

# Rellinger Bote

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 30 · Winter 2017/18

GRATIS  
für Sie!



Freizeit in Rellingen:  
**Mehr als Tanzen  
bei Wendt**

Erfolg für die Natur:  
**Renaturierung bringt  
den Fischotter zurück**

Einstimmung aufs Fest:  
**Lokale Weihnachtsmärkte und  
Punschrezepte für Zuhause**

Titelbild: Fotoagentur Herzberg

**JETZT NEU IM HEFT: Pinneberger Terminkalender**

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



Rehasportverein  
Rellinge

Rehasport

im Verein und

kostenfrei

auf ärztliche Verordnung

Hauptstraße 39  
25462 Rellinge

☎ 04101 - 53 240 60  
www.reha-rellinge.de



Zwei gute Adressen



Alderstraße 74 · 25462 Rellinge · 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 individuelle Pflege wird in Ein- bzw. Zweibettzimmern Tag und Nacht durch qualifiziertes Pflegepersonal liebevoll durchgeführt.
- Die medizinische Betreuung wird von den in der Umgebung ansässigen Ärzten (auch Zahn- und Augenarzt) gewährleistet.
- 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

## Nordpol statt Amazonien

*Erwachsene erzählen viel dummes Zeug, um sich vor Wahrheiten zu drücken, die angeblich nichts für Kinder sind. So wird behauptet, die Geschenke, die am 24. 12. im Wohnzimmer liegen, würden im Internet bestellt. So ein Quatsch, das ist doch nur über einen dünnen Draht mit dem Haus verbunden. Wie sollen die Pakte da durch passen?*

*Ach, jetzt soll es der Paketbote sein? Und warum kommt der das ganze Jahr über, aber Pakete unterm Baum gibt es nur am 24. Dezember? Und woher weiß der, wem er was bringen soll?*

*Zum Jahresende läuft immer ein Opa mit rotem Bademantel rum. Der wohnt am Nordpol und hat dort eine große Geschenkfabrik, da gibt es genug Dokumentationen aus Hollywood darüber. Das ist schon mal Fakt. Aber der soll mit seinen klapperigen Rentieren in einer Nacht um die Welt fliegen um überall durch den Kamin zu kriechen ohne sich dabei schmutzig zu machen?*

*Was ist das jetzt wieder für ein Märchen? Gebt es doch einfach zu, liebe Eltern: Vom Nordpol kommen zwar die Geschenke. Aber ihr müsst dem Weihnachtsmann helfen und holt sie im Geschäft ab, wo sie der Paketdienst deponiert hat.*

*Weihnachtsgeschenke haben mit dem Internet nichts zu tun. Das kann nämlich nur bunte Bilder auf den Schirm werfen. Warum erfinden Erwachsene so dumme Geschichten, wenn es in Wirklichkeit doch so einfach ist?*

*Die Redaktion wünscht Ihnen  
eine besinnliche Adventszeit*

*Volker Meliß*

## Inhalt dieser Ausgabe

**04 Update aus dem Rathaus**  
Vorschau auf 2018

**08 Mehr als Tanzen**  
Geselligkeit und Sport  
bei Lars Wendt

**10 Neues zum Hören**  
Zacho berichtet vom  
Hörakustiker-Kongress

**12 Weihnachtsbasar**  
Lokale Geschenkideen

**14 Besinnliche Adventszeit**  
Weihnachtsmärkte  
und Punschrezepte

**16: Der Winter in der Region**  
Veranstaltungstipps für  
Pinneberg und Umgebung

**24 Künstler im Handwerk**  
Ein Malereibetrieb zeigt,  
dass er mehr drauf hat

**26 Freie Nase**  
Nicht zu viel Nasenspray

**28 Bauch und Kopf**  
Wie der Darm unser  
Wohlbefinden steuert

**29 Bildung und Freizeit**  
Das neue Programm der  
VHS Halstenbek

**30 Er ist wieder da!**  
Der NABU begrüßt  
den Fischotter

**34 Sledenföhrn**  
Winter auf Plattdeutsch

**35 Der kleine Mann im Ohr**  
Was gegen Tinnitus hilft

## Impressum

**Verlag:**  
VM-Media Volker Meliß

An der Eiche 51,  
25421 Pinneberg

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

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

**Chefredakteur:**  
Volker Meliß

## Lokalredaktion und Mediaberatung:

Martina Klaeger-Reinbender  
mkr@pinnauboten.de  
04101-843832

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

## 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.

# Update aus dem Rathaus

*Rellingen hat 2017 vieles angeschoben. Zum Jahresende wird es etwas ruhiger um die Großprojekte, der Blick fällt auf eine Vielzahl anderer Themen, die mindestens genauso wichtig für die Gemeinde sind.*

## Feuerwehr unter neuer Leitung



Rellingen hat mit „Ort“ und „Egenbüttel“ gleich zwei freiwillige Feuerwehren, jede mit ihrem eigenen Wehrführer. Darüber gibt es noch einen Gemeindeführer, der beide Wehren übergeordnet führt. Kay-Uwe Otto bekleidet seit Jahren das Amt des

Wehrführers im Ort und rückt zum 1. Januar 2018 zum Gemeindeführer auf und wird damit zum obersten Feuerwehrmann in Rellingen.

## Wer wird der/die Behindertenbeauftragte?

Herr Vogt ist auf Kreisebene seit zwei Jahren ehrenamtlicher Behindertenbeauftragter. Er hat angeregt, entsprechende Stellen auch auf Gemeindeebene zu schaffen, weil die alltäglichen Belange von behinderten Bürgern sehr viel effektiver erkannt werden und schneller geholfen werden kann. „Das unterstützt die Gemeinde sehr gerne“, sagt Bürger-

meister Trampe. Der oder die Behindertenbeauftragte wird Ansprechpartner für Behinderte sein und deren Sprachrohr in Richtung der Politik und Verwaltung. Das geht von Anforderungen an die Barrierefreiheit bis hin zu einer Lotsenfunktion. „Es ist ein Ehrenamt, die Gemeinde wird aber eine kleine monatliche Aufwandsentschädigung zahlen. Zudem stellt die Gemeinde Räumlichkeiten für die Arbeit zur Verfügung. Ich bin mir sicher, dass in Rellingen mit seinen engagierten Bürgern jemand Interesse hat, auf diese Weise seine Mitbürger zu unterstützen und freue mich, möglichst bald Rellingens Behindertenbeauftragte(n) begrüßen zu können“, wirbt der Verwaltungschef für die neue Position. Wer Interesse hat, sich hier einzubringen, ruft bitte im Rathaus an.

## Neuer Gemeindeführer

Der Gemeindeführer steht zur Verfügung um kleinere Unstimmigkeiten zwischen den Bürgern zu schlichten, bevor diese zu einem juristischen Vorgang eskalieren. Der Klassiker ist dabei der „Nachbarschaftsstreit“, der meist auch ohne

ANZEIGE

# SonjaDittmer

STEUERBERATERIN

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

Richterspruch aus der Welt geschaffen werden kann, wenn jemand aus einer neutralen Position heraus Vorschläge zu einem fairen Interessensausgleich macht. Diese ehrenamtliche Aufgabe übernimmt in Rellingen zum Jahresbeginn Stefan Kuhlke. „Das ist keine juristische Instanz, sondern bedarf einer großen Portion gesunden Menschenverstandes“, umschreibt Herr Trampe diese Funktion. „Ich freue mich, dass wir mit Herrn Kuhlke genau den Richtigen dafür gefunden haben.“

### Ausblick auf den Haushalt 2018

Der Abschluss 2016 liegt fertig geprüft vor und weist 1,9 Mio. € Überschuss aus. Die Politik hat den in 2017 entstandenen Überschuss ebenfalls zur Bildung von Rücklagen eingesetzt. Da darf der Haushaltsentwurf für 2018 trotz eines veranschlagten Defizits von 1,4 Mio. € als sehr solide angesehen werden.

Mit diesem Haushalt ist dann der Umbau der Brüder-Grimm-Schule erledigt, dort wird Anfang Dezember 2017 Richtfest gefeiert und zum kommenden Schuljahr der Neubau in Betrieb genommen. Die CVS schlägt 2018 „nur“ mit 2,5 Mio. € zu Buche, weil der Neubau erst 2019 stattfinden wird. „Rellingen profitiert mit seinen attraktiven Gewerbegebieten weiterhin von der guten Wirtschaftslage. Wir gehen damit verantwortungsvoll um und investieren nachhaltig in die Zukunft der Gemeinde. Die aktuell günstigen Rahmenbedingungen werden genutzt, ohne die Grundsätze einer soliden Finanzpolitik in Frage zu stellen“, fasst der Bürgermeister den Haushaltsplan für 2018 zusammen.

### Eröffnung Nordsport

Seit dem 10. November hat Rellingen ein großes Sportgeschäft. „Rellingen freut sich sehr über die Ansiedlung von Nordsport. Aus einem alten Leerstand ist eine Visitenkarte für



**Aufschlag: Gabriele und Thomas Themm am Eröffnungstag ihres Sportfachgeschäftes**

die Gemeinde geworden, es stellt ein zusätzliches attraktives Angebot dar, nicht nur für Rellingener, und natürlich freut sich die Gemeinde über jedes vitale Unternehmen, das den Weg zu uns findet“, stellt der Bürgermeister anlässlich der Eröffnung fest und wünscht Gabriele und Thomas Themm alles Gute für die Zukunft ihres Geschäftes. ▶

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  
Großkarten  
eBooks  
Schulbücher  
Vorverkaufsstelle für**

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

**und vieles mehr ...**

## Gewerbegebiet Adlerstraße / Siemensstraße

Ein Zeichen, wie wichtig das Gewerbe für die Gemeinde ist, hat Rellingen am Eingang zum Gewerbegebiet Adlerstraße gesetzt. Wo andere Gemeinden den Firmen maximal erlauben ein Werbeschild mit den Firmenlogos zu platzieren, kümmert sich Rellingen selber um einen angemessenen Eingang zum Gewerbegebiet. Dort steht jetzt eine große Hinweistafel mit echtem Mehrwert. Neben den aufgelisteten Unternehmen ist nämlich ein großer Lageplan vorhanden. Auf dem man die Firmen tatsächlich finden kann. Die Kosten haben sich die Unternehmen und die Gemeinde Rellingen geteilt. Man wundert sich, wie oft das tatsächlich von Besuchern genutzt wird, auch in Zeiten, in denen elektronische Pfandfinder allgegenwärtig sind.

