentrales Gestaltungsmittel. **Öffnungszeiten:** Mittwoch–Sonntag, 11–17 Uhr; **Eintritt:** 3 € / ermäßigt 1,50 €, Schüler haben freien Eintritt

**18.00 Uhr Iris Sahling**  
**Klangschalenkonzert**

Salzhuus; www.salzhuus.de

**FEBRUAR**

**Dienstag 4. Februar**

**19:00 Uhr NABU**  
**Vogel des Jahres**

**Rellinger Hof;** Vortrag Yannick Jorcik-Brzelinski mit anschließendem Austausch; **Einlass** 18.00 Uhr, **Beginn** 19.00 Uhr

**Mittwoch 5. Februar**

**16 – 19 Uhr**  
**Repair Café Halstenbek**

**JubA23;** Das ehrenamtliche Team versucht die mitgebrachten Sachen zu reparieren. Café-Angebot gegen Spende. Organisation: Rainer Bornholdt

**Samstag 8. Februar**

**15:00 Uhr Kindertheater des Monats**  
**Antonio und Pino**

**Geschwister-Scholl-Haus;** Antonio, ein älterer Mann, der schon lange vom eigenen Zirkus träumt, lebt allein in einem kleinen Haus mit Garten am Rande der Stadt. Seit Kurzem ist Pino, ein Junge von 6 Jahren, mit seinen Eltern in die Nachbarschaft gezogen.

**Dienstag 11. Februar**

**20:00 Uhr Rellinger Rathaus Galerie**

**Alma Hoppe**

**„Immer Ärger mit den Nachbarn“**

**Brüder-Grimm-Schule;** Aula, satirischer Balsam für offene Konflikte. Nebenwohnung, Nebenhaus, Nebenstraße, Europa, die Welt. Überall sorgt Nachbarschaft für Ärger und Probleme. Was für ein Spaß.

ANZEIGE



**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**

**Dienstag 18. Februar****Finanzfit® – Renate Kewenig****Finanz-Salon Pinneberg****Drostei;** Termine und Anmeldung unter [www.finanz-verstand.de](http://www.finanz-verstand.de)**Donnerstag 20. Februar****19:30 Uhr Die Drostei****Duo-Abend Violine und Klavier****Drostei;** mit dem Drosteiförderpreisträger Oliver Rau (Violine) und Seong-Hyeon Leem (Klavier); Auf dem Programm stehen Werke von Edvard Grieg, César Franck, Aleksander Zarzycki, Johannes Brahms und Fritz Kreisler; **Eintritt: 18 €** (Reihe 1–3 mit Platzreservierung), **16 €** / erm. **13 €** (ab Reihe 4 ohne Platzreservierung)**Freitag 21. Februar****20:00 Uhr Kulturverein Pinneberg****Fräulein Klarinette****Rathaus Pinneberg;** Dostal macht weniger bekannte finnische Musik, darunter zeitgenössische, in Deutschland bekannt. Sie lebt in Berlin. Die Brahms-Spezialistin spielte mehrfach das gesamte Klavierwerk von Brahms in Konzertreihen**Samstag 22. Februar****10:00 bis 12:30 Uhr****Kinderkleidermarkt in Rellingen****Caspar-Voght-Schule;** Einlass für werdende Mütter mit Mutterpass ab 09:30 Uhr; [www.kkm-rellingen.de](http://www.kkm-rellingen.de)**Donnerstag 27. Februar****19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****Freitag 28. Februar****19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****Samstag 29. Februar****15:00 + 19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****MÄRZ 2020****Sonntag 1. März****15:00 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****Dienstag 3. März****19:00 Uhr Die Drostei****Autorenlesung mit Nino Haratischwili****Drostei;** Schriftstellerin, Dramatikerin, Regisseurin: Nino Haratischwili hat bereits etliche Theaterstücke, Romane und Schriften veröffentlicht. In der Drostei liest sie aus zwei Romanen und wird zuvor von der Vorsitzenden des Fördervereins, Sibylle Hallberg, in einem kurzen Interview vorgestellt. **Eintritt: 10 €**, Schüler und Studierende frei; **Karten** in der Drostei (04101/21030) und im Bücherwurm.**Mittwoch 4. März****19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****Donnerstag 5. März****19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus****Freitag 6. März****19:30 Uhr Pinneberger Bühnen****Grease, das Rock'n Roll Musical****Geschwister-Scholl-Haus**

ANZEIGE

# Ihre Anzeige in den Pinnauboten?

Gern beraten wir Sie zu den verschiedenen Kombinationen der Anzeigen-Belegung für Rellingen, Pinneberg, Halstenbek, Schenefeld und den Elb-Boten:

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




**Samstag 7. März**
**19:00 Uhr Original Musical Dinner  
MUSICAL DINNER (Das Original)**

**Relling Hof:** Mit unserem original Hamburger Musical-Ensemble bieten wir Ihnen eine unterhaltsame Mischung aus gastronomischen Genüssen und exklusiven Musical-Highlights. **Eintritt: 82 €;** Karten- Hotline 0800-040236654.

