

# Rellinger Bote

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 31 · Frühjahr 2018

GRATIS  
für Sie!



Aus dem Rathaus:

**Rellingen ernannt erste  
Behindertenbeauftragte**

In den Gerichtssaal:

**Richter ohne Robe –  
Schöffen dringend gesucht!**

Aus dem Ackerbau:

**Pflanzenschutzgifte  
in der Nahrungskette**

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](http://www.reha-rellinge.de)



**TIMM**

Malereibetrieb GmbH  
Beratung · Service · Qualität

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



**TIMM Malereibetrieb GmbH · Bitzkamp 47 · 25462 Rellinge**

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](mailto:info@maler-timm.com) · [www.maler-timm.com](http://www.maler-timm.com)

## Das Kreuz mit dem „Kreuzchen machen“

*Man kann wählen, was man will, in Berlin ist und bleibt GroKo, in Europa machen sie nur teuren Unsinn und kaum, dass in Kiel mal ein sympathisches Gesicht erscheint, wird es nach Berlin durchgereicht? Ja, Politik kann frustrieren. Kommunalpolitik, ganz am Ende der Hackordnung von Zuständigkeiten und Steuereinnahmen angesiedelt, ganz besonders.*

*Aber gerade deswegen ist es so wichtig den Menschen unser Mandat zu geben, die antreten in den unattraktivsten Mühlen der Demokratie ihr Bestes zu geben. Wer das für überflüssig hält und keine Stunde von seinem wohlverdienten Sonntag für den Gang zur Urne opfern mag, hat nichts gelernt aus 70 Jahren Frieden und Wohlstand, die wir unserer freiheitlich demokratischen Grundordnung verdanken.*

*Nicht die Rattenfänger, die mit Desinformation, lautem Getöse und menschenverachtenden Argumenten auf Stimmenfang gehen, gefährden die längste Phase von Frieden und Sicherheit, die Europa je erlebt hat. Das tut erst die schweigende Mehrheit, wenn sie es versäumt, sich zu unserem Staat zu bekennen.*

*Wir können unsere Demokratie schützen vor den dunklen Mächten. Es ist ganz einfach. Wählen gehen, auch wenn es „nur“ auf der Kommunalebene ist und wenn von dieser Wahl kein großer Ruck durchs Land gehen mag.*

*Die Redaktion wünscht  
Ihnen einen sonnigen  
Frühling (gerade am 6. Mai!)*

Volker Meliß

## Inhalt dieser Ausgabe

- 04 Update aus dem Rathaus**  
Die Neuerungen in 2018
- 08 Gut gefüllt, Löwe!**  
10 Jahre LionsClub Kalender
- 10 Der Hörgeräte-TÜV**  
Hörsysteme benötigen Pflege
- 12 Der Schnupfen-Knigge**  
Wie man richtig schnäuzt
- 14 Mehr Gröön in Rellingen**  
Plattdeutsches zum Straßengrün
- 15 Richter ohne Robe**  
Schöffen dringend gesucht!
- 16 Englisch for Runaways**  
Sprachreisen der AWO
- 17 Das Frühjahr in der Region**  
Veranstaltungstipps
- 24 Das Suppen-Mobil**  
Klein aber fein
- 25 Natural fitting**  
Hörgeräte ergonomisch einstellen
- 26 Der zünftige Klempner**  
Tradition in jungen Händen
- 28 Winterschlaf ist vorbei**  
Der Garten erwacht
- 29 Das Leiden lindern**  
Homöopathie bei Demenz
- 30 Gegen Fleckenzwerge**  
Professionelle Textilpflege
- 31 Ab in den Süden**  
Reisebüro auf Erfolgskurs
- 32 Gifte gehen um die Welt**  
Pflanzenschutz außer Kontrolle
- 34 2 Tage Wohlfühlen**  
Wellnessmesse in der Kita

## 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 Kläeger-Reinbender  
mkr@pinnauboten.de  
Tel: 04101 - 84 38 32

Die Redaktion bedankt sich bei allen Autoren und Fotografen, für die unentgeltliche Bereitstellung 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

*Was ist über den Jahreswechsel passiert in Rellingens Verwaltung? Bürgermeister Trampe präsentiert uns eine Vielzahl von wichtigen Mosaiksteinchen, die stellvertretend für die meist unsichtbare Arbeit stehen, die seine Mitarbeiter täglich zum Wohle der Bürger leisten.*

## Neuer Schiedsmann im Amt

Seit Dezember 2017 ist Stefan Kuhlke nun schon der neue Schiedsmann in Rellingen. Alle Bürger sind eingeladen, in der Sprechstunde am ersten Donnerstag jeden Monats, um 16:30 Uhr im Sitzungszimmer 2 des Rathauses ihre Streitfragen vorzutragen. Herr Kuhlke oder seine Vertreterin Frau Gisela Bergner sind als Instanz für vorgerichtliche Schlichtung aber auch zu jeder anderen Zeit unter der Mailadresse schiedsamt@rellingen.de erreichbar.

## Recyclingcontainer umgestellt

Seit Januar haben sich einige Standorte für Recyclingcontainer verändert. Die Standorte am Dahlhnhof und am Oberen Emschen (Höhe 58) wurden verlegt in die Siemensstraße (Höhe 31) und Tangstedter Straße (Höhe 68). Der Sammelplatz an der Altonaer Straße (Einfahrt Betonwerk) ersetzt den Platz an der Kellerstraße.

Da die gesamte Abfallwirtschaft in der Verantwortung des Kreises liegt, ist Rellingen in solchen Dingen auf die Kooperation der GAB angewiesen, mit

der die Gemeinde auch in diesem Fall gut zusammenarbeitet. Auch in den glücklicherweise nicht allzu häufigen Fällen von illegaler Entsorgung rund um die Container klappt die Zusammenarbeit gut. Hier ist die Gemeinde durchaus erfolgreich für die Ermittlung der Verursacher zuständig, während die GAB für Ordnung sorgt.

## Schulbauten im Plan

An der Brüder-Grimm-Schule ist im Dezember Richtfest gefeiert worden. Die Arbeiten sind zeitlich und budgetmäßig im Plan, der Anbau wird zum neuen Schuljahr in Betrieb gehen. An der CVS beginnt der Umbau mit den Containern für die Übergangszeit. Die Planungen und Ausschreibungen dafür sind im Gange.

Im Zuge des Ausbaus der CVS und des damit verbundenen Wachstums rechnet die Gemeinde mit stark zunehmendem Verkehr und hat ein Planungsbüro mit der Verkehrsplanung beauftragt: Wie kommen die Kinder zur Schule, wie kann man diesen Verkehr kanalisieren, wie viele Parkplätze werden benötigt.

ANZEIGE

**SonjaDittmer**  
STEUERBERATERIN

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



An der Brüder-Grimm-Schule geht es zügig voran, der Anbau sieht fast größer aus, als das Hauptgebäude

Dabei wird auch der Kindergarten mit einbezogen. Es werden dazu auch die Eltern befragt werden.

### Buslinien verändert

Die Fahrzeiten der Linie 185 wurden bis Mitternacht erweitert. Diese Linie führt in der einen Richtung jetzt bis zum Kreishaus in Elmshorn, endet dafür aber nun in der anderen Richtung an der S-Bahn in Halstenbek. Der weitere Streckenverlauf bis zur Neißestraße wird jetzt von der Linie 184 bedient. Wer in diese Richtung fährt, muss zukünftig leider umsteigen.

„Insgesamt ist Rellingen auch ohne eigenen S-Bahn Anschluss mit Zugang zu den Stationen Halstenbek, Thesdorf und Pinneberg, gut erreichbar, über Thesdorf auch in fußläufiger Entfernung“, zeigt sich Bürgermeister Trampe mit der Situation trotz der verkürzten Buslinie zufrieden.