**Die etwas größere Visitenkarte: Der neue Eingang zum Gewerbegebiet wird eingeweiht**



ANZEIGE



# NEUHOFF

Augenoptik und Juwelier \*\*\*\*

L A S S E N

S I E S I C

H D O C H M

A L W I E D E

R S E H E N



Am Rathausplatz 19 25462 Rellingen Tel: 04101-23472 [www.neuhoff-rellingen.de](http://www.neuhoff-rellingen.de)

## Adventskirche in Rellingen

**9. und 10. Dezember, 14 bis 18 Uhr**

Haben Sie schon einmal im Altarraum unter dem großen Adventskranz, mit schöner Klaviermusik im Hintergrund, Kaffee getrunken und lecker Kuchen gegessen? Das ist einfach ein unheimlich schönes vorweihnachtliches Erlebnis, das man sich nicht entgehen lassen sollte!!

Nicht nur für das leibliche Wohl wird am 2. Adventswochenende in der Rellinger Kirche gesorgt (... wir freuen uns wieder über reichhaltige Kuchen Spenden, die ab 13 Uhr in der Kirche entgegen genommen werden ...).

Es werden schöner Schmuck, tolles, buntes Selbstgeähtes, fair Gehandeltes, verschiedene Krippen oder – nicht nur – weihnachtliche Bücher als Geschenkideen gezeigt und käuflich zu erwerben sein. Für Kinder gibt es wieder ein Bastelangebot! Am Sonntag findet dann ab 17 Uhr das traditionelle offene Adventssingen statt. Es lohnt sich, auf jeden Fall vorbeizukommen! Bis dahin – Ihr Adventskirchen-Team

## Kinderkleidermarkt in Rellingen

**Am 24. Februar 2018 von 10:00 bis 12:30 Uhr** öffnet der 21. Kinderkleider- und Spielzeugmarkt seine Türen in der Sporthalle der Caspar-Voght-Schule.

Was das Herz begehrt: Kleidung vom Baby bis Größe 152, Spielzeug, Möbel, Fahrzeuge und vieles mehr. Für das leibliche Wohl sorgt unsere Cafeteria mit leckerem selbstgebackenen Kuchen zum sofort Essen oder zum Mitnehmen. Bei Vorlage ihres Mutterpasses dürfen werdende Mütter bereits um 9:30 Uhr als erste stöbern.

## Blut gibt es nicht im Supermarkt

So heißt ein Slogan des DRK-Blutspendedienst Nord-Ost. Wir ehrenamtlichen Helferinnen stellen uns vor. Unsere Zeit an den Blutspendeterminen, es findet in Rellingen dieses Jahr der letzte am Nikolaustag statt, stellen wir gerne der guten Sache zur Verfügung. Die Termine werden mit Plakaten, Bannern und in der Tagespresse mitgeteilt. Die DRK-Begegnungsstätte im Appelkamp wird dann für einige Stunden als Blutspendestandort genutzt. Der Blutspendedienst

stellt ausgebildetes Fachpersonal und wir sind sowohl Ansprechpartner und für das Wohlergehen der Spender da. Nach erfolgter

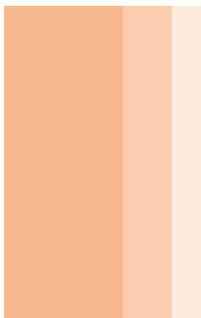


Blutentnahme kann sich jeder Spender in unserem Erfrischungsraum erholen und sich an unserem Büfett stärken. Bedarf an Blutspendern besteht immer und auch wir Helferinnen brauchen Nachwuchs. Bei 5 Terminen lässt sich das gut einrichten. Schauen Sie einfach vorbei, ob als Spender oder als neues Mitglied in unserem Helferinnen-Team. Sollte von Ihrer Seite Interesse bestehen uns tatkräftig bei den Terminen zu unterstützen, so können Sie bei Birgit Schaller unter der Tel. Nr. 04101-22958 ab 18.00 Uhr anrufen oder, wie bereits erwähnt, bei einem der Termine vorbeikommen und sich alles ansehen.

**Der nächste Termin ist der 6.12.2017!**

*Text und Bild: DRK-Ortsverein Rellingen, Blutspendegruppe*

ANZEIGE



**Nina Kröger**  
Praxis für Naturheilverfahren

- Naturheilverfahren
- Ganzheitliche Labordiagnose
- Regulationsdiagnostik
- Phytotherapie

# Tanzbein schwingen und nette Leute treffen

*Lars Wendt hat sich ein besonderes Konzept ausgedacht, mit dem er vor fast zwei Jahren mit seiner Tanzschule in den Ortskern von Rellingen zurückgekehrt ist. Es geht ihm um viel mehr als nur um das Einstudieren von Tanzfiguren.*



Lars Wendt und Nicole Schmieding freuen sich auf Sie!



■ In der Hauptstraße 35 hat die Rellinger Tanzschule vor jetzt fast zwei Jahren ihre Heimat gefunden, wohin der Inhaber auch Hamburger Tänzer locken kann. „In Hamburg bieten wir weiterhin unsere Hochzeitskurse im Racket Inn in Schnelsen an. Wer uns dann erst einmal kennt und wieder mehr tanzen möchte, fährt gerne die paar Kilometer nach Rellingen weiter.“

Dort finden Hamburger genau das vor, was auch die Rellinger schon lange wieder für sich entdeckt haben. Eine familiäre Atmosphäre in Tanzkursen mit 10 - 12 Paaren und einen Saal, der genau richtig ist für diese Größe. Genau das strebt ADTV-Tanzlehrer Wendt an. „Wir wollen nicht nur Freude am Tanzen vermitteln, sondern unseren Tänzern auch den Spaß an der Begegnung mit netten Menschen bieten. Und

dafür ist eine überschaubare Gruppe wichtig.“ Und so trifft man sich in der Pause am Tresen in der Bar, gleich am Ende des Tanzsaales. „Hier kommt jeder schnell ins Gespräch mit den Mittänzern. Nach zwei Wochen kennt jeder jeden“, weiß der Chef aus Erfahrung. Ganz besonders wichtig ist es, in den ersten Tanzstunden die Einsteiger individuell zu betreuen und sie in kleinen Schritten in die große Welt des Tanzens einzuführen. Das ist hier Chefsache. Alle Einsteigerkurse werden von Lars Wendt und seiner Lebenspartnerin geleitet. Insgesamt arbeiten hier sechs Tanzlehrer, um die ganze Welt des Tanzens anbieten zu können. Der Klassiker ist der Gesellschaftstanz, zu dem oft der Weg über den konkreten Anlass führt. Im Crash-Kurs wird man an einem Wochenende fit gemacht für den Abiball, die Hochzeit oder jeden anderen

Anlass, auf dem man nicht neben der Tanzfläche stehen bleiben möchte. Das findet natürlich auch in Rellingen statt, nicht nur in Hamburg. Dann steigt man in das klassische dreistufige Welttanzprogramm ein, dem der Tanzkreis folgt. So trifft man sich oft über lange Jahre mit Gleichgesinnten, um einmal in der Woche Sport, Spaß und Geselligkeit zu verbinden.

Unter den Spezialkursen ist DANCIT ein besonderer Leckerbissen. Bei diesem Tanz-Fitness-Konzept werden Elemente eines Workouts mit bekannten Rhythmen klassischer Tänze verbunden. DANCIT ist eine Mischung aus Aerobic, Krafttraining und Solotanz, die Anfänger, Nichttänzer und bereits sportlich Aktive auf einer Tanzfläche vereint.

Um all das besuchen zu können, wird man Clubmitglied bei Lars Wendt und kann für den einheitlichen Monatsbeitrag beliebig viele Kurse besuchen, die alle im Wochenrhythmus stattfinden. Zum Ausprobieren gibt es kostenlose Schnupperstunden. Einfach anmelden unter [www.tanzschule-wendt.com](http://www.tanzschule-wendt.com).



Gleich geht's rund: Erst die Schritte üben, dann kommt die Musik dazu.

Aber der Gedanke der in Gesellschaft gestalteten Freizeit hört bei Lars Wendt nicht an der Tür seiner Tanzschule auf. Seine Tanzreisen ins Wendland sind stets ausgebucht. An einem verlängerten Wochenende mit viel Natur und touristischem Programm klingen die Abende im Tanzsaal des Hotels sportlich-fröhlich aus. Auch Theaterbesuche in Hamburg bietet die Tanzschule an, natürlich mit Bezug zum Tanzen, z.B. „Grease“ im Mehr!-Theater. Und so schließt sich der Kreis, die Rellinger Tanzschule mit Ableger in Hamburg kehrt mit Ihren Tänzern in die Hansestadt zurück. Spaß beim Tanzen gibt es in der Tanzschule Wendt nicht nur auf dem Parkett in Rellingen, sondern auch in der nahen Großstadt oder in ländlicher Umgebung.

## 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](http://www.tanzschule-wendt.com)



Das Zacho-Team auf dem Rundgang über den Fachkongress in Nürnberg

## „Smartes Hören“ sorgt für Komfort im Alltag

*Es sind oft winzige Unterschiede, die das Leben lebenswert machen: Die Prise Salz in der Suppe sorgt für mehr Würze. Der Sonnenstrahl im Herbst zaubert ein Lächeln ins Gesicht. Ähnlich ist es beim Hören. Musik hören macht in guter Qualität mehr Spaß. Telefonate und Gespräche in der Kneipe mühelos zu verstehen, ist Lebensqualität.*

■ Das war der Leitsatz zum 62. Internationalen Hörakustiker-Kongress in Nürnberg, mit rund 8.300 Teilnehmern aus 83 Ländern und 135 Aussteller aus 21 Ländern der größte der Branche. 20 Vorträge und sieben Tutorials sorgten für fachliche Fortbildung und jede Menge konstruktiven Diskussionsstoff. Zusammen mit drei seiner Filialleiterinnen machte sich Per Zacho auf den Weg nach Nürnberg, um sich fortzubilden und sich über das Neueste für die Kunden seiner Fachinstitute zu informieren. Er macht

deutlich, worum es dabei geht: „Ohne den Hörakustiker, der die Hörsysteme anpasst, geht gar nichts. Durch immer ausgereifere Technologie im Hörsystem steigt der Bedarf an Knowhow in diesem Bereich stetig weiter an. Nur optimal angepasste Systeme können den Mehrnutzen auch erbringen, den die umfangreiche technische Ausstattung verspricht.“

Voraussetzung für eine effektive Nutzung ist die Programmierung der Hörsysteme auf die individu-

ellen Eigenschaften und Bedürfnisse des Trägers. Der Hörakustiker ist ausgebildeter Experte dafür. Er berät bei der Auswahl, passt die Hörsysteme an, erklärt und trainiert die Handhabung und ist für die Nachsorge zuständig.