**19:30 Uhr Pinneberger Bühnen  
Grease, das Rock'n Roll Musical  
Geschwister-Scholl-Haus**
**Sonntag 8. März**
**15.00 Uhr Pinneberger Bühnen  
Grease, das Rock'n Roll Musical  
Geschwister-Scholl-Haus**
**Freitag 27. März**
**20:00 Uhr Summer Jazz Pinneberg  
JAZZ im Foyer**

**Rathaus Pinneberg:**  
„Les Hommes du Swing“

**Freitag 20. März**
**20:00 Uhr Kulturverein Pinneberg  
Maria-Callas-Legende**

**Rathaus Pinneberg:** Arien und Duette der legendären Opern-Diva aus Werken von Verdi, Puccini, Catalani u. a.; Szenische Darstellung mit Miriam Sharoni (Sopran), Hendrik Lücke (Tenor – in der Rolle des Duett-Partners der Callas, Giuseppe Di Stefano) und Herbert Kauschka (Sprecher). **Eintritt 8 €**

**Samstag 28. Mär 2020**
**15:00 Uhr Kindertheater des Monats  
Ali Baba und die 40 Räuber**

**Geschwister-Scholl-Haus;** Von wunderbaren Abenteuern, Geheimnissen und Wünschen, finsternen Mächten und dem Glück, das dem Mutigen treu bleibt, erzählt atemberaubend spannend und voll Poesie eines der schönsten Märchen aus Tausendundeiner Nacht.

**Sonntag 29. März**
**11:00 Uhr Die Drostei  
früh werk 2020**

**Drostei;** Vernissage: Zum Jubiläum bekommt „früh werk“ in der Drostei mehr Raum und Zeit: Über sechs Wochen lang können die Arbeiten in den Ausstellungsräumen der Drostei besichtigt werden. **Öffnungszeiten:** Mittwoch – Sonntag, 11–17 Uhr; **Eintritt: 3 € /** ermäßigt **1,50 €;** Schüler haben freien Eintritt

**Sie haben Veranstaltungsvorschläge für uns?**

Dann schicken Ihre Termine für April bis Juni 2020 einfach per Mail bis zum 15.02.2020 an: [termine@pinnauboten.de](mailto:termine@pinnauboten.de)

Bitte unbedingt Veranstalter, Datum, Uhrzeit, Ort und einen Satz Beschreibung dazu angeben!


**WOCHENMÄRKTE**
**Pinneberg**

**dienstags** 8 – 13 Uhr  
auf dem Drosteivorplatz

**mittwochs** 8 – 13 Uhr  
Waldenauer Marktplatz

**donnerstags** 8 – 14 Uhr  
auf dem Drosteivorplatz

**samstags** 7 – 12 Uhr  
auf dem Marktplatz

**Rellingen**

**freitags** 8 – 16 Uhr  
auf dem Arkadenhof

**Halstenbek**

**freitags** 7:30 – 12:30 Uhr  
auf dem Rathausvorplatz,  
Gustavstraße

**Schenefeld**

**donnerstags** 8 – 13 Uhr  
auf dem Rathausvorplatz

**dienstags** 14 – 18 Uhr  
**Öko-Wochenmarkt**  
im Stadtzentrum Schenefeld,  
Kiebitzweg 2

**Kontaktinformationen und Anschriften**
**Brüder-Grimm-Schule:**

Schmiedestraße 38,  
Rellingen

**Bürgerhaus Pinneberg:**

Fahltskamp 30; Pinneberg

**Caspar-Voght-Schule:**

Schulweg 2 – 4,  
Rellingen-Egenbüttel

**Christuskirche Pinneberg:**

Bahnhofstraße 2a, Pinneberg

**Die Drostei:**

Dingstätte 23, Pinneberg

**Erlöserkirche Halstenbek:**

Friedrichstraße 22,  
Halstenbek

**FORUM Schenefeld**

(Schulzentrum): Achter de  
Weiden 30, Schenefeld

**Geschwister-Scholl-Haus:**

Bahnhofstr. 8, Pinneberg

**Hotel Cap Polonia:**

Fahltskamp 48, Pinneberg

**JubA23:**

Jugendzentrum Halstenbek,  
Bahnhofstraße 22

**Rathaus Pinneberg:**

Bismarkstr. 8, Pinneberg

**Rathaus Rellingen:**

Hauptstraße 60, Rellingen

**Relling Hof:**

Großer Saal,  
Hauptstrasse 31, Rellingen

**Relling Kirche:**

Hauptstraße 27a, Rellingen

**Salzhuus:**

Eichenstraße 28,  
Rellingen

**Wolfgang-Borchert-**

**Gymnasium:** Bickbargen 111,  
Halstenbek

Bitte beachten Sie, dass alle Termine ohne Gewähr sind



# Tinnitus

*Unsere Welt wird immer schneller, lauter und stressiger. Daher ist auch das Thema Tinnitus heute präsenter denn je. Immer häufiger wird das lästige Rauschen oder Piepen im Ohr zu einer Qual, die an den Nerven zerrt, im schlimmsten Fall den Alltag beeinflusst und für schlaflose Nächte sorgt.*

■ Tatsächlich sind die Möglichkeiten bei Tinnitus zu helfen vielfältig. Häufig werden diese auch von den Krankenkassen finanziell unterstützt oder sogar komplett getragen. Eine gute und umfassende Beratung und Information zum Ohr und eine Erläuterung der Zusammenhänge sind hierbei unerlässlich, um Ängste zu nehmen und aufzuklären.