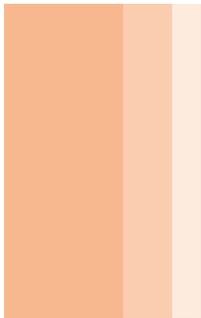


Vom Kreishaus bis zur S-Bahn. Der 185 verbindet Rellingen mit dem Rest der Welt.

### Kommunalwahlen stehen an

Ende Mai ist es wieder soweit: Die Gemeindevertretung und der Kreistag sind neu zu besetzen. Um die 23 Gemeindevertreter zu bestimmen, von denen 12 Direktkandidaten sein werden, sind auch 2018 alle wahlberechtigten Bürger zu einem Urnengang aufgerufen. Manch einem ist das schon zu viel, der andere fragt sich, wie er die Demokratie stärker unterstützen kann, ohne in die Politik einzusteigen. Rellengens Wahlleiter Herr Goldt weiß Rat. Es werden auch 2018 wieder Wahlhelfer gesucht, die aktiv dazu beitragen, dass dieser für unsere Demokratie fundamentale Vorgang ordnungsgemäß über die Bühne geht. Hier kann jeder ohne Vorkenntnisse seinen persönlichen Beitrag zur unserer freiheitlichen demokratischen Grundordnung ►

ANZEIGE



Nina Kröger  
Praxis für Naturheilverfahren

- Naturheilverfahren
- Ganzheitliche Labordiagnose
- Regulationsdiagnostik
- Phytotherapie

leisten. Interessierte melden sich bitte im Rathaus bei Herrn Goldt (Telefon 04101-564-122 oder per Mail [u.goldt@rellingen.de](mailto:u.goldt@rellingen.de)).

### City Giro verschoben

Der Wiederauflage des City Giro im letzten Jahr war ein großer Erfolg, der allerdings unglücklich mit anderen Veranstaltungen zusammenfiel, die durch die umfangreichen Straßensperrungen behindert wurden. So findet der City Giro 2018 Anfang Juni statt, um Konfirmationen, Kommunalwahl und dem Maifestival (25 - 27. Mai) auszuweichen. Es darf, wie der Redaktion aus erster Hand zugetragen wurde, erneut mit der Teilnahme des Bürgermeisters an der großen „Rellinger Rundfahrt“ gerechnet werden.

### Wirtschaftsförderung auf Kreisebene installiert

Die WEP (Wirtschaftsförderungs- und Entwicklungsgesellschaft des Kreises Pinneberg) wurde als

Holding neu organisiert, an der nun die Gemeinden direkt beteiligt sind. Der gemeinsame Auftritt macht die Region und damit jede einzelne Gemeinde stark.

Aber das hat seine Grenzen, wie Herr Trampe klar formuliert: „Am Ende bleibt Wirtschaftsförderung ein egoistisches Geschäft“. Muss es auch, denn jedes Unternehmen kann sich nur einmal ansiedeln und nur in eine Kasse Gewerbesteuern zahlen. „Dabei ist es uns aber immer noch lieber, ein namhaftes Unternehmen siedelt sich in der Nachbarschaft an, als in weiter Ferne. Wenn man nicht weiterhelfen kann und weiß, welcher Nachbar eine geeignete Fläche hat, gibt man schon die entsprechenden Hinweise“, ergänzt der Bürgermeister.

Mit der guten Verkehrsanbindung und dem geringsten Gewerbesteuersatz im Umkreis sieht er Rellingen sehr gut aufgestellt. „Nur eine Hamburger Adresse können wir nicht bieten“ gibt sich der Bürgermeister selbstbewusst.

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)

## Ein belastbares Netzwerk für Menschen mit Behinderungen schaffen

So fasst Kirsten Meins ihren Auftrag zusammen, als sie im Januar zur ersten ehrenamtlichen Behindertenbeauftragten der Gemeinde Rellingen berufen wird.

■ Bei 2.500 Menschen mit Behinderungen, da waren sich alle politischen Fraktionen und die Verwaltung in Rellingen einig, war es an der Zeit, eine Anlaufstelle für Betroffene und deren Angehörige einzurichten. „Die ehrenamtliche Position der Behindertenbeauftragten wird das Bindeglied zwischen Menschen mit Behinderungen, Verwaltung und Politik sein. Ich bin Frau Meins sehr dankbar, dass sie diese Aufgabe übernimmt“, so Bürgermeister Marc Trampe.

Kirsten Meins, 52, wohnt seit über 30 Jahren in Rellingen. „Durch meine schwerstbehinderte Nichte bin ich mit der Thematik sehr gut vertraut“, macht Frau Meins ihren persönlichen Bezug zum Thema deutlich. „Ich war außerdem in einem großen Hamburger Unternehmen mehrere Jahre als AGG-Beauftragte (Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz) tätig.“ So kennt sie sich sowohl mit den alltäglichen Herausforderungen für Behinderte aus, als auch mit den formalen Aspekten. Wer könnte geeigneter für diesen neuen Posten sein?

Frau Meins geht die neu geschaffene Position dann auch praktisch an, sie wird zunächst einmal im



**Bürgermeister Trampe und Vertreterinnen der Fraktionen der Gemeindevertretung heißen Frau Meins [Mitte] in ihrem Ehrenamt willkommen**

Monat eine Sprechstunde anbieten. Diese findet immer am ersten Dienstag im Monat in der Zeit von 15.00 bis 18.00 Uhr im Rellinger Rathaus (Sitzungsraum 1) statt.

Dazu wird neben der Vertretung der Interessen ihrer Schützlinge bei Verwaltung und Politik auch Unterstützung für die Betroffenen gehören. „Ich kann sicher keine konkrete Begleitung im Einzelfall leisten, sehe meine Aufgabe eher in der Hilfe zu Selbsthilfe und nehme eine Lotsenfunktion ein. Wegweiser im Behördendschungel sein und Hinweise geben, wer womit helfen kann, ist ebenso wichtig wie der Abbau von Barrieren und Berührungspunkten.“

Interessierte Bürger erreichen Frau Meins unter [Behindertenbeauftragte@rellingen.de](mailto:Behindertenbeauftragte@rellingen.de) oder zu den üblichen Geschäftszeiten im Rathaus über Frau Janßen im Büro des Bürgermeisters unter 564-121.

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

[www.quindel-heilpraktik.de](http://www.quindel-heilpraktik.de)

 **Martina Neumann**

Heilpraktikerin

**Klassische Homöopathie  
Biographiarbeit**

Termine nach tel. Vereinbarung: 04101-80 56 469

[www.heilpraktik-neumann.de](http://www.heilpraktik-neumann.de)



Per Zacho und Kai Schröder vom Lions Club freuen sich mit ihren Gewinnern: Nicole Kohrs, Tim Tienken,

# Der Jubiläumskalender

*Schon zum zehnten Mal gab es 2017 den Adventskalender vom LionsClub Ellerbek | Rellingen. „Acht Mal mit Schokolade, zweimal ohne“, wie Club Präsident Kai Schröder betont.*

■ Die Schokolade, hier original belgische, gehört eben einfach zum Adventskalender dazu. „Und auch wer keinen Gewinn erzielt, darf sich zumindest jeden Tag über ein Stück Schokolade freuen“, kommt Per Zacho zum vertrieblichen Aspekt dieser Frage. Er muss es wissen, denn bei ihm im

Geschäft holen sich die Gewinner in dieser Saison die Gewinne ab, wo dann auch die professionellen Bilder von glücklichen Gewinnern entstehen.