Aber das reicht heute nicht mehr, wie Per Zacho erklärt: „Die Messe hat den Trend bestätigt, das Hörgeräte immer mehr zum zentralen Kommunikationsgerät für ihre Träger werden, so wie Mobiltelefon heute viel mehr kann als telefonieren.“

Im Mittelpunkt stehen dabei technische Innovationen wie die 2,4 GHz-Technologie, die Möglichkeiten, Durchsagen im Zug und auf dem Bahnhof direkt auf die Hörsysteme übertragen bietet. Es wurde ein neues Hörsystem vorgestellt, das die eigene Stimme nicht mehr fremd klingen lässt und somit eine hohe Spontan- und Trageakzeptanz bei bestmöglichem Sprachverstehen ermöglicht. Es gab Demonstrationen zur Bluetooth-Anbindung von Smartphones an moderne Hörsysteme und deren Möglichkeit, gesprochene Sprache direkt über die Hörsysteme übersetzen zu lassen.

Das Fazit der Profis fällt eindeutig aus: „Hörsysteme können inzwischen viel mehr als hören. Die Kopplung mit Telefonen, TV-Geräten, Stereoanlagen und PCs macht sie zu nützlichen Alltagshelfern. Via Bluetooth wird über die Hörsysteme an Termine oder Medikamenteneinnahmen erinnert. Liveübersetzung von gesprochener Sprache in die Hörsysteme ist ein weiterer Pluspunkt dieser Systeme.“

Auch können neuerdings Haushaltsgeräte, Jalousien oder das Garagentor per Zusatz-APP über Hörsysteme gesteuert werden. Die Funktion „Störgeräuschunterdrückung“ hilft, sich vor der akustischen Umweltverschmutzung zu schützen. Lästige Umgebungsgereusche, Klingeltöne und Verkehrslärm können damit ausgeschaltet werden.

All das ist keine Zukunftsmusik, sondern die aktuelle Generation von Hörgeräten. Der Chef fasst es in einem Satz zusammen: „Leichtes, angenehmes Hören ist jetzt und in Zukunft kein Luxus, sondern Lebensqualität!“

Text und Bild: Hörgeräte Zacho

Hörgeräte | Zacho
Das Beste zum Hören

## WIR FÜR HIER

### Zu Hause in der Region

Ein Motto, das uns herausfordert und das uns verpflichtet. Wir sind Ihr starker Partner in der Region, wenn es um Ihre Hörgesundheit geht. Das gesamte Hörgeräte Zacho-Team ist immer für Sie da – ganz nah.

**WELTNEUHEIT:** Garantiert neu und noch nie dagewesen. Das neue Siemens Signia NX kombiniert den natürlichen Klang Ihrer Stimme mit allen Umgebungsgereuschen. Dabei genießen Sie eine natürliche Hörerfahrung in bestmöglicher Hörqualität. Seien Sie einer der Ersten. Probieren Sie es jetzt aus: Das neue, revolutionäre Signia NX.

Jetzt anrufen und einen Termin vereinbaren oder kommen Sie in unsere Fachinstitute. Lassen Sie sich beraten – ausführlich und kostenlos.

Fachinstitute Hörgeräte Zacho

25462 Rellingen

Am Rathausplatz 17 • Tel. 04101- 37 68 84

25469 Halstenbek

Gustavstraße 7 • Tel. 04101- 805 75 95

Fachinstitute: HH-Blankenese • 2x HH-Niendorf • HH-Othmarschen

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



**E APPEL**  
EDEKA

**FÖRDERT DEN  
FEUERWEHR  
NACHWUCHS**

Mit dem Kauf dieser Gutfleisch  
Feuerwehr-Mettwurst unterstützen  
Sie die Nachwuchsförderung der  
Jugendfeuerwehr Ihres Landes  
mit 1 Euro. Am 16.12. helfen  
uns die Jugendfeuerwehren in  
beiden Märkten beim Verkauf,  
kommen Sie gern vorbei!

**PRO STÜCK  
3,33 €**



erhältlich in den Filialen:

**Krupunder Heide 2a, 25462 Rellingen  
und Waldhof 3, 25474 Ellerbek**



**Zu Weihnachten  
kommt ein Engel ...**

Lassen Sie sich inspirieren  
vom **WOHNIRAUM** und stel-  
len Sie sich Ihre individuelle  
Weihnachtsdekoration  
zusammen.

**WOHN|RAUM**

Kiebitzweg 2, 22869 Schenefeld, im Stadtzentrum Schenefeld

## Eucerin Premium Hautpflege

Die Pflegeserie aus dem Hause Beiersdorf ist das ideale Geschenk für jene, die „schon alles haben“. Von Körperpflegesets (Lotion und Duschgel) über Füller bis zum Intensiv-Serum Konzentrat bietet Ihr Apotheker mit Eucerin pH5-Produkten Hautpflege für höchste Ansprüche. Ab 15,49 €

**Post Apotheke; Hauptstraße 35, 25462 Rellingen,  
04101 - 20 0110, [www.post-apotheke-rellingen.de](http://www.post-apotheke-rellingen.de)**



## Das Heim adventlich gestalten

Zu einem Rundgang durch verschiedene Design-  
welten für Weihnachtsdekoration lädt Laura Knop  
in Ihr neues Geschäft ein. Mitten Im Gewerbe-  
gebiet hat sie eine Oase der Besinnlichkeit  
erschaffen und bietet Hochwertiges aus ganz  
Europa und aus eigener Produktion an.

**Lakima Living; Flensburger Straße 6,  
25421 Pinneberg, 04101-588998**





## Kleine Weihnachtsträume

Dänisches Design zaubert unverwechselbare Gemütlichkeit in jedes Heim. Barbara von Lille dromme bietet ausschließlich „hyggelige“ Wohnaccessoires aus Skandinavien an und hat fürs Fest wieder die traumhaftesten Dekoideen für Ihre Kunden im kleinen Schafstall beim Hofladen versammelt.

**Lille Dromme, Pinneberger Str. 38, 25462 Rellingen, 04101-835 32 77, Mo, Di, Do, Fr: 10 – 13 h + 15 – 18 h, Sa: 10 – 13 h, [www.lilledroemme.de](http://www.lilledroemme.de)**



## PerfectClean – Desinfektion von Hörgeräten

Mit ihrer Möglichkeit, Hörsysteme zu reinigen, zu trocknen und zu desinfizieren, erledigt die UV-C-Trockenbox PerfectClean alle Pflegedienste mit einem Produkt. Sie ist für alle Hörgeräte-Typen hervorragend geeignet. 109,- €

**Fachinstitut Hörgeräte Zacho**  
Am Rathausplatz 17, Rellingen; Gustavstr. 7, Halstenbek

## Empfehlungen zum Weihnachtsfest von der Buchhandlung Lesestoff

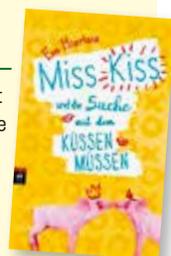
### Die Bremer Stadtmusikanten

Kinderoper von Attila Kadri Sendil; Eine moderne Kinderoper auf CD mit Bilderbuch-Booklet zum Verfolgen der Geschichte. Für Kinder ab 6 Jahren; **€ 13,-**



### Miss Kiss und die Sache mit dem Küssenmüssen

Eva Hierteis; Bei Milly (11 Jahre) ist das Kussfieber ausgebrochen. Eine witzig spritzige Geschichte über den aufregenden ersten Kuss für Kinder ab 10 Jahren. **€ 12,99**



### Atlas Obscura

#### Entdeckungsreisen zu den verborgenen Wundern der Welt

Joshua Foer, Ella Morton, Dylan Thuras; Ein außergewöhnlicher Reiseführer zu ungewöhnlichen Orten und Dingen rund um den Globus. Das Geschenk für Menschen mit Fernweh! **€ 34,-**



### Weihnachtslieder

Hrsg. von Klaus Brecht, Klaus K. Weigele; In diesem aufwendig gestalteten Buch sind rund 80 klassische bis moderne Lieder versammelt. Eine Mitsing-CD liegt bei, auf der alle Lieder in einer instrumentalen Fassung zum Kennenlernen und Mitsingen zu hören sind; **€ 28,-**



**Buchhandlung Lesestoff**  
Hauptstraße 74, 25462 Rellingen,  
[www.lesestoffundmehr.de](http://www.lesestoffundmehr.de), 04101/780 96 00

# Zeit für Punsch

Wenn es draußen winterlich kalt wird, wärmt  
ein duftender Punsch wunderbar von innen.

mmmh...  
mit Zimt



## Apfelpunsch

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Apfel
- 1 Ei Zitronensaft
- 100 ml Schlagsahne
- 500 ml klarer Apfelsaft
- 400 ml Weißwein
- 100 ml Amaretto
- 1 Pk. Vanillezucker
- Zimtpulver

## Zubereitung

1. Apfelsaft, Weißwein, Amaretto und Vanillezucker in einem Topf erhitzen.
2. Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Apfelwürfel mit dem Zitronensaft mischen. Sahne steif schlagen.
3. Apfelstücke auf 4 Gläser verteilen und mit dem heißen Punsch aufgießen. Mit je 1 Ei Sahne dekorieren und mit einer Prise gemahltem Zimt bestreuen.

*Amaretto  
lecker...*



FOTOS: FOTOGENTUR HERZBERG

## Heißer Marzipanpunsch

### Zutaten für 2 Portionen

100 ml Sahne  
60 g Marzipanrohmasse  
2 EL Roibuschtee  
1 EL Amaretto

### Zubereitung

**1.** 2 EL Roibuschtee mit 350 ml heißem Wasser aufbrühen und 5 Minuten ziehen lassen. Tee durch ein

Sieb in einen kleinen Topf abseihen. 1 EL Amaretto hinzufügen und wieder erhitzen, nicht kochen.