Meike Lindemann beschäftigt sich seit mehr als 16 Jahren mit dem Thema Tinnitus und dessen Auswirkungen auf den Menschen. Sie gründete im Zuge der Selbstständigkeit das „Tinnitus-Netzwerk“ ([www.tinnitus-netzwerk.info](http://www.tinnitus-netzwerk.info)), ein Zusammenschluss aus

Experten verschiedener Fachrichtungen, wie z.B. einer Zahnärztin, einer Physiotherapeutin und Osteopatin, einer Klangschaalenpraktikerin und einer Stresscoachin.

Jeder Tinnitus hat einen anderen Hintergrund und andere Auswirkungen. In einem ersten, persönlichen und etwa zweistündigen kostenlosen Beratungsgespräch bei Lindemann Hörakustik erfährt der Betroffene alles rund um das Ohr und den Tinnitus, es wird eine Höranalyse erstellt und der Tinnitus kann in seiner Tonhöhe und Lautstärke ermittelt und gemessen werden.



# Tinnitus

## NETZWERK

Bild: Adobe Stock

Dem Betroffenen werden Lösungswege aufgezeigt, mit dem Tinnitus umzugehen, zum Beispiel mittels einer apparativen Versorgung. Hierbei kommen sowohl sog. Noiser („Rauscher“) als auch Hörsysteme oder Kombigeräte zum Einsatz. Viele Menschen wissen nicht, dass auch der Kiefer, die Zähne oder die Halswirbelsäule einen großen Einfluss auf Ohrgeräusche haben können. Durch Vernetzung mit Experten anderer Fachrichtungen kann für jeden Betroffenen ein individueller Lösungsansatz erarbeitet werden.

Text: Meike Lindemann,  
Lindemann Hörakustik

HÖREN.  
VERSTEHEN.  
LEBEN.

Hilfe bei Ohrgeräuschen –  
die Tinnitus-Therapie



Damit das Piepen nicht mehr  
Ihr Leben bestimmt!

Ihre Hörspezialisten beraten Sie gerne:  
Meike und Marc Lindemann



**LINDEMANN**  
HÖRAKUSTIK

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

# Die Tagesretterin

*Seit 4 Jahren unterstützt Annette Savinsky mit ihrem Haushaltsservice DAYMAKER Menschen bei der Bewältigung des Alltages und rettet nicht nur deren Tag, sondern oft auch den der Angehörigen.*

■ Ist ein „Daymaker“ (wörtlich übersetzt: Tagmacher) eine moderne Haushaltshilfe? „Wir halten den Haushalt in Ordnung, helfen beim Einkaufen, oder haben einfach nur Zeit für unsere Kunden. Wir begleiten bei Arzt- oder Behördengängen, hängen Gardinen auf und ab, oder werfen einen Blick auf unverständlichen Papierkram. Wir sind da und helfen genau dort, wo es nötig ist.“

Dieses Angebot nehmen Haushalte dankend an, in denen aus verschiedenen Gründen die eine oder andere Haushaltsarbeit liegen bleibt. „Wir sind der erste in Schleswig-Holstein zugelassene Haushaltsservice außerhalb der großen Pflegedienste“, kann Savinsky stolz drauf sein, was sie erreicht hat. So kann Ihre Leistung oftmals bei Reha-Patienten über die Krankenkasse und bei Pflegebedürftigen über die Pflegekasse abgerechnet werden.

Frau Savinsky hat auch zahlreiche Kunden, die ihre Haushaltshilfe weder schwarz noch als Mini-Jobberin beschäftigen wollen. „Diese Kunden sind bei uns genau richtig, denn bei uns gibt es keine prekären Arbeitsverhältnisse“, erläutert die Chefin von 27 Daymakern und vier Bürokräften. „Die Zufriedenheit der Mitarbeiter hat höchste Priorität bei uns. Denn die Kunden spüren genau, ob ihre Haushaltshilfe sich im Job wohlfühlt oder nicht und wir werden damit auch als Arbeitgeber attraktiv.“

Wer bei Frau Savinsky Daymaker wird, kann mit maximal flexiblen Arbeitszeiten eingeplant werden, fährt direkt zum Kunden, ohne jeden Tag im Büro vorbeischauchen zu müssen und wird von dankbaren



Kunden schon freudig erwartet. „Ich habe mich selbständig gemacht, um Familie und Beruf besser unter einen Hut zu bekommen und weil es mich glücklich macht, anderen Menschen zu helfen. Genau das ist es auch, was meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bewegt und ich achte darauf, dass alle Daymaker so arbeiten können“, stellt sich die Arbeitgeberin schützend vor ihr Team.