Das Motiv war dieses Jahr von Karl Otto, der dafür eine Schwarzweiß-Aufnahme handcoloriert hat. Das Original war auch dieses Jahr der Hauptgewinn.

Es hängt jetzt im neuen Büro von Sanitär-Eggers in Tangstedt, wo man auf diese Weise ein besonderes Stück Rellingen mitnehmen konnte.

Der Kalender ist zu einem festen Bestandteil im Rellinger Advent geworden, auch als kleines Geschenk für die Mitarbeiter Rellinger Firmen. „Wir machen das seit Jahren, kommt sehr gut an“, weiß Herr Zacho aus eigener Erfahrung zu berichten. Die vielen Gewinne sorgen dabei für echte Spannung, denn so

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 Börmis**  
Ihr Buchhändler



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

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

**und vieles mehr ...**



**Herr Schmidt-Sluga und Petra Eggers (v.l.n.r.)**

unwahrscheinlich ist es gar nicht, dass zumindest einer aus der Firma etwas gewinnt.

Und es gibt hochwertige Gewinne, wie Kaffeemaschinen, Tablets, Lufttrocknungsgeräte, Montblanc Schreiber oder Porschefahren für ein Wochenende. Bis auf die Reise und in diesem Jahr auch die Kalender von der Flüchtlingshilfe stammen diese Gewinne von Sponsoren, über die sich das Kalender-Team des LionsClub immer freut. Manche Firma spendet Produkte aus dem eigenen Sortiment, andere kaufen Gewinne und spenden diese dem Club. Alle Sponsoren werden auf dem Kalender genannt und auf der Website im Rahmen der Vorbereitungsstunde vorgestellt.

Viele Bürger freuen sich an dem Kalender offenbar so, wie er ist und vergessen ganz, nach Weihnachten zu prüfen, ob Sie etwas gewonnen haben. Da warten noch echte Werte auf ihre neuen Besitzer, schauen Sie nochmal nach, wenn das gute Stück nicht schon entsorgt wurde! Bis Ende Februar können Sie dieses Jahr Ihren Gewinn noch abholen, die Gewinnzahlen finden Sie bei Zacho im Schaukasten oder auf der Website [lc-ellerbekrellingen.de](http://lc-ellerbekrellingen.de) des LionClubs.

Wo es möglich ist, fahndet der LionsClub sogar nach den Gewinnern, soweit der Weg der Kalender über die Lieferscheine nachvollziehbar ist. „So konnten wir auch schon eine Kreuzfahrt in einer der Firmen zuordnen, die Ihre Mitarbeiter beschenkt haben“, erinnert sich Herr Schröder gerne. „Aber bei den vielen Kalendern, die über die Geschäfte verkauft werden, gelingt das nicht.“

Nach dem Kauf der Kalender und des Hauptgewinns verbleibt dank der Sponsoren für die übrigen Gewinne und der ganzen ehrenamtlich geleisteten Arbeit, die in so einem Projekt steckt, noch ein ansehnlicher Betrag, mit dem der Lions-

Club soziale Projekte fördert, was der eigentliche Zweck des Kalenders ist. Im Namen der Empfänger dieser Spenden bedankt sich der LionsClub bei allen Spendern, Helfern und Käufern für den erneut so erfolgreichen Adventskalender 2017 und die großzügigen Spenden, die damit ermöglicht wurden. Das Jahr ist übrigens genauso kurz wie immer: Wenn dieses Heft Anfang März erscheint, sind es keine 6 Monate mehr, bis die ersten Lebkuchen verteilt sind und es für die guten Mitarbeiter-Geschenkideen zum Advent schon wieder zu spät ist. Es werden deshalb ab sofort sowohl Vorbestellungen für die Kalender, als auch Spenden für die Gewinne entgegengenommen.

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**

# Sie tragen ein Hörgerät? Dann lassen Sie es bitte überprüfen.

■ Damit Sie jetzt und in Zukunft uneingeschränkten Hörgenuss erleben können, raten wir Ihnen, regelmäßig Ihr Hörsystem von einem Hörgeräteakustiker überprüfen zu lassen. Eine regelmäßige Wartung und Überprüfung Ihres Hörsystems verlängert nachweislich die Nutzungsdauer und gewährleistet vor

allem ein besseres Hörverstehen. Denn nur ein technisch einwandfreies Hörgerät bringt die optimale Leistung, die für Ihr Hörvermögen notwendig ist. Die regelmäßige Reinigung des Hörgerätes, der Ohrpassstücke und die Kontrolle des Zubehörs ist wichtig für ein gutes Hörverstehen. Die Schläuche, Siebe und Domes soll-



ten regelmäßig gewechselt werden. Vor allem die Otoplastiken sollten bei Bedarf erneuert werden, da Teile des Ohres aus Knorpel bestehen und diese sich ein Leben lang verändern. Hierbei ist es besonders wichtig auf den richtigen Sitz zu achten. Gegebenenfalls muss die Otoplastik neu angepasst werden.

Sollten Sie ein Hörsystem besitzen, dann bietet Ihnen Hörgeräte Zacho eine Überprüfung Ihres Hörsystems auf seine einwandfreie Funktion an. Dieser Service ist bei Hörgeräte Zacho selbstverständlich kostenlos. Die Zacho-Fachinstitute finden Sie in Rellingen, Am Rathausplatz 17, Tel. 04101- 37 68 84 und in Halstenbek, Gustavstraße 7, Tel. 04101- 805 75 95 oder im Internet [www.zacho.de](http://www.zacho.de).

#### **Ansprechpartner:**

Per Zacho,  
Fachinstitut Hörgeräte Zacho  
GmbH & Co. KG,  
Am Rathausplatz 17,  
25462 Rellingen,  
Tel.: 04101- 376884 ,  
E-Mail: [info@zacho.de](mailto:info@zacho.de),  
Internet: [www.zacho.de](http://www.zacho.de)

Mit-  
machen

Hörgeräte | Zacho  
Das Beste zum Hören

## Guter Vorsatz?

### Das schaffen Sie!

Mit einem Zacho-Hörtest wissen Sie, ob Sie gut hören. Ein guter Vorsatz beginnt damit, in dem er umgesetzt wird. Probieren Sie es aus.

Hörgeräte Zacho lädt Sie zu einem kostenlosen und unverbindlichen Hörtest ein.



### Fachinstitute Hörgeräte Zacho

Rellingen • Am Rathausplatz 17 • Tel. 04101- 37 68 84

Halstenbek • Gustavstraße 7 • Tel. 04101- 805 75 95

Weitere in:

HH-Blankenese • 2x HH-Niendorf • HH-Othmarsche

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



# Wohin mit den Erkältungskeimen?

*Richtig niesen und schnäuzen: Ob aus Schamgefühl oder aus Rücksicht auf die Mitmenschen: Viele Erkältete unterdrücken in der Öffentlichkeit ihren Niesreiz oder vermeiden es, sich zu schnäuzen. Doch wie gesund ist das?*

■ Wer einen aufkommenden Niesreiz unterdrücken will, indem er seine Nase zuhält, tut sich keinen Gefallen: Durch den entstehenden Überdruck im Kopf drohen Äderchen und schlimmstenfalls das Trommelfell im Ohr zu platzen. Am besten niesen Erkältete in ein Taschentuch, alternativ in die Armbeuge, um die Mitmenschen vor einer Tröpfcheninfektion zu bewahren.