**2.** Sahne steif schlagen. Marzipan grob raspeln.

**3.** Tee in Gläser füllen, eine Sahnehaube darauf geben und mit Marzipanraspeln dekorieren.

## Orangen-Rosmarin-Punsch

### Zutaten für 4 Portionen

1 Bio-Orange  
900 ml Weißwein  
100 ml Orangenlikör  
4 Rosmarin Zweigspitzen  
5 EL Honig

### Zubereitung

**1.** Bio-Orange waschen und davon vier schmale Streifen der Schale, ohne die weiße Haut, abschälen. Dann die Orange ganz schälen, in Scheiben schneiden und diese halbieren.

**2.** Weißwein, Orangenlikör, die Orangenschalenstreifen, Rosmarin und Honig in einen Topf geben. Einmal kurz köcheln und dann noch 20 Min. ziehen lassen.

**3.** Punsch nochmal erhitzen. Die Orangenscheiben in vier Gläser geben und mit heißem Punsch aufgießen.

*besonders  
raffiniert*





# Pinneberger Termine

Hier  
finden sie unsere  
Veranstungstipps  
**Winter  
2017/18**

**Freitag 01. Dezember 2017**

## 19:00 Uhr **Relling Rathaus Galerie** **Vorweihnachtliches Konzert**



Relling Rathaus, Hauptstraße 60, Rellingen  
mit Luz Leskowitz, einem Überraschungsmusiker  
und Manfred Eckhof **Eintritt 16 €**

**Sonntag 03. Dezember 2017**

## 16:00 Uhr **Relling Kantorei** **Konzert des Hamburgers Polizeichors**

Rellingener Kirche; Leitung Kazuo Kanemaki  
**Eintritt 15 €**



**Samstag 02. Dezember 2017**

## 16:00 Uhr **Theaterverein Rellingen** **Der Räuber Hotzenplotz**

Tangstedt Turnhalle Brummerackerweg  
...und darum geht es:

Der Räuber Hotzenplotz hat Großmutter's Kaffeemühle geraubt. Grund genug für Kasperl und Seppel zu beschließen, dem Mann mit den sieben Messern das Handwerk zu legen. Das ist jedoch gar nicht so einfach: Sie finden zwar die Räuberhöhle, werden aber gefangen genommen. Während Seppel bei Hotzenplotz die Unordnung in der Räuberhöhle aufräumen muss, wird Kasperl an den Zauberer Petrosilius Zwackelmann verkauft. Die Zukunft der beiden sähe finster aus, wären da nicht noch die gute Fee und der Wachtmeister Dimpfelmoser...

**Eintritt 6 € für Kinder und Erwachsene**

**17:00 Uhr Theaterverein Rellingen**

## **Der Räuber Hotzenplotz**

Ellerbek - Kulturtreff / Sport-Zentrum / Harbighalle -  
Rugenberger Mühlenweg

**Eintritt 6 € für Kinder und Erwachsene**

ANZEIGE

# Wolle



## ggh-Lagerverkauf

- Strickwolle
- Häkelgarne
- Sockenwolle
- Kurzwaren
- Strickmode

Bei uns finden Sie das gesamte Sortiment an Handstrickgarnen:

- Merino • Alpaka
- Klassische Schurwolle
- Mohair • Baumwolle
- Effektgarne • Filzwolle
- Sockenwolle

**Sie stricken  
oder häkeln gern?**

**ggh-Lagerverkauf**

Mühlenstraße 74  
25421 Pinneberg

**Öffnungszeiten**

MI: 14 bis 17 Uhr  
DO: 10 bis 18 Uhr  
FR: 10 bis 16 Uhr  
SA: 10 bis 14 Uhr



## Samstag 09. Dezember 2017

12:00 bis 16:00 Uhr **Salzhuus**

### Adventsnachmittag

Salzhuus Eichenstraße 28 25462 Rellingen  
Man kann ganz in Ruhe Stöber und die letzten Weihnachtsgeschenke einkaufen. Wer mag darf einen duftenden Tee und Weihnachtsgebäck genießen.

## Sonntag 10. Dezember 2017

17:00 Uhr **Theaterverein Rellingen**

### Der Räuber Hotzenplotz

Bönningstedt Kleine Turnhalle  
Kieler Straße

Eintritt 6 € für Kinder und Erwachsene

## Dienstag 12. Dezember 2017

15:30 bis 17:00 Uhr **DRK-Begegnungsstätte**

### Weihnachtslesung im Rellinger Literaturcafé

Appelkamp 8 Rellingen  
Das ehrenamtliche Team des Literaturcafés lädt zu einer weihnachtlichen Lesung ein.

## Mittwoch 13. Dezember 2017

19:00 bis 21:30 Uhr **Rellinger Frauentreff 2017**

### Adventsfeier

Gaststube des RTV Hohle Str. 14 Rellingen  
Adventsfeier mit Punsch, Kerzenschein und viel Musik. Eine kleine Köstlichkeit für das gemeinsame Abendessen mitbringen.

## Donnerstag 14. Dezember 2017

19:30 Uhr **Die Drostei**

### Engelslicht und Dornenschatten

Die Drostei Dingstätte 23 Pinneberg  
Konzert mit Christine Maria Rembeck, Sopran und Klavier

Eintritt 18 € / 16 € / 13 € ermäßigt

ANZEIGE

**pinneberg**  
verlinkt

## DIE PINNEBERG-APP

- wo-finde-ich-was
- veranstaltungen
- stadt-infos - u.v.m.

Info-Telefon: 04101-8048541  
www.pinnebergverlinkt.de | facebook: pinnebergverlinkt

**Jan GERCKENS**  
Ihr Elektromeister

Pinneberger Str. 48 • 25462 Rellingen • www.jangerckens.de  
☎ (0 41 01) 3 41 55

E-CHECK

## Freitag 15. Dezember 2017

20:00 Uhr **Rellinger Rathaus Galerie**

Siegfried W. Kerner liest:

### „Weihnachten mit Hans Fallada“

Hauptstraße 60 Rellingen  
Für seinen Auftritt im Rathaus Rellingen hat der bekannte Hamburger Schauspieler Siegfried W. Kerner eine stimmungsvolle Geschichten- auswahl zusammengestellt. Eintritt 16 €





## Samstag 16. Dezember 2017

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

**J. S. Bach: Weihnachtsoratorium (I-III)**

Rellinger Kirche  
Leitung Oliver Schmidt

## Dienstag 19. Dezember 2017

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

**„Nicht nur zur Weihnachtszeit“**

Rellinger Kirche  
Werke von Vivaldi, Ravel, Brückner u.a. sowie eine  
Uraufführung

**Der Eintritt ist frei.** Es wird um eine Spende zur  
Finanzierung der Konzertreihe gebeten.

**20:00 bis 22:00 Uhr Förderverein SummerJazz e.V.**

**Jazz im Foyer**

Rathaus Pinneberg 1. OG Bismarkstraße 8  
Jazz im Foyer mit Abi Wallenstein, Matthias Schlechter &  
Martin Röttger; Konzert zwischen den Jahren

**Eintritt: 10 € Vorverkauf 20 € Abendkasse**

## Dienstag 09. Januar 2018

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

**Bochabela-String-Orchestra**

Rellinger Kirche  
Klassische und afrikanische Musik (Benefiz-Konzert)

## Donnerstag 11. Januar 2018

**19:00 Uhr Etzer Bund**

**Filmabend – Appen damals –**

Etzer Bund Wedeler Chaussee 21, Appen-Etz

## Freitag 12. Januar 2018

**19:30 Uhr Die Drostei und JUKS Schenefeld**

**Drostei unterwegs... Große Neujahrsgala**

Forum Schenefeld Achter de Weiden 30 Schenefeld  
Zum vierten Mal präsentieren Ihnen Drostei und das JUKS  
Schenefeld die Neujahrsgala der Symphoniker Hamburg!

**Eintrittspreise: 1.Sitzplatzkategorie: 34€**

**2. Sitzplatzkategorie: 29€ An der Abendkasse zzgl. 4€**

## Samstag 13. Januar 2018

**15:00 Uhr GSH Pinneberg**

**babelart Theater -**

**Der Koch, eine Wurst und das verrückte Huhn**

Geschwister-Scholl-Haus Jugend- und Kulturzentrum  
Bahnhofstr. 8 Pinneberg

Gesungen und Gespielt. Mit Masken, Puppen und  
Instrumenten. Glücksmomente garantiert!

Spiel, Musik, Figuren, Ausstattung: Andra Taglinger,  
Manfredi Siragusa Dauer ca. 50 Min.

**Eintritt: 4 €**

Karten bitte telefonisch (04101 24917) oder per Mail  
(info@gshpi.de) vorbestellen!

Einlass und Kartenabholung ab 14:30 Uhr. Es lohnt sich!

ANZEIGE

**Ihre Gemeinschaftspraxis zentral in Schnelsen  
Burgwedel Nr. 7**



**Christiane Quindel**

- Heilpraktikerin -  
- med. Masseurin -

**Osteopathie**

und begleitende Naturheilkunde

Termine nach tel. Vereinbarung: 040-55 50 47 48



**Martina Neumann**

Heilpraktikerin

**Klassische Homöopathie  
Biographiarbeit**

Termine nach tel. Vereinbarung: 04101-80 56 469



## Freitag 19. Januar 2018

### 19:00 Uhr **Rellinger Kantorei** 12x19 Konzertreihe

Rellinger Kirche  
Laway und L. Kejoka: Friesen-Rock  
Im Anschluss kann man bei Getränken noch im Turm der Kirche verweilen.

## Montag 22. Januar 2018

### 19:00 Uhr **Rellinger Kantorei** New York Gospel Stars

Rellinger Kirche  
Moderne und traditionelle Gospels

## Mittwoch 24. Januar 2018

### 19:00 Uhr **NABU** Vortrag „Natur des Jahres“

Rellinger Hof Kleiner Saal Hauptstraße 31 Rellingen

## Donnerstag 25. Januar 2018

### 19:30 Uhr **Die Drostei** Der eingebildete Kranke oder: Molière in Behandlung

Dingstätte 23 25421 Pinneberg  
Eingebettet in Molières Komödie wird vom Leben zweier historischer Figuren erzählt: Frankreichs Sonnenkönig Ludwig XIV. und dessen Komödiendichter Jean Baptiste Poquelin, genannt Molière.