Irgendwie ist das alles eine große Familie, die Daymaker, die Kunden und Annette Savinsky mitten drin. Und genau das ist es, was DAYMAKER ausmacht, als Arbeitgeber und als Haushaltsservice.

## **Daymaker Annette Savinsky**

Hauptstraße 42a, 25469 Halstenbek

Tel.: 04101 / 80 99 140,

E-Mail: [service@diedaymaker.de](mailto:service@diedaymaker.de),

[www.diedaymaker.de](http://www.diedaymaker.de)

# Berufsunfähigkeit ...

*Was ist, wenn ich krank werde oder nach einem Unfall nicht mehr arbeiten kann...?*



■ Das Risiko durch Krankheit oder Unfall berufsunfähig zu werden ist hoch und mit Erhöhung des Rentenalters auf 67 Jahre weiter gestiegen. Die Berufsunfähigkeitsversicherung ist neben der Privathaftpflicht der wichtigste Schutz vor dem Verlust finanzieller Existenz, insbesondere für Arbeitnehmer, Selbständige und Freiberufler. Die Wahrscheinlichkeit bis zum Renteneintritt berufsunfähig zu werden, liegt abhängig vom Alter bei 30 % und höher (lt. [www.statista.com](http://www.statista.com)). Obwohl die gesetzliche Rentenversicherung hier Schutz nur in geringer Höhe in Form einer Erwerbsminderungsrente bietet, sind erstaunlich viele nicht gegen Berufsunfähigkeit abgesichert. Während die gesetzliche Rentenversicherung die volle Erwerbsminderungsrente nur zahlt, wenn gesundheitsbedingt weniger als drei Stunden täglich „irgendeine“ Tätigkeit ausgeübt werden kann, leistet die BU-Versicherung bereits, wenn die Tätigkeit im aktuellen Beruf dauerhaft nicht mehr möglich ist. Als dauerhaft gilt üblicher Weise ein Zeitraum von 6 Monaten. Freiberufler sollten prüfen, ob die Leistungen aus der Mitgliedschaft in den beruflich organisierten Versorgungswerken im Falle der Berufsunfähigkeit ausreichend sind und welche einschränkenden Bedingungen zu beachten sind. Der Versiche-

rungsschutz sollte von der Höhe ausreichend bemessen werden, bis zum Eintritt ins Rentenalter bestehen und eine Dynamik beinhalten, um die Inflation auszugleichen. Die Höhe der Beiträge ist abhängig vom Alter bei Abschluss des Vertrages. Ein frühzeitiger Beginn vereinfacht die Gesundheitsprüfung durch die Versicherer und hilft, Risikozuschläge oder Leistungsausschlüsse zu vermeiden. Anzumerken ist, dass die Höhe der Beiträge das Risiko des Eintritts einer Berufsunfähigkeit und das Leistungsvolumen widerspiegeln. Der Bezug von mtl. 1.000 EUR Rente für 15 Jahre entspricht einem Wert 180.000 EUR. Im Schnitt wird als Eintritt der Berufsunfähigkeit ein Alter von Mitte 40 genannt, kann also auch deutlich früher eintreten. Vor Vertragsabschluss ist auf eine Reihe von Klauseln und Bedingungen zu achten, so z. B. auf den Verzicht des Versicherers auf abstrakte Verweisung, da sonst mit Hinweis auf eine mögliche anderweitige Tätigkeit die Rente verweigert werden könnte. Deshalb lassen Sie sich von unabhängigen Experten unterstützen, die sich mit den entscheidenden Anforderungen an eine Berufsunfähigkeits-Versicherung auskennen.

*Text: Christiane Beyer, CBV-Konzepte*

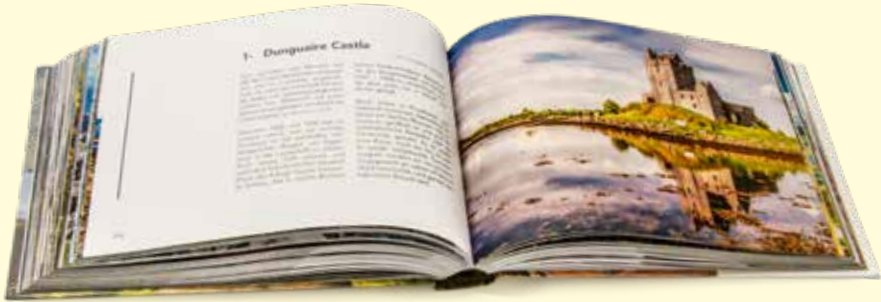
ANZEIGE

**CBV KONZEPTE** GmbH  
 VERSICHERUNGSMAKLER  
*Der Anker für Ihre Sicherheit*

**Kompetenz – Vertrauen – Sicherheit**

Christiane Beyer  
 Geschäftsführerin

Tel. 04101 852050  
[www.cbv-konzepte.de](http://www.cbv-konzepte.de)