## Bei Schnupfen nicht zu stark schnäuzen

Auch beim Schnupfen ist es sinnvoll, die Keime aus der verstopften Nase heraus zu befördern. Durch ständiges Hochziehen gelangen die Erreger womöglich von der Nase in den Rachen und unter Umständen in die Atemwege, was eine akute Bronchitis zur Folge haben könnte. Damit Sekret und Keime nicht durch

zu starken Druck in die Nasenhöhlen gelangen, gilt auch beim Schnäuzen Vorsicht. Wolfgang Wagner von der KKH Kaufmännische Krankenkasse empfiehlt folgende Methode: „Vorsichtig in ein Papiertaschentuch schnäuzen, am besten beide Nasenlöcher getrennt und dabei nicht zu heftig schnauben.“ Das benutzte Taschentuch sollten Erkältete direkt im Anschluss entsorgen.

## Erkältung von vornherein vermeiden



Am besten lässt man es gar nicht erst zu einer Erkältung kommen. Ansteckungsgefahr droht vor allem durch Türklinken, Treppengeländer und Haltegriffe in Bussen und Bahnen. Diese sollte man, wenn möglich, nicht anfassen oder sich anschließend gründlich die Hände waschen, ohne sich davor ins Gesicht zu fassen.

*Text: KKH*

ANZEIGE

Foto: Created by Lyoshenko, Shayne\_ch13 - Freepik.com

## Brunnen Apotheke



Ahmet Tekin  
Hauptstraße 25  
25462 Rellingen  
Tel: 04101 207800

Ahmet Tekin  
Hauptstraße 35  
25462 Rellingen  
Tel: 04101 200110

## Post Apotheke





**Jan GERCKENS**  
Ihr Elektromeister  
Pinneberger Str. 48 • 25462 Rellingen • www.jangerckens.de  
☎ (0 41 01) 3 41 55



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.



*Kirsten Moldenhauer*  
Kosmetik

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



GERÄTEWAGEN BETREUUNG

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



## lorenz-hilft

Vielseitig, zuverlässig

### Ihr Computer streikt? Ich biete:

Service, Virenbeseitigung, Reparatur,  
Kaufberatung, Anschluss/Installation,  
Internet, eMail, PC/Tablett Einführung

### Weitere Leistungen:

Telefonumstellung auf VoIP,  
Smartphones einrichten,  
TV-, Heimkinoberatung

### Kontakt: [info@lorenz-hilft.de](mailto:info@lorenz-hilft.de)

04101-83 16 378/0176-4962 0709

**Hubert Lorenz,**

Dockenhudener Ch. 3, 25469 Halstenbek

### Ihre Anzeige in den Pinnauboten?

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

Tel: 04101 - 50 58 99 • [mail@pinnauboten.de](mailto:mail@pinnauboten.de)

### Helfen Sie uns zu helfen!



DRK-Ortsverein Rellingen

[Vorstand@drk-rellingen.de](mailto:Vorstand@drk-rellingen.de)

04101-512062

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

# Mehr Gröön in Rellingen

■ Siet een paar John sünd al över 100 Bööm un bumpli 3000 Boddendecker mit Begleitgröön neet anplant worrn. Alleen in uns Hauptstroot 8 Ulmen. Wi Plattdüütschen seggt jo Rüster or Ieper to de Ulmen. Wann ümmer ik an de Iepern vörbi goh mutt ik an den groten Iepernboom vör de Huusdöör bi mien Grootöllern denken. De Boom weer to mien Kinnertied al över 250 Jahr oolt. Leider stünn he beten dicht an de Stroot. As an End vun de söftiger John de Autoverkehr dörch dat Döörp ümmer mehr wöör, sull de Stroot breder mookt warrn. Sull jo keen Mallöör geven. So müß de grote stootsche Ieperboom wicken. Dat weer een Slag int Gesicht för mien Grootöllern. To'n Glück harr de Künstler un Holtbildhauer Otto Flath Wind vun de Fällakschon kregen un hett sik den dicken Stamm annahmen. Wunnerschöne Figuren för Karken in In-un-Utland hett he dor ut snitzt.

De Künstler is 1987 in Seberg (Bad Segeberg) storven. Fröher hett dat ninich bi Oma un Opa

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



op de Dörpsstroot een Unfall geven. Man kuum dat de utbuute Stroot för den Verkehr freegeven weer, passeer een groot Mallöör. Een Autofohrer verlöör in de Kurv de Kontroll över sien Auto, keem op'n Footweg, un överföhr een junge Fru samt Kinnerwogen. Mudder un Baby op de Stell dood. De beiden harrn nich de luurlüttste Chance. Dat hele Döörp stünn ünner Schock.

Ohn den groten Autoverkehr wöör villicht de stootsche Ieper ümmer noch dor stohn. Or se weer as de mersten Ulmen Opper dörch een Schlauchpilz, Gattung Ophiostoma, worrn. De Ulmensplintkäfer hett de Krankheit rasend schnell verbreet. 1982 weer to'n Glück dat End vun dat grote Ulmenstarven.

De Ulmen, de nu in Rellingen plant worrn sünd, süllt resistenter gegen de Erkrankung ween. Wüllt höpen, dat se uroolt warrn dörrt un ok noch uns Nokomen Freud an ehr hebbt.

Dat wünscht sik von ganzen Hatten Ehr

Maren Schütt

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)

# Recht sprechen im Ehrenamt

*Im Kreis Pinneberg werden derzeit neue Schöffen und Jugendschöffen für die Amtsperiode 2019 bis 2023 gesucht, sowohl beim Amtsgericht als auch beim Landgericht.*

■ Jeweils zwei dieser Laienrichter entscheiden gleichberechtigt mit dem Berufsrichter über Schuld und ggf. Strafmaß mit einer 2/3 Mehrheit. Die Schöffen nehmen so eine wichtige Funktion im deutschen Rechtssystem wahr, denn sie sind „Volkes Stimme“ innerhalb unserer Justiz.

„Die Bürgerinnen und Bürger können sich bei Ihrer Heimatgemeinde bewerben. Vordrucke dazu gibt es unter [www.schoeffenwahl.de](http://www.schoeffenwahl.de) oder direkt bei der Heimatgemeinde. Vielfach wird der offizielle Aufruf dazu Mitte Februar kommen“, erklärt Michael Maske, selber Schöffe und Beisitzer des Landesverbandes Nord im Bund ehrenamtlicher Richterinnen und Richter. ([www.schoeffen-nord.de](http://www.schoeffen-nord.de))

Die „technischen“ Voraussetzungen um Schöffe zu werden, zählt Herr Maske schnell auf: „Schöffen müssen am 01.01.2019 zwischen 25 und 69 Jahre alt sein, die deutsche Staatsangehörigkeit besitzen und die deutsche Sprache ausreichend beherrschen. Sie dürfen nicht zu einer Freiheitsstrafe von mehr als sechs Monaten verurteilt sein und es darf kein Ermittlungsverfahren wegen einer schweren Straftat anhängig sein, die zum Verlust der Übernahme von Ehrenämtern führen kann. Jugendschöffen sollten darüber hinaus über erzieherische Erfahrung verfügen.“

Bewerber sollten über hohe soziale Kompetenz verfügen und sich darüber im Klaren sein, dass sie über das Schicksal von Menschen entscheiden und das mit ihrem Gewissen vereinbaren können. Ein Arbeitsplatz ist kein Hindernis, denn Arbeitgeber müssen ihre Mitarbeiter für diese Tätigkeit freistellen, der Verdienstausschlag wird vom Gericht erstattet, ebenso wie Fahrt- und Verpflegungskosten.

„Für die neu gewählten Schöffen bieten wir Einführungsseminare an, um sich auf diese verantwortungsvolle Tätigkeit vorzubereiten“, erklärt Herr



**Richter ohne Robe: Michael Maske vom Bund ehrenamtlicher Richterinnen und Richter**

Maske. Angst vor der Aufgabe muss also niemand haben. „Mir ist es wichtig, dass wir Menschen im Gerichtssaal sitzen haben, die hinter dieser Aufgabe stehen und sich dafür wirklich interessieren“. Und das ist keinesfalls selbstverständlich: Wenn es nicht genug Bewerber gibt, kann die Verwaltung Bürger auch ungefragt auf die Liste setzen, um die geforderte Anzahl von Wahlvorschlägen zu erreichen.