Puppentheater ist nur für Kinder? Mitnichten!

**Eintritt 18 € / 16 € / 13 € ermäßigt**

## Sonntag 04. Februar 2018

### 11:00 bis 14:00 Uhr **Gemeinde Rellingen** Veranstaltung der Gleichstellungs- und Familienbeauftragten 2018

Rathaus Rellingen Hauptstr. 60  
mit Musik, interessantem Vortrag, vielen Informationen, Cafeteria, Eine-Welt-Laden und vieles mehr.

## Samstag 10. Februar 2018

### 15:00 Uhr **GSH Pinneberg** Tandera Theater - Frieda und Frosch

Geschwister-Scholl-Haus Jugend- und Kulturzentrum  
Bahnhofstr. 8 Pinneberg  
Frieda ist eine Kröte, wie sie im Buche steht. Von ihr aus könnte der Winterschlaf das ganze Jahr dauern. Fredy, der Frosch will dagegen keine Gelegenheit verpassen, die das Leben ihm bietet. Der Wechsel der Jahreszeiten ist für ihn ein aufregendes Ereignis. Eine PuppenspielerIn erzählt Euch überraschende Geschichten in einer zauberhaften Bühne von zwei grünen Freunden. Im Frühling, im Sommer, im Herbst und im Winter ...  
Figurentheater für alle ab 3,5 Jahre Dauer ca. 45 Min.

**Eintritt: 4 €**

Karten bitte telefonisch (04101 24917) oder per Mail (info@gshpi.de) vorbestellen!

Einlass und Kartenabholung ab 14:30 Uhr.

Es lohnt sich!

ANZEIGE

**LifeStyle**  
PREZIT ERHOLUNG FITNESS

**8er-Karte**  
nur 77,-  
inkl. Getränke-Flatrate

Die sportliche Geschenkidee!  
Alle Karten ohne Vertragsbindung!

www.fitnessallianz.de

**Hamstern & Sparen!**  
Winterschlaf - Nein Danke!

LifeStyle Rellingen Hauptstraße 39 Tel.: 04101 - 80 89 44  
LifeStyle Uetersen Franz-Kruckenberg-Str. 7-11 Tel.: 04122 - 44 2 44



## Sonntag 11. Februar 2018

**08:00 Uhr NABU**

### Exkursion

**Treffpunkt:** Parkplatz an der Hans-Hermann-Kath Brücke „Zu Singschwänen, Sägern, Schellenten und Seedlern“ an die Trave und den Dassower See  
Anklang am Fischereihafen Travemünde

## Sonntag 11. Februar 2018

**19:00 Uhr NABU**

### Diskussion

Rellinger Hof Kleiner Saal Hauptstr. 31 Rellingen

**Einlass 18 Uhr**

In offener Runde setzen wir unsere Gespräche über aktuelle Brennpunkte rund um den Naturschutz fort

## Samstag 17. Februar 2018

**13:00 bis 17:00 Uhr Gemeinde Rellingen**

### Frauenkleidermarkt 2018

RTV-Turnerheim Hohle Str. 14 und Schmidt-SchallerHalle Jahnstraße  
Verkauf von Sekondhand- Kleidung für Frauen, in allen Größen, gut sortiert, zu kleinen Preisen. Für den guten Zweck.

## Sonntag 18. Februar 2018

**10:00 bis 13:00 Uhr Gemeinde Rellingen**

### Frauenkleidermarkt 2018

RTV-Turnerheim Hohle Str. 14 und Schmidt-SchallerHalle Jahnstraße  
Verkauf von Sekondhand- Kleidung für Frauen

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

### 12X19 Konzertreihe

Rellinger Kirche; Oboentrio Ascheberg: „Oboe & mehr“

## Freitag 16. März 2018

**20:00 Uhr Waldenauer Speeldeel e.V.**

### „Currywurst drifft Kaviar“

von Winnie Abel; in Waldenau - Alte Datumer Schule, Nienhöfener Straße 18

Was, wenn man sich Geld für einen Gourmetempel geliehen und stattdessen eine Eckkneipe aufgemacht hat? Die Kneipenwirtin kommt in Erklärungsnot...

**Eintritt: VVK 7€ Euro; AK 8€**

## Samstag 17. März 2018

**19:00 Uhr Waldenauer Speeldeel e.V.**

### „Currywurst drifft Kaviar“

von Winnie Abel; in Waldenau - Alte Datumer Schule, Nienhöfener Straße 18;

**Eintritt: VVK 7€ Euro; AK 8€**

#### ANZEIGE



Ästhetische Zahnheilkunde | Füllungstherapie  
Zahnersatz | Wurzelkanalbehandlung |  
Behandlung von Angstpatienten und Kindern



Tangstedter Chaussee 4 | 25462 Rellingen  
Telefon 04101 - 831 41 49  
[www.zahnarztpraxis-mounesi.de](http://www.zahnarztpraxis-mounesi.de)

*Professionelle Zahnreinigung nach Vereinbarung auch Samstags !*



## Sonntag 18. März 2018

**16:00 Uhr Waldenauer Speeldeel e.V.**

ab 14:30 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen

„Currywurst drifft Kaviar“

von Winnie Abel; in Waldenau – Alte Datumer Schule,  
Nienhöfener Straße 18; **Eintritt: VVK 7€ Euro; AK 8€**

## Samstag 24. März 2018

**19:00 Uhr Waldenauer Speeldeel e.V.**

„Currywurst drifft Kaviar“

von Winnie Abel; in Schenefeld – FORUM,  
Achter de Weiden; **Eintritt: VVK 7€ Euro; AK 8€**

## Sonntag 25. März Termin

**16:00 Uhr Waldenauer Speeldeel e.V.**

ab 14:30 Uhr gibt es Kaffee und Kuchen

„Currywurst drifft Kaviar“

von Winnie Abel; in Schenefeld – FORUM,  
Achter de Weiden; **Eintritt: VVK 7€ Euro; AK 8€**

## Kleiderkammern

### Pinneberg

Rotkreuzshop „Wundertüte“  
DRK-Ortsverein Pinneberg e.V.

Dingstätte 45, 25421 Pinneberg

**Möchten auch Sie  
eine Anzeige in den  
Pinnauboten schalten?**

Gern beraten wir Sie  
zu den verschiedenen  
Kombinationen der  
Belegung für Rellingen,  
Pinneberg, Halstenbek  
und Schelefeld:

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

**Öffnungszeiten:** montags bis freitags 10 - 18 Uhr  
samstags 10 - 14 Uhr

### Prisdorf

DRK-Ortsvereins Prisdorf

Dahl 48, 25497 Prisdorf Telefon: 0172/42 72 830

**Öffnungszeiten:** Jeden 1. Donnerstag im Monat  
15.00 bis 17.00 Uhr

### Rellingen

DRK-Ortsvereins Rellingen e.V.

Appelkamp 8 Rellingen

**Ausgabe:** jeden 1. Donnerstag im Monat 14:30 - 16:00 Uhr  
**Annahme der Kleidung:** jeder 1. Mittwoch im Monat  
von 14:30 - 16:00 Uhr

### Schenefeld

DRK-Kreisverband Pinneberg e.V.

Altonaer Chaussee 28 Schenefeld  
Tel. 04101/5003435

**Ausgabe:** Donnerstag 11.00-15.00 Uhr  
**Annahme:** Donnerstag 16.00-18.00 Uhr

## DRK-Begegnungsstätte

Internetcafé mit Computertreff

**Montags 14 bis 17 Uhr Donnerstags 10 bis 13 Uhr**

ANZEIGE



*So einzigartig wie der Mensch selbst,  
so einzigartig ist auch sein Abschied...*

04101 40 79 70

www.bestattungsinstitut-vieweg.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

**dienstags 14.00 bis 18.00 Uhr**

**freitags 8:00 bis 12:30 Uhr**

auf dem Rathausvorplatz, Gustavstraße

### Schenefeld

#### Öko-Wochenmarkt

**donnerstags 8.00 bis 13.00 Uhr**

auf dem Rathausvorplatz

**dienstags 14:00 bis 18:00 Uhr**

im Stadtzentrum Schenefeld, Kiebitzweg 2



## Weihnachtsmärkte

### Pinneberg

**vom 29.11. bis 23.12.2017**

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

#### 6. Pinneberger Weihnachtsdorf

Pinneberg Drosteiplatz

Bis zum 23.12.2017 täglich Stimmungsvolles

Weihnachtsdorf auf dem Pinneberger Drosteiplatz

mit Glühwein, Punsch und deftigen Speisen, einem

attraktiven Bühnenprogramm sowie Kunsthandwerk.

ANZEIGE

*Kirsten Moldenhauer*

☞ Kosmetik ☞

Große Twiete 53  
25499 Tangstedt  
Tel.: 04101-37 34 629



*Ich wünsche meinen  
Kunden ein gesegnetes  
Weihnachtsfest und  
ein gesundes und  
erfolgreiches  
Neues Jahr!*



**Samstag 02.12. Sonntag und 03.12. 2017**

### 36. Nikolausmarkt in der Drostei

**Jeweils 11:00 bis 18:00 Uhr**

In den herrschaftlichen Sälen der Drostei präsentieren ausgewählte Kunsthandwerker und Künstler jeweils wieder ihre außergewöhnlichen und individuellen Arbeiten.

#### Schenefeld

**Samstag 09.12. 2017 von 15:00 bis 21:00 Uhr**

(Grill- und Getränkezeit bis 22:00)

**Sonntag 10.12. 2017 von 12:00 bis 18:00 Uhr**

### Stadt Schenefeld

Rathausvorplatz Holstenplatz

für alle Schenefelderinnen und Schenefelder und ihre Gäste aus nah und fern mit dem einzigen und echten Weihnachtsmann, ganz viel Musik, einer großen Tombola, einem Kinderkarussell, vielen Köstlichkeiten in der Zeltstadt auf dem Holstenplatz und weihnachtlichem Kunsthandwerk im Rathaus.