# Reiseführer neu gedacht

*Für Ihre Idee von einem zeitgemäßen Reiseführer haben Caroline Golz und Volker Meliß kurzerhand einen eigenen Verlag gegründet. Jetzt liegt das erste Buch von caro-media vor, die „Lieblingsplätze Irland und Nordirland“*

■ „Wie ich reisen möchte weiß ich schon, nur über die lohnenden Ziele möchte ich noch etwas lesen“, fasst Golz zusammen, worum es dabei geht. Unabhängig vom (motorisierten) Verkehrsmittel, von Budget und Vorlieben bei Verpflegung und Unterkunft führen die Jung-Verleger ihre Leser an die „Lieblingsplätze“ erfahrener Irland-Reisender. Zur Reisevorbereitung ergänzen umfassende Informationen zu Land & Leuten die Beschreibung der Lieblingsplätze. Großformatige Bilder laden zum Schmökern ein, fokussierte Texte und GPS-Daten zu jedem Ziel informieren präzise und kompakt. Mit dieser Mischung konzentriert

sich „Lieblingsplätze“ ganz darauf, ein angenehmer Reisebegleiter unterwegs zu sein und zuhause Reisehunger bei der Vorbereitung zu erzeugen.

„Ein Smartphone kann manches besser als bedrucktes Papier. Insbesondere navigieren, Unterkünfte suchen und Restaurants empfehlen“, weiß Meliß aus eigener Erfahrung. „Statt damit zu konkurrieren, ergänzt Lieblingsplätze das mobile Internet, das heute jeder Reisende ohnehin nutzt.“ Den gesparten Platz für Kartenausschnitte, Restauranttipps und Hotelempfehlungen nutzt caro-media lieber für noch mehr Bilder und Traumziele abseits des Pauschaltourismus.

Mit diesem Reisebegleiter, einer guten Landkarte und dem mobilen Internet sind Individualreisende perfekt gerüstet für die Reise zu Ihren ganz persönlichen Lieblingsplätzen in Irland und Nordirland.

ANZEIGE



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



Jan Börmis  
Buchhändler

**Bücher  
Spiele  
Kalender  
Grußkarten  
eBooks  
Schulbücher**

**Vorverkaufsstelle für**

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

**und vieles mehr ...**



**Sie erhalten diesen ersten Band der neuen Buchreihe exklusiv bei Lesestoff in Rellingen und Dr. Götzte in Hamburg. Die nächsten Bände sind in Arbeit und werden 2020 auf den Markt kommen.**



# Diese Messe ist einzigartig!

# Buddha & Balance

## Messe für Mensch, Tier, Wohnraum

*In diesem Datum ist pure Magie! Am 1. und 2. 2. 2020 findet Sa von 11 – 18 Uhr, So von 11 – 17 Uhr in der VHS Wedel, ABC-Straße 3 die nächste „Buddha & Balance“ Messe für Mensch, Tier und Wohnraum statt, und die Messe verspricht Aufseherregendes.*

■ Der Organisatorin Barbara Teßmer, gelingt es immer wieder einen Ort zu schaffen, an dem man den Alltag hinter sich lassen, und wieder spüren kann, was wirklich wichtig ist. Sanftmut und Stärke ist das Motto der 7. Auflage und fordert auf, in den inneren Frieden einzutauchen.

### Verbringen Sie eine unvergessliche und zutiefst inspirierende Zeit auf der Messe.

Zur Eröffnungsmeditation um 11.15 Uhr wird Barbara Teßmer von dem feinsinnigen Saxophonisten Heiko Frehse begleitet. Lassen Sie sich auf seine Musik ein, und erfahren Sie, was es bedeutet, wenn Klänge die Seele berühren.

Der Raum 207 wird in eine Wellness-Lounge verwandelt. Hier nehmen Sie Fachkräfte für Aromatouch Technique, Reiki oder 4-händiges Jin Shin Jyutus im Empfang, und schenken Ihnen einen Moment der Stille. Wohltuend, wärmend, besonders.

Wer lieber im Tun entschleunigt, findet im Aktiv-Raum durch Pilates, Smovey und intuitiven Tanz Möglichkeiten mit Bewegung Körper und Geist in Einklang zu bringen.

Insgesamt bieten Ihnen 55 Fachleute Gespräche, 40 Vorträge, und vielerlei Kostbarkeiten zum Mitnehmen wie Buddhistische Statuen, Schals aus Yakwolle, Schmuck oder Klangschalen u.v.m. an. Aurafotos und Tarokarten schenken neue Perspektiven. Basteln Sie mithilfe einer Schamanin ihr eigenes Krafttierschild. Auserwählte Experten nehmen sich in einem workshop 3 Stunden Zeit für Sie.

Eintritt: 3,- €/Tag. 30 % vom Erlös werden an das Frauenhaus Wedel und die Tafel Wedel gespendet.