**Wenn Sie dieses Ehrenamt interessiert**, dann kommen Sie solchen Maßnahmen zuvor und bewerben Sie sich jetzt bei Ihrer Verwaltung. Weiterführende Informationen finden Sie unter:

[www.schoeffenwahl.de](http://www.schoeffenwahl.de) und [www.schoeffen-nord.de](http://www.schoeffen-nord.de)

# Schlechte Englischnote? – Don't panic!

*AWO-Jugendwerk organisiert Sprachreise für Jugendliche in den Ferien*

■ Am Englischlernen kommt man auf einer Sprachreise gar nicht vorbei, denn im Sprachunterricht in kleinen Gruppen mit einheimischen Lehrern (30 x 45 Minuten), in den Gastfamilien und in alltäglichen Situationen beim Einkaufen, Busfahren oder im Kino wird natürlich Englisch gesprochen. Wenn es heißt, sich in einer Fremdsprache zurecht zu finden, kann selbst ein Besuch im Fish-and-Chips-Shop zum Abenteuer werden. So wird das Interesse an der Sprache automatisch geweckt.

ANZEIGE



Es steht selbstverständlich auch ganz viel Spaß auf dem Programm: Das AWO-Betreuersteam, das die Gruppe von Anfang bis Ende der Reise begleitet, unternimmt mit den Jugendlichen Ausflüge (u.a. nach London), geht mit ihnen ins Kino, erkundet die Umgebung, veranstaltet Sportnachmittage, Shopping-Touren und Vieles mehr.

Die Reisegruppe für 11-13jährige startet gemeinsam am 14.07. per Flugzeug ab Hamburg Airport, und kehrt am 28.07.18 wieder zurück. Für 14-17jährige findet die Reise vom 31.07. – 14.08.18 statt.

Damit sich alle Mitreisenden vorab schon einmal kennenlernen, gibt es vor der Reise eine Informationsveranstaltung für die Eltern und Teilnehmer, sowie ein Kennlerntreffen nur für die Betreuer und Mitreisenden. Nach der Reise können sich alle Teilnehmer dann bei einem Nachtreffen wiedersehen.

Für diejenigen, die es mehr nach Frankreich zieht, geht es vom 29.07. – 13.08.18 für 14-17jährige ans Mittelmeer auf ein Sport- und Beachcamp. Wer 9-13 Jahre alt ist, kann vom 02.08. – 09.08.18. auf eine Erlebnisfreizeit in den Harz fahren.

*Text: Natascha Bacher, Bilder: AWO Jugendwerk Unterelbe*

Willkommen 2018 - Jetzt abnehmen mit Erfolg!

**LifeStyle**  
HEBEN SINKEN ERNEUEN

Jetzt  
**30 Tage Fitness**  
für nur **49,-**  
Fitness / Kurse / Wellness

Wir legen Ihren  
**Schweinehund**  
gemeinsam an die Kette!

LifeStyle Fitness Rellingen  
Hauptstraße 39  
Tel.: 04101 - 80 89 44 · www.fitnessallianz.de

AWO Jugendwerk Unterelbe, Am Drosteipark 21,  
25421 Pinneberg, Tel: 04101-205737,  
e-mail: jw@awo-jugendwerk.com,  
[www.awo-jugendwerk.de](http://www.awo-jugendwerk.de)



# Pinneberger Termine

Hier  
finden sie unsere  
Veranstaltungstipps  
**Frühjahr  
2018**

## Märkte & Events

### Stadtmarketing Pinneberg

Telefon: 04101-858918-3/-5 oder  
info@stadtmarketing-pinneberg.info

### Pinneberg macht sauber

Treffpunkt für alle Helfer ist der Drosteiplatz. Zur besseren Koordination bittet das Stadtmarketing um eine Anmeldung bis zum 12. März, aber auch Kurzentschlossene sind willkommen. Müllsäcke werden gestellt. Und es gibt auch wieder einen kleinen Imbiss!

**Samstag 17. 03. 2018 10:00 – 12:00 Uhr**

### Fahrradfrühling und verkaufsoffener Sonntag

Vereine, Institutionen und Firmen informieren zu Tourenangeboten, Ausflugszielen, Gesundheit, Fitness und Ernährung und stellen Fahrradmodelle vor. Dazu Events, Gastronomie und Fahrradcodierung.

**Sonntag 25. 03. 2018 13:00 – 18:00 Uhr**

### Wirtschaftskreis Halstenbek

info@halstenbeker-wirtschaftskreis.de

### Fahrradorientierungsfahrt

Nach über 30 Jahren ist die Fahrradtour für Groß und Klein ein Muss für jeden Halstenbeker. Catering, Tombola und „Bergfest-Zwischenstopp-Station“

**Donnerstag 10. 05. 2018 (Himmelfahrt)**

### Treffpunkt Rellingen

www.treffpunkt rellingen, info@treffpunkt-rellingen.de

### Maifest und CityGiro 2018

Rellingen heißt die warme Jahreszeit willkommen mit Straßenfest und der Neuauflage des Radrennens durch den Ortskern. ACHTUNG: Weiträumige Absperungen, auch die Parkplätze im Ortskern

**Sonntag 03. 06. 2018**

## Kunst & Kultur

### Forum Schenefeld

Achter de Weiden 30, Schenefeld  
Vorverkauf: Telefon: 040-8307073  
oder info@juks-schenefeld.de

### Summa Summarum – Die Abschiedstour

Henning Venske auf Abschiedstour 16€ – 24€  
zzgl. VVK-Gebühr

**Mittwoch 07. 03. 2018 20:00 Uhr**

### HEIMSPIEL – medz singen deutsch

Eine Liebeserklärung an die deutsche Sprache. Musikalisch wie inhaltlich zeigen sie ihrem Publikum, wie vielfältig die deutsche Sprache ist und lassen alte Schlager oder Hits von Rio Reiser hören. Aber auch Grönemeyer, PUR, SEED, Clueso und Rammstein. Und auch eigene Songs der Band. 16€ – 28€

**20. 04. 2018 20:00 Uhr**

### Theaterverein Rellingen

www.theaterverein-rellingen.de,  
Telefon: 04101-204780,  
kontakt@theaterverein-rellingen.de

### Arsenik und ole Spitzen

Kriminalkomödie von Joseph Kesseling, plattdeutsch von Konrad Hansen. Arsen und Spitzenhäubchen in der plattdeutschen Version.