**27.11. bis 23.12. 2017**

### Stadtzentrum Schenefeld

Kiebitzweg 2 Schenefeld

#### Rellingen

**Samstag 09.12. und Sonntag 10.12. 2017**

**Samstag 13:00 bis 20:00 Uhr**

**und Sonntag 13:00 bis 18:00 Uhr**

### Ortskern Rellingen

Kleine Verkaufshäuschen laden zum Bummeln ein.

#### Halstenbek

**Samstag 02.12. 2017 14:00 bis 19:00 Uhr**

### Gemeinde Halstenbek

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.

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 2018!*

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.

**Ihre Veranstaltungen sollen in der  
nächsten Ausgabe erscheinen?**

Dann schicken Ihre Termine für Februar bis  
Mai einfach bis zum 25. 1. 2018 an:

**termine@pinnauboten.de**



Willkommen an Bord: Der Bodenleger im Malerteam zaubert maritime Stimmung ins Wartezimmer



Spachteltechnik: Auch mit Abdrücken lassen sich Strukturen im Putz schaffen

# Malereibetrieb? Eine starke Untertreibung



**TIMM**  
Malereibetrieb GmbH  
Beratung · Service · Qualität

*Das ist schon eine beeindruckende Größe, die dieser Betrieb angenommen hat, den Jürgen Timm 1985 gegründet hat. Über 20 Menschen arbeiten hier. 10 Malergesellen, ein Bodenleger, fünf Auszubildende und ein Helfer bilden die Crew, die täglich auf den Baustellen für neuen Glanz sorgt.*

■ Während Jürgen Timm und sein Sohn Oliver sich darum kümmern, dass der Laden in die richtige Richtung läuft, haben die Frau vom Senior und die Lebensgefährtin des Juniors das Büro fest im Griff. Ein waschechter Familienbetrieb, in den der Nachwuchs vor 10 Jahren mit Meisterbrief und abgeschlossenem Betriebswirt eingestiegen ist, um das, was sein Vater aufgebaut hat in eine sichere Zukunft zu führen.

Nach wie vor sind die klassischen Malerarbeiten Anstreichen, Lackieren und Tapezieren für Privat, Gewerbe, Architekten und Kommunen das Kerngeschäft. Dazu gehört heute auch die große Vielfalt an Bodenbelägen, vom Teppich über Designboden-

beläge bis zum Parkett. Die Spezialität des Hauses sind jedoch Kreativtechniken, mit denen Individuelles geschaffen wird, was die Räumlichkeiten des Auftraggebers zu einem ganz besonderen Unikat machen. Dazu einige Beispiele:

## Spachteltechniken

Glatte Wände kann jeder. Erst mit Struktur in den Oberflächen kommt Leben in die Wand. Mit umfangreicher Auswahl an Farben und Finish sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt. Da kann der Putz am Ende wie ein Stück Bronze aussehen, oder wie eine verwitterte Schiffswand. Die gespachtelte Oberfläche ist atmungsaktiv und fördert so das

Wohnraumklima. Sie kann aber auch versiegelt werden und so in Nassräumen eingesetzt werden. Die gespachtelte Wand ist auf jeden Fall nahtlos verarbeitet und lichtecht, damit Sie lange Freude an ihrem Unikat haben.

## Fototapete

Das hat mit den Fotos aus den Partykellern der 70er Jahre nichts mehr zu tun. Heute werden individuelle Motive genau an den Raum angepasst. So kommt Ihr Urlaubsmotiv ganzjährig an die Wand, der Empfang Ihrer Firma kann exakt das gleiche Hintergrundmotiv bekommen wir die Startseite Ihrer Homepage ... Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Außer bei den Abmessungen. Im Normalfall kann so eine individuelle Fototapete ca. 3,7 m breit sein und 2,6 m hoch. Wenn es größer sein soll, werden die Spezialisten bei Timm auch dafür eine Lösung finden.

## Designböden

Designböden aus Vinyl sind heute in gewerblichen Bereichen der bevorzugte Bodenbelag. Sie sehen täuschend echt nach Holz aus (oder auch Stein, je nach Design), weil sie auch die Struktur der Oberfläche exakt dem Original anpassen. Ihre Robustheit



macht sie so beliebt, ihre speziellen Materialeigenschaften machen sie, in der Hand von Profis, zu einem Wundermittel bei der Fußbodengestaltung. Im Beispielfoto ist eine Kompassrose zu sehen. Diese wurde von Timms

Mitarbeitern aus individuell zugeschnittenen Einzelteilen verschiedenfarbiger Designbodenelemente gestaltet und ist heute der Glanzpunkt im Wartezimmer eines Halstenbeker Zahnarztes. Die Kompassnadel zeigt dabei exakt nach Norden, wohin auch sonst.

## Graffiti

Sie wünschen sich ein handgearbeitetes Kunstwerk auf ihrer Wand, haben auch schon eine Motividee, wissen aber nicht, wer das realisieren soll? Maler Timm natürlich. Hier werden individuell für die einzelne Wand Motive entwickelt, die



Wand entsprechend vorbereitet und dann das Motiv aufgesprüht. Das wird so gemacht, wie Maler Timm immer arbeitet: vorsichtig und professionell, dass kein Farbspritzer irgendwo hin gelangt, wo er nicht hin soll.

## Treppenaufbereitung

Nachdem sie viele Jahre lang nur mit Füßen getreten wurde, ist irgendwann auch die aufwändigste Treppe unansehnlich. Der Neuanstrich einer Holztreppe ist eine Angelegenheit für Spezialisten, denn einerseits ist die Holztreppe ein Stück der Wohnkultur und verlangt nach einem Finish wie andere Holzmöbel auch. Andererseits ist das Bauhandwerk und verlangt nach einer robusten und belastbaren Oberfläche.

Wer eine Steintreppe hat und von einer Holztreppe träumt, wendet sich ebenfalls an die Timms. Die können zwar Stein nicht in Holz verwandeln, ihn aber so verkleiden, dass er sich harmonisch in die Wohnumgebung einpasst.



An diesen Beispielen wird deutlich, dass der Firmename „Timm Malereibetrieb“ nur die halbe Wahrheit ist. Die Timms und

ihr Team sind vielmehr Enthusiasten, wenn es um die Gestaltung von Oberflächen am Bau geht. Innen und außen. Und wenn das gewünschte Ergebnis mit klassischen Malerarbeiten nicht zu realisieren ist, finden sie eine andere Lösung. Geht nicht gibt's nicht.

TIMM Malereibetrieb GmbH

Bitzkamp 47, 25462 Rellingen

Tel: 04101-80568-0, Fax: 04101-80568-28

Mobil: 0160-7808924, 0171-6711733

info@maler-timm.com, www.maler-timm.com

# Nasenspray nicht zu häufig nehmen

*Einer verstopften Nase rücken Schnupfen-Geplagte oft mit einem abschwellenden Nasenspray zu Leibe. Dadurch können sich die Beschwerden jedoch noch verschlimmern.*

■ Fast jede Erkältung wird begleitet von einer Entzündung der Nasenschleimhäute – auch Schnupfen genannt. Um wieder frei durchzuatmen, bieten sich abschwellende Nasensprays an: Sie verengen die Gefäße in der Schleimhaut, wodurch sie weniger durchblutet wird und abschwillt.

## Gewöhnungseffekt

Vor allem Nasensprays mit chemischen Wirkstoffen wirken für gewöhnlich sehr schnell – aber nicht lang. Schon nach wenigen Stunden schwellen die Schleimhäute erneut an, manchmal sogar stärker als zuvor. Bei längerer Anwendung droht gar ein Gewöhnungseffekt: Das Anschwellen ist dann keine Reaktion mehr auf die Schleimhautentzündung, sondern auf das Nachlassen des abschwellenden Wirkstoffs. Die verstopfte Nase besteht schlimmstenfalls fort, wenn der Schnupfen überwunden ist.

## Dosierung reduzieren

Dieser Gewöhnungseffekt lässt sich jedoch umgehen: zum Beispiel, indem Nasensprays mit abschwellenden Wirkstoffen nur vor dem Zubettgehen angewendet werden. Tagsüber sorgen Sprays mit ätherischen Ölen, Salzlösung oder besonders niedriger Dosierung (z. B. Nasensprays für Kinder)

für eine leichte Linderung, ohne dass es zu einer Gewöhnung der Schleimhäute kommt. Abschwellende Nasensprays sollten nur dreimal am Tag und nicht länger als fünf bis sieben Tage angewendet werden. Hält der Schnupfen dann immer noch an, empfiehlt es sich, den Hausarzt aufzusuchen.

*Text: Barmer Ersatzkasse*

## 80 Impfungen in 2 Monaten!

„Vielen Dank an meine Kunden und alle Rellinger, die innerhalb von nur zwei Monaten 58 kg Schraubverschlüsse bei uns abgegeben haben“, freut sich Ahmet Tekin. Der Rellinger Apotheker sammelt in seinen beiden Geschäften seit Ende Juli des Jahres die Kunststoffdeckel von Getränkeverpackungen und unterstützt damit die Aktion „Deckel-gegen-Polio“, die mit dem Erlös von 500 Deckeln eine Impfung gegen Kinderlähmung finanzieren kann. Ende September konnte er die ersten prall gefüllten Säcke zur Sammelstelle fahren. „Das waren etwa 40.000 Deckel, aus denen dann 80 Impfungen geworden sind“, rechnet Tekin vor, der es selber kaum glauben kann, wie schnell aus ein paar Deckeln eine große Hilfe werden kann.

ANZEIGE

## Brunnen Apotheke



Ahmet Tekin  
Hauptstraße 25  
25462 Rellingen  
Tel: 04101 207800

## Post Apotheke



Ahmet Tekin  
Hauptstraße 35  
25462 Rellingen  
Tel: 04101 200110



# TRITSCHOKS

Orthopädie-Schuhtechnik & Schuhhaus



modisch + bequem



## Die neue Herbst-Winter Kollektion 2017/18



Gabor



**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  
Hausbesuche nach Termin



Reg.-Nr.: MQ1 0109018



Ihr Spezialist für gesunde Füße...

**25,- €**  
Warenwert

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

und wir belohnen Ihre Treue!

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

Eigene Parkplätze hinter dem Haus!

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

## Gesundheit und gute Laune stecken im Darm!

■ Unser Darm ist ein Multitalent – die Wissenschaft entdeckt täglich neue Fähigkeiten – zu den wichtigsten Erkenntnissen gehört das sog. „Bauchhirn“.