Im Zeichen  
von Buddha:  
Barbara  
Teßmer freut  
sich auf Ihren  
Besuch



Vorfreude auf die nächste Messe: Am 21. Und 22. März findet die Messe erstmalig in Hamburg Sasel, im Sasel-Haus statt.

Alle Informationen unter [www.buddha-and-balance.de](http://www.buddha-and-balance.de)

ANZEIGE

## Buddha & Balance

GESUNDHEITSMESSE FÜR MENSCH, TIER UND WOHNRAUM



**40 Aussteller | Eröffnungsaktion**  
Vorträge | Shops | Mode | Mandalas  
Kunsttherapie | u.v.m.

**7. und 8. September 2019**  
jeweils von 11:00 bis 17:00 Uhr  
Bürgerhaus Appen, Hauptstr. 79, 25482 Appen  
Eintritt: 3,00 €/Tag (30% werden gespendet)  
[www.buddha-and-balance.de](http://www.buddha-and-balance.de)

Lebenslust  
&  
Lebensart



## Der Gast als Freund

*Seit nun schon vier Jahren ist Matteo Giacalone mit seiner Trattoria in Rellingen zu Hause.*

■ „Wir freuen uns, dass die Rellinger uns mit offenen Armen empfangen haben und bedanken uns für vier Jahre Treue zu unserem kleinen Restaurant“, sind die ersten Worte des 46-jährigen Gastromomen, als wir uns zum Interview treffen. Hier hat er den richtigen Platz gefunden, um seinen lang gehegten Traum vom eigenen Restaurant zu erfüllen. „Das Herzstück einer Trattoria ist für uns der Genuss, der feine Geschmack der Speisen und Getränke und vor allem die freundliche und herzliche Bedienung unserer Gäste. Der Gast als Freund ist unser Ziel. Wir lieben was wir tun und besonders lieben wir es, unsere Gäste zu jeder Gelegenheit zu verwöhnen.“

Dieses Konzept geht auf. Im gemütlichen Interieur oder auf der großzügigen und überdachten Außenterrasse fühlt man sich stets willkommen, findet auf der Empfehlungskarte oder in der Speisekarte immer die passende Leckerei und darf erleben, wie die Liebe zum Beruf durch den Magen des Gastes geht.

Ein besonderes Erlebnis sind dabei die Antipasti da Matteo, ein Gedicht aus warmen und kalten Vorspeisen. Die für eine gute Küche typische Wartezeit bis zum Hauptgang ist fast zu kurz, um die in liebevoller Handarbeit hausgemachten Köstlichkeiten

zu genießen. Wie alles andere in Matteos Küche werden diese täglich frisch zubereitet.

Es gibt viele Anlässe, hier die italienische Lebensart, die frische Küche und etwas Gutes aus dem Weinkeller zu genießen: vom wöchentlich wechselnden Mittagstisch über das 3-Gänge Überraschungsmenü für 29,- € bis hin zur privaten Feier oder Firmenevents, die Matteo für bis zu 45 Personen ausrichtet.

Wie wäre es beispielsweise mit Ihrer Weihnachtsfeier, für die sich bestimmt noch eine Lücke in der gut gefüllten Reservierungsliste findet oder dem Silvestermenü, für das sich Matteo etwas ganz Besonderes ausdenkt?

Bei Matteo geht man nicht einfach zum Italiener. Man lässt sich ganz entspannt als Freund und Gast in den Sommerurlaub entführen. Die Lage der Trattoria gleich neben dem Reisebüro könnte besser nicht sein ...

### Trattoria da Matteo

Hauptstraße 62, 25462 Rellingen,

Telefon: 04101 / 8536259, [www.matteo-rellingen.de](http://www.matteo-rellingen.de)

**Di – Fr:** 12:00 – 14:30 Uhr (Mittagstisch),

17:30 – 23:00 Uhr (Küche bis 22 Uhr)

**Sa + So:** 17:30 – 23:00 Uhr (Küche bis 22 Uhr)



*Besuche meinen Stand*

1. & 2. FEBRUAR 2020

SA 11 – 18 UHR | SO 11 – 17 UHR

BUDDHA AND BALANCE MESSE  
VOLKSHOCHSCHULE WEDEL  
ABC-STR. 3, 22880 WEDEL



Anja Freese

Gesundheit & Wellness

## Was man über Wasser wissen sollte!



**Wasser – die gesunde Lösung:** Hier erfährst du alles, was du über Wasser wissen solltest.

**Wie steht es um unser Leitungswasser?**

Mikroplastik, Medikamente, Pestizide, Nitrate:  
Wie sieht es wirklich aus?

**Kalk war gestern... Wunderbar weiches Wasser – wie ist das möglich?**

Begriffe, wie: „totes Wasser, lebendiges Wasser, levitiertes Wasser, energetisiertes Wasser und informiertes Wasser“ werden auf meinen Infoabenden einfach und verständlich erklärt.