**Freitag 13. 04. 2018 19:30 Uhr** Rellingen, Rellinger Hof

**Sonabend 14. 04. 2018 19:30 Uhr** Ellerbek, Kulturtreff

**Sonntag 15. 04. 2018 18:00 Uhr** Ellerbek, Kulturtreff

**Donnerstag 26. 04. 2018 19:30 Uhr** Rellingen-  
Egenbüttel, Kl. Turnhalle

**Sonabend 28. 04. 2018 19:30 Uhr** Halstenbek,  
Aula Wolfgang-Borchert-Gymnasium



## Musikkreis Rellinger Kirche

www.mrk-rellingen.de

### Brass in Rellingen

Klassik - Musical - Traditional

Brass Band WBI Hamburg, Leitung Timo Hänf

**Sonntag 11.03.2018 17:00 Uhr**

### Klang der Stille

Werke von Bach, Beethoven und Brahms. Oliver Schmidt, Klavier

**Montag 19.03.2018 19:00 Uhr**

### J. S. Bach: Johannes-Passion

Rellinger Kantorei Ulrike Meyer, Sopran; Carmen Bangert, Alt; Svyatoslav Martynchuk, Tenor; Keno Brandt, Jesus; Lino Ackermann, Bass; Leitung: Oliver Schmidt 15€–35€ (Vorverkauf Buchhandlung „Lesestoff“, Telefon: 04101-7809600, mail@lesestoffundmehr.de, oder über Reservix)

**Samstag 24.03.2018**

### Musik zur Sterbestunde Christi

Joseph Haydn: Die sieben letzten Worte unseres Erlösers am Kreuz

Immanuel-Quartett Köln 12€ (Vorverkauf Buchhandlung „Lesestoff“, Telefon: 04101-7809600, mail@lesestoffundmehr.de, oder über Reservix)

**Karfreitag 30.03.2018 15:00 Uhr**

### Choir's evening

just now – Chor, Hamburg

**Donnerstag 19.04.2018 19:00 Uhr**

### Träumerei

Klassische und romantische Arien

Ulrike Meyer, Sopran – Oliver Schmidt, Klavier

**Samstag 19.05.2018 19:00 Uhr**

### 33. Maifestival in der Rellinger Kirche

Künstlerische Leitung: Luz Leskowitz

„Große Solisten zur Eröffnung“

**Freitag 25.05.2018 19:00 Uhr**

### “Schuberts letzte Werke”

**Samstag 26.05.2018 19:00 Uhr**

### „Grand Finale“

**Sonntag 27.05.2018 17:00 Uhr**

### Musical-Company

www.musical-company.net, info@musical-company.net

### Blutsbrüder

Liverpool, England, irgendwann in den 60ern: Die arme, aber kinderreiche Mrs. Johnstone schlägt sich als Putzfrau durch das Leben. Ein Musical, das unter die Haut geht und Ihnen feuchte Augen bereiten wird – mal vor Lachen, mal vor Weinen. Theater und Live-Band, die musikalisch durch

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



das Stück führt und für wahrhaftige Emotionen sorgt.

**15. 03. 2018 - 24. 03. 2018 Täglich** außer So **19:30 Uhr**,

**So 17:00 Uhr**

### Drostei Pinneberg

Dingstätte 23, Pinneberg, Telefon: 04101-21030,  
info@drostei.de

### früh werk

Jurierte Ausstellung mit Arbeiten von Schülerinnen und Schülern der Oberstufe, die sich bildnerisch, musikalisch und schriftstellerisch vorstellen. früh werk zeigt frische Positionen und erstaunliche Talente. 0€

**Vernissage: Mittwoch 30. 05. 2018 19:00 Uhr**

**Ausstellung: 31. 05. 2018 – 10. 06. 2018**

**Mi. – So 11:00 – 17:00 Uhr**

### Helgoland in Sicht

Bekanntes in neuem Licht, aber auch viele kleine, unbekannte, hintergründig schöne und auch schmerzvolle Blicke auf Helgoland. Die detailreiche und dabei klar komponierte Malerei Erhard Göttlichers bildet dabei kein Gegengewicht zu den fotografischen Arbeiten seiner Kollegen Thorsten Berndt und Lilo Tadday. 3€ / 1,50€ / Schüler 0€

**Vernissage: Samstag 28. 04. 2018 16:00 Uhr**

**Ausstellung: 29. 04. 2018 – 10. 06. 2018**

**Mi. – So 11:00 – 17:00 Uhr**

### Sprich leise, wenn du Liebe sagst

Hans-Jürgen Schatz liest aus dem Briefwechsel zwischen Lotte Lenya und Kurt Weill. Dazu werden Songs von Kurt Weill intoniert. Karten ab sofort ab sofort online sowie allen Reservix-Vorverkaufsstellen. Ab 8 Wochen vor der Veranstaltung auch in der Drostei (Telefon: 04101-21030) sowie dem Bücherwurm (Telefon: 04101-23211) 10€ – 18€

**Samstag 12. 05. 2018 19:30 Uhr**

### Kulturkreis Halstenbek

www.kulturkreis-halstenbek.de, 04101-424 84

Vorverkauf Buchhandlung Cremer, Halstenbek, Hauptstraße 51, Telefon 04101-423 38 und See-Apotheke, Halstenbek-Krupunder, Seestraße 252, Telefon: 04101/410 25

### Jochen Wiegandts Hafenkonzert

„Hallo, hier Hamburg!“ Das neue Lieder- und Liederaturbuch des Hamburger Musikers und Liederaten Jochen Wiegandt ist eine liebevolle Hommage an das norddeutsche Liedgut und ein ganz besonderer Hamburg- Führer. Freuen Sie sich auf die schönsten, originellsten und interessantesten Fundstücke in Liedern, Geschichten und Bildern. Von und mit Jochen Wiegandt 5€ – 10€

Gemeindezentrum Arche Noah, Halstenbek, Haselweg 37

**Freitag 16. 03. 2018 20:00 Uhr**

**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

ANZEIGE

*Beraten · Engagement  
Begleiten · Verstehen  
Wünsche erfüllen  
Qualität · Organisieren  
Transparenz  
Zuwendung · Wissen  
Empathie · Individualität*

04101 40 79 70  
www.bestattungsinstitut-vieweg.de





## Bläserquintett der Symphoniker Hamburg

mit Werken von Johann S. Bach, Amadeus Mozart, Claude Debussy und Anton Reicha  
Aula des Wolfgang-Borchert-Gymnasiums Halstenbek, Bickbargen 111, 5€ – 12€

**Freitag 20. 04. 2018 19:00 Uhr**

## Die Zimtschnecken

Die Hamburger „Zimtschnecken“ Sörin Bergmann, Anne Weber und Victoria Fleer begeistern dreistimmig mit stilechtem Swing nach Art der Andrews Sisters und mit witzigen deutschen Texten von Anne Weber. Ein Programm, das gute Laune macht!

Aula des Wolfgang-Borchert-Gymnasiums Halstenbek, Bickbargen 111, 5€ – 10€

**Freitag 01. 06. 2018 19:30 Uhr**

## Natur & Gesellschaft

### VHS Halstenbek

Schulstr. 9, Halstenbek, Telefon: 04101-58770,  
[www.vhs-halstenbek.de](http://www.vhs-halstenbek.de)

## Rundreise Australien – Vom Urwald ins Outback

Lichtbildvortrag von Wolf Leichsenring, 8€

**Donnerstag 01. 03. 2018 19:00 – 20:30 Uhr**

## Erben und Vererben – Nachlass richtig regeln

Vortrag von Heide Ursula Brunstamp, 5€

**Donnerstag 22. 03. 2018 19:30 – 21:00 Uhr**

## Entschleunigung durch Minimalismus

Workshop mit Khadija Berndt, 16€

**Samstag 24. 03. 2018 11:00 – 14:00 Uhr**

## Indien - ein Land der Widersprüche

Vortrag von Dr. Thomas Palaschewski, 8€

**Dienstag 27. 03. 2018 19:30 – 21:00 Uhr**

## Bestattungsinstitut Joerg Vieweg

Hauptstraße 26, Rellingen, Telefon: 04101-407970,  
[info@bestattungsinstitut-vieweg.de](mailto:info@bestattungsinstitut-vieweg.de)  
Wegen begrenzter Teilnehmeranzahl bitten wir um vorherige Anmeldung

## Möglichkeiten der persönlichen Vorsorge

Frau Roswitha Schusdzia, Vorsitzende des Betreuungsvereins für den Kreis Pinneberg stellt Möglichkeiten der persönlichen Vorsorge sowie das Unterstützungsangebots des Vereins vor. 0€