Bauch und Kopf kommunizieren pausenlos miteinander und diese Konversation sorgt offensichtlich für einen unerschwelligen Stimmungsteppich, der sich oft unbewusst, aber dennoch spürbar auf unser Befinden auswirkt.

Mittlerweile ist gut belegt, dass sich psychische Probleme wie Stress und Ängste auf den Darm auswirken können und umgekehrt Aufruhr im Gedärm auch zu Chaos im Kopf führen kann. Dabei spielt das Mikrobiom – also die Zusammensetzung unserer zum Darm gehörenden Bakterienstämme – eine entscheidende Rolle. Je vielfältiger das Mikrobiom ist, desto besser können wir mit Stress, Ärger und Kummer umgehen und umso ausgeglichener können

wir sein. Anders herum führen viel Stress und Anspannung dazu, dass die Zahl der Darmkeime abnimmt. Ob man eine gute Darmflora hat, lässt sich mithilfe eines sog. Florastatus feststellen – hier wird die Zusammensetzung des Mikrobioms überprüft und anhand dieser Ergebnisse kann die Darmflora reguliert und optimiert werden. Stuhluntersuchung und Darmsanierung kann Ihr Naturheilpraktiker durchführen.

*Text: Heilpraktikerin Angelika Hörtinger,  
Naturheilpraxis am Moordamm*

ANZEIGE

NATURHEILPRAXIS

AM MOORDAMM

... natürlich gesünder

Homöopathie • Akupunktur  
Chiropraktik • Bachblüten  
Bioresonanz • u.a.

Heilpraktikerinnen • 25474 Ellerbek  
Pinneberger Str. 167 • [www.praxisammoordamm.de](http://www.praxisammoordamm.de)  
A. Hörtinger 04101 8148446 E. Kramper 04101 371841

ANZEIGE

## Der Mini-Urlaub direkt vor der Haustür

■ Kaum hat der Herbst so richtig angefangen, träumt man schon wieder von Erholung, Entspannung, Regeneration und salziger Luft, aber es sind noch 9 Monate bis zum Urlaub. In Rellingen können Sie schon jetzt in einen Mini-Urlaub im Salzhuus aufbrechen.

Bei sanften Lichteffekten und leiser Entspannungsmusik die Seele baumeln lassen – einfach mal nichts tun und sich verwöhnen lassen. Ihre Auszeit vom Alltag ist im Intensivraum-Salzaero nicht nur eine Wohlfühlzeit für den Geist, sondern auch eine Wohltat für die Atemwege und die Haut, gerade in der Erkältungszeit! Ein ganz besonderer Genuss – und eine tolle Geschenkidee für Ihre Lieben – ist eine Aromaölmassage hier im Salzarium – Erholung für Körper, Geist und Seele.

Neben den beiden Entspannungsräumen, der eine mit besonders mildem Salzklima, der andere mit intensiverer Dosierung, finden Sie im Salzhuus auch kleine Geschenkideen. Natur-Speisesalze, Natur-

Gewürzsalze, Badesalz, Salzlampen, reine ätherische Öle, Glaskaraffen und Gläser, Gutscheine und vieles mehr laden zum Eintauchen in eine Welt von besonderen Wohlfühl-Produkten ein. Vorbeikommen und stöbern lohnt sich immer, vielleicht um den Besuch im benachbarten Baumarkt entspannt abzurunden?



**salzhuus**  
*Salzräume und Natursalze*

Eichenstraße 28  
25462 Rellingen

Telefon  
04101/80 55 660

www.salzhuus.de

# Frühjahrsprogramm der VHS-Halstenbek mit Schwerpunkt „Gesundheit“

Über 300 Kurse in den verschiedensten Fachrichtungen bietet die Volkshochschule Halstenbek in ihrem Frühjahrsprogramm 2018 an.

■ Das Programmheft wird wieder in Halstenbek an die Haushalte verteilt und in Rellingen an verschiedenen Auslegestellen wie bspw. Gemeindebücherei, Rathaus, Sparkasse, HASPA, VR-Bank ausliegen. Natürlich bekommen Sie es auch direkt in der VHS.

Einen besonderen Schwerpunkt bilden dabei Angebote im Bereich Gesundheit. So finden sich in dem aktuellen Angebot Kurse zu den Themen Stressbewältigung, Ernährung bei Burn-Out, Entspannung und Entschleunigung, Ressourcenstärkung und Achtsamkeit. Weiter im Programm sind natürlich Kurse im Bereich Yoga, Pilates, Tai Chi, Faszien-Training, Body Balance und Zumba.

Für VHS-Leiterin Beate Lorkowski ist dieser Schwerpunkt eine folgerichtige Entwicklung in einer sich verändernden Gesellschaft. „Wir tragen damit der demografischen Entwicklung Rechnung. In einer älter werdenden Bevölkerung mit einer stetig steigenden Lebenserwartung wird eine frühzeitige Gesundheitsförderung immer wichtiger, die es den Menschen ermöglicht, möglichst lange und selbstbestimmt zu leben. Aber auch für Jüngere sind kör-

perliches und psychisches Wohlbefinden entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Privatleben und im Beruf erfolgreich bewältigen zu können.“ Neben diesem Schwerpunkt gibt es auch in anderen Themenfeldern interessante Neuigkeiten und vertraute Angebote. So lädt die VHS zu Vorträgen über Australien, Indien und die Türkei, sowie zu einer Sprachreise ein. Der NDR wird besucht und man erfährt z.B. alles über Pilze und die Imkerei. Im Bereich „Beruf und EDV“ wird neben Fortbildung zur Kommunikation auch in zahlreichen Kursen der Umgang mit PC, Tablet oder Smartphone geübt. Besonders breit ist auch im Frühjahr 2018 wieder das Angebot zum Lernen von Sprachen. Und im Bereich „Kultur und Gestalten“ darf zum Beispiel unter fachkundiger Anleitung gemalt und musiziert werden. Spezielle Angebote für junge Leute und die Generation 60+ runden das Programm ab. Im Frühjahrsprogramm der VHS Halstenbek ist für jeden etwas dabei. Alle Kurse sind nicht nur im neuen Programmheft zu finden, sondern jederzeit auch im Internet unter [vhs-halstenbek.de](http://vhs-halstenbek.de) einsehbar. Hier kann man sich auch gleich anmelden.

ANZEIGE

**vhs**  Volkshochschule  
Halstenbek

**Unser Frühjahrsprogramm 2018  
mit über 300 Kursen**



In Kürze in jedem Haushalt  
und unter [vhs-halstenbek.de](http://vhs-halstenbek.de)  
Tel.: 04101 - 58 77 - 0

# Endlich ist der Otter da!

Seit 2012 lebt der Fischotter bereits in der Alster, nur einen Schwimmtag von uns entfernt!



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](mailto:kerstin@donner-kosmetik.de) · [www.donner-kosmetik.de](http://www.donner-kosmetik.de)

Da freut sich  
der Nachwuchs:  
Ein künstlich  
angelegtes Zuhause  
aus den Resten  
gerodeter Bäume

■ Er ist tagsüber äußerst selten wahrnehmbar, zu verborgen lebt dieses fast nur nachtaktive marderartige Tier. Als gute Nachweisplätze erweisen sich Brückenunterführungen. Diese besonderen Hemmnisse umgeht der perfekte Wasserakrobat, indem er die Uferböschung hoch klettert. Häufig verharrt er oben an der Straße, um sich zu lösen. Die hinterlassenen Kotspuren verraten seine Existenz. Ebenso können es Trittspuren im Morast oder auf selten gewordener Schneedecke sein.

Populations- oder Nahrungsdruck lassen ihn in Schüben größere Barrieren überwinden. Wahrscheinlich ist er so mit dem Wasserstrom der Bille über die Dove-Elbe und das für ihn recht unwirtliche Hafengebiet zu uns gekommen. Auf jeden Fall ist er in Norddeutschland seit vielen Jahren auf dem Vormarsch: Sowohl vom östlichen Mecklenburg als auch vom nördlichen Dänemark her erobert er schrittweise unser Bundesland bzw. sein altes Verbreitungsgebiet zurück.

Wir, der NABU Pinneberg, bereiten ihm aus diesem Grunde seit mehr als 10 Jahren - unter einem gewissen anfänglichen Schmunzeln - Trittschneepisten.



für den Einzug in seinen alten Lebensraum. Alle unsere Willkommensmaßnahmen sind abgestimmt auf sein gesamtes Verhaltensinventar. Sie lassen Zuversicht auf dauerhaft erfolgreiche Ansiedlung keimen und wachsen.

Erst kürzlich wurde er erstmalig in der Nähe der Pinneberger Bismarckstraße in Ufernähe gesehen. Infolge seines beträchtlichen Revieranspruchs agiert er mindestens bis zur Fischtrappe an der Wulfsmühle oder Fluss abwärts bis Uetersen; denn dieser 130 cm große elegante Schwimmer benötigt jeden Tag bis zu 1 kg fleischliche Nahrung. Die Pinnau sollte sie hergeben. Einen örtlich zu großen Verbrauch kann das ziemlich ausgeräumte Gewässer im unteren Bereich mit jeder Flutwelle

abdämpfen, wenn es mit einer Palette verzehrbarer Fischarten, wie Brassen, Rotaugen und Rotfeder sowie Aal, Güster, Karpfen und Zander aufwartet. Außerdem kann er mit seinem großen Nahrungsspektrum mögliche Defizite anderweitig ergänzen.

So gibt es inzwischen einen wieder erstark- ▶

ANZEIGE



**Begleitung – Betreuung – Beratung  
für mehr Freude und Lebensqualität  
im Alter  
– individuell nach Ihren Wünschen –**

Birgit Suhl

Senioren-Assistentin und Rechtliche Betreuerin

Tel. 04101-505 325 – mobil 0170-205 33 76

Birgit.Suhl@t-online.de

[www.die-senioren-assistenten.de/birgit-suhl](http://www.die-senioren-assistenten.de/birgit-suhl)

Zertifiziert nach dem Plöner Modell





ten, ansehnlichen Bestand an Grün- und Grasfröschen sowie Erdkröten. Wir konnten ihn an Ufer nahen Bereichen über viele Hektar hinweg stabilisieren: mit Wasserstau in insgesamt viele Kilometer langen Gruppen und Anlegen sehr vieler Tümpel.