**Was macht ein gesundes Wasser aus?**

**Welches Wasser ist für Säuglingsnahrung geeignet?**

**Molekularer Wasserstoff...** das vielleicht beste Antioxydant der Welt?

**Veranstaltungsort:**

Anja Freese, In der Rellinger Passage,  
Hauptstraße 74, 25462 Rellingen

## Info-Vorträge:

11.01.20

11 Uhr

03.02.20

19 Uhr

18.03.20

19 Uhr

Für Einzeltermine und eine persönliche Beratung bei dir vor Ort schreibe mir gerne eine E-Mail oder rufe mich an.

# In jeden Garten gehört ein richtig schöner Baum

*Es wird offensichtlich stetig wärmer auf Erden. Dauerhaft? – Sehr vieles spricht dafür.*

■ Trotzdem wintert bereits im Frühherbst der Norden von Skandinavien bis Nordasien weiterhin erstaunlich früh ein: genauso wie in alten Zeiten, so dass uns später ein stärkerer Wintereinbruch droht. Doch dann drängen um die Adventszeit atlantische Warmluftschübe den kräftigen Dauerfrost zurück, gelegentlich bis zum Eismeer, selten sogar bis zum Nordpol. Dieser Prozess setzt häufig Akzente für ein mildes Frühjahr, dem ein recht warmer und häufig trockener Sommer folgen kann.

Wird es so bleiben? Das atlantisch feuchtmilde Küstenklima steht vor unserer Haustür. Schon immer hat es längere warme und kalte sowie trockene und nasse Witterungsabschnitte gegeben, manchmal Jahrzehnte lang. Nach dem derzeitigen wissenschaftlichen Erkenntnisstand müssen wir aber global mit mindestens zögerlich weiter steigenden Temperaturen rechnen. Unsere heimischen Bäume können mit derartig dauerhaften Belastungen nicht mehr zurechtkommen, sie leiden sowieso schon seit vielen Jahrzehnten unter dem sauren Regen.

Die **Rotbuche** liebt das kühlere atlantische Klima, ältere Bäume geraten bei längerer Trockenzeit an ihre Letalgrenze. Die Stieleiche will etwas mehr Wärme, gern mit ausreichenden Niederschlägen. Die **Traubeneiche** wuchs in Norddeutschland in früheren Jahrzehnten nur auf sehr warmem Standort, heute verträgt sie verbreitet Trockenheit und lang andauernde Hitze ziemlich gut. Die **Weißbuche** verhält sich ähnlich. Auch der **Feldahorn** und viele Linden- und Ulmenarten wie die robustere **Flatterulme** vertragen langfristig höhere Temperaturen, sogar **Pappeln** gehören dazu. Nachsehen haben die Kühle liebenden nordischen Arten wie die Birke und weitere mit höherem Anspruch an Wasser.

Zu den Neophyten mit aufbauenden Dominanzbeständen gehört die **Robinie**, die sich mit inva-



Bilder: NABU Pinnneberg



sivem Charakter in den letzten Jahrzehnten an den höher temperierten Nordhängen des Elbe-Urstromtales etabliert hat. Gestern noch als Neophyt mit invasivem Charakter bekämpft und fast verschrien, wird sie etwas überstürzt zum Baum des Jahres 2020 gekürt! Sie soll unter neu eingebürgerten Bäumen eine favorisierte Holzart in klimatisch wärmerer Zukunft sein.

Zu den grünen Lungen in den Städten gehören ihre Straßenbäume, die besonders im Zentrum über Jahrhunderte hinweg aufgezogen und immer weiter gut gepflegt werden müssen. Leider werden viel zu viele nach 20 Jahren aus irgendwelchen lästigen Gründen beseitigt: Es fehlt leider in vielen Gemeinden eine sinnvolle Bauschutzverordnung. In solchen Fällen lässt eine geregelte Ersatzpflicht den Austausch mit jugendlichen Kümmerlingen zu, die später dasselbe Schicksal ereilen dürfte. Es ist eine miserable ökologische Bilanz.

Allein schon deswegen müssen wir Gartenbesitzer mit größeren Grundstücken wenigstens „einen Baum für die Ewigkeit“ setzen, damit auch unsere Ururenkelkinder in seinem Schatten tanzen können. Packen wir es doch mit diesen Arten an. Es eignen sich **Stiel- und Traubeneiche**, der zierlichere **Feldahorn**, vor allem die weniger verbreitete **Weißbuche** oder eine stabile Ulme. Der sparsame Einsatz mediterraner Pflanzen mag hilfreich sein. Sollte jedoch eine längere kältere Periode die vielen zu mild ausgefallenen Jahre beenden, sind unsere heimi-

schischen Arten mit ihrer größeren ökologischen Potenz immer noch als Favoriten zu sehen.

Und selbst im kleineren Garten gibt es einen Platz für eine stärker wachsende alte Obstsorte mit größerer Toleranzbreite oder eine schöne **Eberesche**, die mit ihren blühenden Trugdolden und spätsommerlichen roten Beeren hilfreich für die Kleintierwelt ist und mit ihrem Zauber unsere Herzen so sehr erfreuen kann.