**Donnerstag 15. 03. 2018 19:00 Uhr**

ANZEIGE

**Seit 25 Jahren** **IHR MAKLER DER REGION**

**LIST**  
— INGBORG LIST IMMOBILIEN —

Hauptstraße 80  
25462 Rellingen  
Tel. 0 41 01 / 50 96-0  
[info@list-immobilien.de](mailto:info@list-immobilien.de)  
[www.list-immobilien.de](http://www.list-immobilien.de)



## Rechtsmedizin – Faszination & Fiktion

Prof. Püschel, Leiter der Hamburger Rechtsmedizin, berichtet über faszinierende Todesfälle und stellt u.a. sein neues Buch vor. 0€

**Dienstag 20.03.2018 19:00 Uhr**

## Männer im Abschied – ein besonderes Projekt

In Zusammenarbeit mit dem Hamburger Hospiz e.V. führe ich seit 2015 Gespräche mit Männern am Lebensende durch. Der Trauerbegleiter Martin Kreuels berichtet von seinen Erfahrungen und stellt möglichen Handlungsansätze vor. 0€

**Donnerstag 29.03.2018 19:00 Uhr**

## Demenz – Ein langer Weg

An diesem Abend wird die renommierte und erfahrene Dipl. Gerontologin, Dipl. Sozialpädagogin und Erzieherin Frau Margret Schleede-Gebert über die Besonderheiten der Demenzerkrankung berichten. 0€

**Donnerstag 05.04.2018 18:30 Uhr**

## Brücke ins Jenseits?

Ob es wohl ein Leben nach dem Tod gibt? Lynn Parker (Tutorin am renommierten Arthur- Findlay-College in England) ist sich dessen sicher. In dieser Veranstaltung möchte Sie von ihrer Arbeit berichten und demonstrieren, wie sie arbeitet. 20€

**Mittwoch 18.04.2018 19:00 Uhr**

## Wie fühlt sich das Leben in und nach 5 Jahren Wachkoma an?

In ihrem erstaunlichen Buch beschreibt Carola Thimm ihre eigenen Erfahrungen und Gefühle während dieser Zeit. Und wie es ihr gelungen ist, sich ihr Leben nach dem Erwachen neu zu erobern. 0€

**Mittwoch 16.05.2018 19:00 Uhr**

## Frauen & Familie

### JUKS Schenefeld

Osterbrooksweg 25, Schenefeld, Telefon: 040-8307073, info@juks-schenefeld.de

### Kindertheater des Monats: „Obstgärtchen“

Mit Musik und Theaterspiel, mit gemeinsamen Entscheidungen und Fantasie ist das beliebte HABA-Brettspiel durch Theater Mär für die Bühne umgesetzt, ab 3 Jahre. 5€

**Freitag 23.03.2018 15:00 Uhr**

### Kindertheater des Monats: „Hilde, Hans und ein bisschen Zwerg“

Figurentheater für alle ab 4 Jahren. Tandra Theater präsentiert ein märchenhaftes Theaterstück nach Motiven des Andersen-Märchens „Was Vater tut, ist immer recht“. 5€

**Freitag 27.04.2018 15:00 Uhr**

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

Professionelle Zahnreinigung nach Vereinbarung auch **Samstags!**



### Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Rellingen

Dorothea Beckmann, Hauptstraße 60, Rellingen  
Telefon: 04101/564-181, d.beckmann@rellingen.de

### Stressbewältigung für Frauen: weniger Stress – mehr Lebensfreude und Gelassenheit im Alltag

Im 2-tägigen Workshop erfahren Sie, wie Stress entsteht und lernen etwas über Ihre persönlichen Stressoren. Referentin: Mechthild Keller, 65€ (Ermäßigung auf Anfrage)

**Freitag 02.03.2018 16:30 – 20:30 Uhr** und

**Samstag 03.03.2018 10:30 – 15:30 Uhr**

### EMBRACE – DU BIST SCHÖN !

Ein mutiger, engagierter Film – ein Plädoyer für mehr Selbstakzeptanz und Wertschätzung. Wir beginnen mit einem gemeinsamen Essen – bitte Fingerfood dazu mitbringen. Für Getränke wird gesorgt. Nach dem Film ist Zeit für Austausch und Gespräch, 0€

Anmeldung ist unbedingt erforderlich: 04101/211 231, azzab-robinson@stadtverwaltung.pinneberg.de

**Donnerstag 08.03.2018 17:00 – 20:00 Uhr**

### Beratungstag „Frau und Beruf“

Die Beratungen sind vertraulich und kostenfrei und dauern ca. 1 Stunde. Anmeldungen sind unbedingt erforderlich unter Telefon: 04101-564 181

**Mittwoch 14.03.2018 9:00 – 15:30 Uhr**

### Ich habe Ideen, ihr habt Geld

Ingrid Neitzel, Vorstandsmitglied von Oikocredit wird am Beispiel Philippinen die Arbeit von Oikocredit erklären. Im Rahmen eines Reiseberichts werden Frauen vorgestellt, die durch ihre Kreativität und Mikrokredite ihr Leben und das ihrer Familien nachhaltig verändern konnten. Kleine Köstlichkeiten von den Philippinen werden zum Schluss gereicht.

**Mittwoch 14.03.2018 19:30 – 21:30 Uhr**

### Wo sind die Insekten hin?

Gesprächsabend des Frauentreff Rellingen. Was bedeutet das Fehlen der Insekten für die Natur, für uns Menschen und was können wir dagegen tun? Mit Kerstin Donner.

**Mittwoch 11.04.2018 19:30 – 21:30 Uhr**

### Weil ich es mir wert bin!

2-tätiges Seminar zur Steigerung des Selbstwertgefühls: Achtsamkeit und Selbstfürsorge – Grenzen setzen und respektieren – Sicherheit, Wachstum & Selbstwirksamkeit – Vertrauen und Hingabe. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und etwas zum Schreiben mitbringen. Und eine kleine Köstlichkeit für das gemeinsame Mittagessen. Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Regine Heyenn, 45 € (Ermäßigung möglich)

**Freitag 20.4.2018 18:00 – 21:00 Uhr** und

**Samstag 21.04.2018 11:00 – 17:00 Uhr**

### Unbekannte Heldinnen in Hamburg

Eine biografische Spurensuche. Stadtführung vom

ANZEIGE

## Mail Boxes Etc. - Alles aus einer Hand!



#### Grafik- und Druckservice

Kopien • Digital- und Offsetdruck • Bindungen • Großformatdruck • Mailings



#### Versand- und Verpackungsservice

Nationaler und internationaler Versand • Mikrologistik •

Verpackung



MAIL BOXES ETC.®

Prisdorfer Str. 1 • 25421 Pinneberg • 04101 8455166 • mbe2695@mbe.de



S-Bahnhof Reeperbahn bis zum U-Bahnhof Baumwall Treffpunkt wird rechtzeitig bekannt gegeben. Anmeldung bei der Gleichstellungsbeauftragten erforderlich. Mit Annette Schlapkohl, Historikerin Tornesch. 5 € und die Fahrkarte.