Die genannten Amphibien bieten eine wertvolle Ergänzung von Kost, für Logis hat es anderweitiger Aufwertungen bedurft: Hangbepflanzungen von Sträuchern sorgen für vielseitige Deckung, genauso abgekippte Stubben gerodeter alter Bäume, die übereinander gestapelt Hohlräume bilden. In ihrer geborgenen Stille lassen sich die Jungen relativ entspannt gebären.

Ist der Aufenthalt in unserem Pinneberger Heimatgewässer nur das zwangsläufige Debüt eines Reiselustigen gewesen? Unsere vielen strukturierten Maßnahmen auf 20 ha Fläche sprechen dagegen, unser Beitrag zur Entwicklung besonderer Biotopverhältnisse sollte über das Minimum hinaus nötige Lebensqualität ergänzen, so dass eine dauerhafte Präsenz sehr wahrscheinlich ist.

Zwei besondere Probleme sind allerdings artspezifisch angelegt: Zum einen ist es die späte Geschlechtsreife mit frühestens 24 Monaten, zum anderen wird er selten älter als 10 Jahre. Daraus resultierende 8 Aufzuchten von jeweils 1 bis 4 Jungen können unter widrigen Umständen nicht mehr eine Bestandsstabilität garantieren.

Sie aber lässt sich mit großräumigen Renaturierungen längs des gesamten Pinnau-Talraumes planen, indem letztendlich ein Blaues Band (Blaues Metropolnetz Norddeutschland) zusammenhängender Lebensräume für korrespondierende Populationen entstehen kann. Unter besagten Brücken als gefühlte Hindernisse können installierte Bermen die Durchlässigkeit fördern, da er auf ihnen problemlos entlang laufen kann. Die gesamte Flussachse erhält in dieser Weise eine besondere Korridorfunktion zu anderen heute noch hypothetischen Siedlungsräumen: über das gesamte natürliche Wasser-Netz unseres Kreises hinaus (Kooperation mit der UNB des Kreises Pinneberg). Zurzeit gibt es

noch zu häufig ein schnurgerade angelegtes Bachbett mit vorgegebenem Nahrungsmangel: Der Wasserstrom spült Lebensvielfalt förmlich hinweg!

Der Rückbau zu einem mäandrierenden Bach sorgt für ein ökologisch wertvolles Abbremsen der Fließgeschwindigkeit. Ferner mindern zusätzlich Kiesschüttungen vom Uferand her in das Fluss- oder Bachbett entscheidend die Wasserströmung,

ANZEIGE

## Tierarztpraxis Rellingen Kinga Bürger



Sprechstunde:

MO.-FR. 10:00 - 12:30

MO.DI.DO. 16:00 - 18:30

FR. 16:00 - 17:30

SA. 10:00 - 12:00

und nach Vereinbarung

Poststrasse 1 • 25462 Rellingen

Tel.: 04101-55 35 15

[www.tierarztpraxis-rellingen.de](http://www.tierarztpraxis-rellingen.de)

[info@tierarztpraxis-rellingen.de](mailto:info@tierarztpraxis-rellingen.de)

**IN NOTFÄLLEN: 0171 / 7107309**



Er fühlt sich  
offensichtlich wohl:  
Der Fischotter ist  
wieder in der  
Pinnau unterwegs

wenn Unterwassernasen als bodennahe, überspülte Hemmnisse gebaut werden. Sie erzeugen besondere Wasserwirbel, in dessen Lee-Bereich sich letztlich sogar Kinderstuben für Fischarten entwickeln können.

Aus einem derartigen Maßnahmenkatalog heraus ist zuletzt im vergangenen Oktober der Bach-Aktionstag an der Mühlenau in Pinneberg erfolgreich umgesetzt worden. Er wird zu einer spürbaren

Belebung des Fluss-Bettes beitragen (Dr. Ludwig Tent, Edmund-Siemers-Stiftung).

Weitere Aktionen dieser Art sind in Planung. Sie stimmen hoffnungsfroh!

Die Aktionen des NABU Pinneberg stehen seit einigen Jahren unter dem Gesamtaspekt „Nele: für Neues Leben“, in der von uns betreuten Flusslandschaft!

*Text: Uwe Langrock, NABU Pinneberg,  
Bilder: NABU Pinneberg*

ANZEIGE



## Helfen Sie uns zu helfen!



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

[www.drk-rellingen.de](http://www.drk-rellingen.de)

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

# Sledenfohrn

■ Düssen Winter harrn wi jo al in November den ersten Snee. Bleev leider blot twee Doog liggen, man de Göörn harrn ehrn Spooß. Weern düchdig an Sneemänner buun un mit Sneebälle smieten. Ik höög mi doröver un foorts stegen mi Winterbiller ut mien Kinnertied in Sülfeld vör Ogen.

Wenn sünndags in Huus, Stall un Schüün allns beschick weer, sä Unkel Karl: „Na, denn will ik Josef mol ut'n Stall kriegen. Mitdeß he sik sien dicke Jupp översmeet un in de dicken Wintersteveln steeg, jögen wi de Trepp hoch un plünnern uns unser Sneetiüch an. Denn susen wi wedder dool, hölen den Sleden ut de Grootdeel un af no buten. Dor stünn al Unkel Karl un tööv op uns.

He harr Josef anspannt un den Schwengel mit'n Strick an sien Sleden fasttädert. Nu hüng he unse Sleden achter an. Foorts setten wi uns dool un af güng de Post. Op de Dörpsstroot kemen uns een Barg Kinner mit jümehr Sleden in de Mööt. Faken hööl Unkel Karl un bünn de Sleden an. Männichmol leet he de Göörn ok zappeln. Se löpen blangbi, beddeln un beden. Wenn jem de Tüng reinweg ut'n Hals hängen dä, reep Unkel Karl: „Brrrrr, brrrr.“ Josef stünn foorts un de letzten Sleden wörrn anhungen. 10, 12 Sleden harr Josef faken to trecken un dorto noch een

Hupen övermödige Göörn. Wat weern wi an'n Vertellen, Lachen, Gackern un Kichern. Formen Sneebälle un leten de Fööt dörch den Snee glieden.

Unkel Karl seet op den 1. Sleden un konzentreer sik ganz op Josef. Doch in Bossel op de Allee, op de grote brede Stroot de no dat Goot föhr, bröch he den Sleden achter sik klammheemlich to'n Kippen. Or lööt Josef miteens Galopp lopen, sodat wi mit Mann un Muus in hogen Bogen in Snee lannen. Wat weer di dat vun Spooß. Ünner Lachen un Prusten kröpen wi wedder hooch, ener witter as de anner. Echte Sneemänner!

Wenn Josef mol stünn flöög een Sneeball dörch de Luft, een tweter folg un schon weer de schönste Sneeballslacht in'ne Gang. Unkel Karl wörr düchtig inseept. Keen nich gau noog weg leep kreeg aver ok sien Deel af. He güng jüst nich zimperlich mit uns üm. Wenn wi uns so richtig warm toovt harrn güng de Fohrt wieder. Hüüh, hott, hüüh, hott. In Sommer müssen wi veel in Goorn un Feld hölpen, Tied to'n Spelen geevt kuum. Man in Winter dröffen wi uns so richtig uttoven. Een Winter ohn Snee un Ies? För mi keen Winter.

Kommt Se all goot un sund dörch de Wintertied.

Ehr

Maren Schütt

Die Rellinger Schriftstellerin Maren Schütt schreibt und liest schon seit vielen Jahren plattdeutsche Texte



ANZEIGE



Seit 25 Jahren

IHR MAKLER DER REGION



Hauptstraße 80  
25462 Rellingen  
Tel. 0 41 01 / 50 96-0  
info@list-immobilien.de  
www.list-immobilien.de

# Tinnitus – wenn es im Ohr piept oder rauscht



*Immer häufiger wird das lästige Rauschen oder Piepen im Ohr zur Qual, die an den Nerven zerrt. Oft treten die Ohrgeräusche in Situationen besonderer Anspannung auf. Erst wenn sie nicht mehr verschwinden, wird es zum Problem.*

■ Der Tinnitus ist ein körpereigenes Geräusch, wie das Herzklopfen. Das Gehirn verdrängt diese Töne oder Geräusche normalerweise ins Unterbewusstsein. Ist es überlastet, z.B. durch Stress, kann es passieren, dass der Tinnitus zu einem Dauerproblem wird. „Kürzer treten“ ist dann eine sehr gute Idee, hilft aber nicht immer, zumal es auch andere Ursachen gibt. Der Hörakustiker hat vielfältige Möglichkeiten den Tinnitus zu lindern und diese werden sogar von den Krankenkassen finanziell unterstützt oder komplett getragen. Mit Hilfe eines Rauschgerätes, dem Noiser oder eines

Hörsystems wird das Ohr vom Tinnitus abgelenkt und der Tinnitus kann ins Unterbewusstsein zurückkehren. Ein entsprechend zusätzlich qualifizierter Hörakustiker kann sie zum Thema Tinnitus beraten und zeigt Ihnen verschiedene Lösungsansätze. Er verfügt über ein Netzwerk an Spezialisten und bietet im Bedarfsfall eine ganzheitliche Betreuung in Zusammenarbeit mit qualifizierten Therapeuten, Ärzten und Hörtrainern an.

*Text: Meike Lindemann, Lindemann Hörakustik  
Bild: Andy Ilmberg@fotolia*

ANZEIGE

HÖREN.  
VERSTEHEN.  
LEBEN.

Damit Sie das verstehen,  
was Sie verstehen möchten.



Bei uns finden Sie Ihre  
individuelle Hörlösung!

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)

# Jeden Tag ein Türchen voller Überraschungen!

Täglich ein Türchen öffnen, online auf facebook oder offline in unseren Läden in Rellingen und Elmshorn

Wir haben jede Menge Überraschungen für Euch vorbereitet, informiert Euch täglich auf unserer Website



# NORDSPORT



NEU

jetzt im  
DOPPELPAK

.store

RELLINGEN &  
ELMSHORN

Hauptstraße 138 – 144, 25462 Rellingen, Öffnungszeiten: Mo.- Fr. 10.00 – 18.00, Sa. 9.30 – 14.00