*Text: Uwe Langrock, NABU Pinneberg*



# Marzipan-Pistazien-Kekse



Frau Appel  
empfeht:

*Es wird langsam Zeit, die Plätzchensaison zu eröffnen! Hier ein raffiniertes Rezept für gefüllte Mürbeteig-Kekse, die trotzdem ganz schnell gemacht sind. Das Besondere: Sie werden als ganze Rolle gebacken und erst hinterher in Scheiben geschnitten. So spart man sich das Ausstechen der ganzen Plätzchen und die Füllung bleibt super saftig.*

## ZUTATEN

- 1 Ei
- 80 g Zucker
- 100 g Butter
- 250 g Mehl
- Prise Salz
- 2 TL Zimtpulver
- 5 EI Milch
- 450 g Marzipan-Rohmasse
- 80 g gehackte Pistazienkerne
- 50 g Puderzucker
- 2 EI Rum (ersatzweise Orangensaft oder Wasser)

## ZUBEREITUNG

**1** Für den Teig Zucker, Salz, Butter und Ei schaumig schlagen. Dann mit dem Mehl und Zimt zu einem glatten Teig verkneten. Zwei Stunden kaltstellen.

**2** 10 g Pistazien für die Dekoration zur Seite stellen. Für die Füllung restliche Kerne fein mahlen und mit dem Marzipan verkneten. Masse dritteln und zu drei gleichmäßig dicken 30 cm langen Rollen formen.

**3** Teig ebenfalls dritteln. Nacheinander auf einer leicht bemehlten Fläche 10 x 30 cm groß ausrollen. Dünn mit Milch bepinseln, je eine Marzipanrolle darauflegen und in den Teig einrollen. Überstehende Teigenden ggf. abschneiden.

**4** Mit der Nahtstelle nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten bei 160 Grad backen.



**5** Puderzucker mit Rum zu einem flüssigen Guss rühren. Auf die abgekühlten Stangen streichen. Mit den übrigen Pistazien bestreuen. Zum Servieren in etwa 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Der Rum kann auch durch Orangensaft oder Wasser ersetzt werden.

**Tipp:** Der Teig lässt sich am besten zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie ausrollen. Danach die obere Folie entfernen, Marzipan-Füllung darauflegen und mithilfe der unteren Folie die Rolle formen.

*Perfekt zum Adventskaffee*

Foto: Fotogenieur Herzberg

ANZEIGE

## Die Zutaten zum Rezept finden Sie bei uns!



Keine Zeit zum Einkaufen? Wir liefern auch.

Bestellen Sie einfach alles in unserem Online-Shop unter [www.edekanord-shop.de](http://www.edekanord-shop.de). Wir liefern Ihren Einkauf ganz bequem bis an die Haustür oder Sie holen die bereits gepackten Einkaufstüten im Markt ab.

Wir ♥ Lebensmittel.

EDEKA APPEL

Waldhof 3 · 25474 Ellerbek

EDEKA APPEL

Krupunder Heide 2a · 25462 Rellingen



# DIE KLEINE REVOLUTION BEI BECKING

100%  
biologisch  
abbaubare  
Kapseln



Unseren röstfrischen Kaffee  
versenden wir direkt oder  
Sie finden ihn im Supermarkt  
in Ihrer Nähe, z. B. bei:



## Die Idee

Kaffee aus den besten Anbaugebieten der Welt in umweltverträgliche und damit nachhaltige praktische Kapseln zu füllen. Die meist verwendeten Kapsel-Verpackungen bestehen aus Aluminium oder Plastik.

## Das Produkt

Unsere neu entwickelten Kapseln bestehen aus dem Holzrohstoff Lignin und einem Naturharz. Der Deckel wird aus Pappe mit einer speziellen Beschichtung aus dem nicht auf Mineralöl basierten Natur-Kunststoff „PLA“ gefertigt. Alles ist komplett kompostierbar und zersetzt sich auch vollständig im Meerwasser, ohne als problematisches Mikroplastik zu verbleiben. Die Produktion der Kapseln ist CO<sub>2</sub>-neutral. Die Tüte ist aus Papier und kann im Altpapier entsorgt und recycelt werden.

\*NESPRESSO® ist eine eingetragene Marke der Société des Produits Nestlé S.A., Vevey

Becking AG  
Leverkusenstr. 31  
22761 Hamburg Bahrenfeld  
info@becking-kaffee.de  
Tel.: 040 - 8519283

Geöffnet: Montag-Freitag 8-17 Uhr  
(An Feiertagen geschlossen)

Becking Kaffee  
Hamburger Manufaktur  
seit 1928



# Kaffeebasar

Bei uns in der Rösterei  
am Sa. 30.11. (12-18 Uhr) und  
am So. 01.12. (10-17 Uhr)



# Kaffeebasar

- Kaffee- und Tee-Verkostungen
- Manufakturmarkt für Ihre Weihnachtseinkäufe
- Köstlichkeiten aus unserer Küche - und vieles mehr

WWW.BECKING-KAFFEE.DE



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](http://www.zahnarztpraxis-mounesi.de)