**Sonnabend 05.05.2018 11:30 - 15:30 Uhr**

### VHS Halstenbek

Schulstr. 9, Halstenbek, Telefon: 04101 58770, [www.vhs-halstenbek.de](http://www.vhs-halstenbek.de)

### Entwicklungsverzögerungen bei Kindern

Manche Kinder haben es schwerer als andere  
Vortrag von Petra Schmittat, 8€  
Montag 16.04.2018 19:00 – 20:30 Uhr

## Sport & Gesundheit

### VHS Halstenbek

Schulstr. 9, Halstenbek, Telefon: 04101 58770, [www.vhs-halstenbek.de](http://www.vhs-halstenbek.de)

### Sonnenvitamin D

Vortrag von Antje Schubert, 8€  
Donnerstag 15.03.2018 19:00 – 20:30 Uhr  
Fit im Alter – Die richtige Ernährung im Rentenalter  
Gesund älter werden, aber wie?  
Vortrag von Elke Raulien, 8€

**Dienstag 17.04.2018 19:00 – 20:30 Uhr**

## Ihre Veranstaltungen sollen auch in den Pinnauboten erscheinen?

Dann schicken Sie Ihre Termine mit einer kurzen Beschreibung und gern mit einem Foto einfach an:

[termine@pinnauboten.de](mailto:termine@pinnauboten.de)

## Lebensmittelunverträglichkeiten – Intoleranzen

Vortrag von Elke Raulien, 8€

**Dienstag 15.05.2018 19:00 – 20:30 Uhr**

### Salzhuus Rellingen

[www.salzhuus.de](http://www.salzhuus.de), Telefon: 04101/8055660, [info@salzhuus.de](mailto:info@salzhuus.de)

### Aromaöl-Samstag

Lassen Sie sich überraschen wo uns ätherische Öle im täglichen Leben unterstützen können. Lassen Sie sich von den Düften verzaubern!

14:00 Uhr: Ätherische Öle für die Hausapotheke/Urlaubszeit/Aromaküche, 15:00 Uhr: ätherische Öle zur Entspannung – mit Phantasiereise und duftender Auszeit im Salzarium. 20€ incl. Sitzung im Salzarium. Anmeldung erforderlich!

**Samstag 17.03.2018 14:00 Uhr**

ANZEIGE

**DIE PINNEBERG-APP**

- wo-finde-ich-was
- veranstaltungen
- stadt-Infos · u.v.m.

**Info-Telefon: 04101-8048541**  
[www.pinnebergverlinkt.de](http://www.pinnebergverlinkt.de) | facebook: pinnebergverlinkt



**Außen ganz klein:** Das Suppenmobil ist vielleicht kein König der Landstraße, aber ganz sicher der des Parkplatzes!



**Innen ganz groß:** mehr benötigt Danja Hansen nicht, um ihre Suppenkultur an Mann und Frau zu bringen.

# Die mobile Suppenkultur

*Ist das schon ein Food-Truck oder wächst der noch?*

■ Innerhalb der Food-Karawane, die mittags durch Hamburg zieht, um an festen Standorten einen abwechslungsreichen Mittagstisch anzubieten, ist das Suppkultur-Mobil von Danja Hansen mit Abstand das kleinste Gefährt. Und das ist gut so, denn sonst könnte sie es nicht jeden Freitag beim Hagebaumarkt so dicht unters Vordach rollen, dass ihre Stammkunden auch im feuchtkalten Winter 2018 im Trockenen auf ihre Suppe warten könnten. Eine kleine Schlange bildet sich auch bei solchem Wetter, weil es hier die leckersten Suppen gibt. Von norddeutschen Klassikern bis hin zu fernöstlichen Köstlichkeiten ist für jeden was dabei. Eine Scheibe Brot dazu, eventuell noch ein Dessert und alles aus saisonalen Zutaten frisch zubereitet. Der Redakteursmagen knurrt, das Chili con Carne ist vorzüglich und mehr als reichlich! Davon gibt es übrigens auch die vegane Variante „Chili sin Carne“ im umfangreichen Suppkultur-Programm.

Abends und an den Wochenenden findet man Frau Hansen auf Veranstaltungen wie den Festen des Treffpunkts Rellingen, aber auch bei Firmenevents oder privaten Feiern. „Polterabende und Richtfeste

sind die Klassiker unter den privaten Feiern, zu denen wir kommen dürfen“, freut sich die Suppenfee über die Beliebtheit ihres Angebotes. „Ab ca. 60 Portionen kommen wir mit dem Suppenmobil. Das kann überall stehen, auch auf der Auffahrt vorm Carport oder direkt am Vereinshaus. Für kleinere Anlässe liefern wir in großen Warmhaltetöpfen mit ca. 20 Portionen an.“

Um diese immer zahlreicher werdenden Events neben den festen Mittagsterminen bedienen zu können, steht inzwischen schon ein zweites Suppenmobil vor der Tür. Und das ist noch kleiner, weil weniger einfach mehr ist.

Wer Freitagmittag im Raum Pinneberg/Rellingen eine gesunde und leckere Alternative zu Bratwurst, Döner oder Burger sucht, weiß jetzt, wo er diese findet. Auf <http://www.suppkultur.de> und [www.lunch-karawane.de](http://www.lunch-karawane.de) finden Hungrige alle Termine und die aktuelle Wochenkarte.

**Suppkultur, Danja Hansen, 0171/2008559,  
[info@suppkultur.de](mailto:info@suppkultur.de)**

# Natural Fitting

*Natürlicher testen – besser hören*

■ Natural Fitting ist ein neuartiges Anpassverfahren, das dafür sorgt, Hörsysteme in Klang und Lautstärke möglichst realitätsgetreu auf jeden Menschen und sein individuelles Hörvermögen abzustimmen. Das Ziel von Natural-Fitting besteht darin, eine Anpassung der Hörsysteme auf Grundlage direkter Rückmeldungen durchzuführen.

Bisher übliche Methoden basieren auf sehr leise wahrgenommenen Reintönen, die so in der Natur nicht vorkommen, aus dem eine graphische Darstellung abgeleitet wird. Diese interpretiert der anpassende Akustiker nach schematischen Formeln. Die Folge sind zwar objektiv korrekt arbeitende Hörsysteme, die dennoch in der Praxis nicht immer eine subjektiv angenehme Anpassung gewährleisten.

Beim Natural Fitting hingegen wird ein spezielles, aus vielen Tönen zusammengesetztes Rauschen in gut wahrnehmbarer Lautstärke als Referenzgeräusch eingesetzt. Das Lautstärkeempfinden weiterer unterschiedlicher Geräusche wird im Dialog zwischen Akustiker und Kunde überprüft und mit dem Referenzgeräusch abgeglichen. So wird das tatsächliche, individuelle Hörempfinden besser berücksichtigt.

Das Resultat mit dem zum Patent angemeldeten Natural Fitting ist beeindruckend:

- Sehr hohe Spontanakzeptanz
- Ausbleiben des Empfindens, dass das Hörgerät „zu laut eingestellt“ sei
- Sehr gutes Sprachverständnis, auch in Situationen mit lauten Umgebungsgeräuschen
- Unempfindlichkeit gegenüber starkem Störschall
- Berichtete „Natürlichkeit“ des Hörgerät-Klanges
- Sehr gutes Verstehen in halligen Räumen (Kirche, etc.)
- Sehr gutes Verstehen des TV-Klanges





**NATURAL FITTING**

Einfach wieder natürlich hören.

**DEN KLANG IHRER HÖRGERÄTE SPÜRBAR VERBESSERN.**

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

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

**Jetzt bei uns erleben!**



**LINDEMANN**  
HÖRAKUSTIK

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

# Dusche statt Wanne in einem Tag

*Badumbauten müssen weder langwierig noch teurer sein.*

*Insbesondere dann nicht, wenn sie aus gesundheitlichen Gründen erfolgen.*

■ Die meisten Sanitär- Heizungs- und Klempnerbetriebe schmücken sich dieser Tage mit edlen Wellnessoasen, die sie denen, die sich das leisten können, natürlich gerne anstelle des alten Badezimmers einbauen.

Mit dieser Erwartung kommt der Redakteur auch bei Rybin auf den Hof gerollt. Ein junger Familienvater (die Tochter ist 9 Monate alt) empfängt den Schreiberling. Und der steht nicht in moderner Funktions-Arbeitskleidung im Firmendesign vor ihm, sondern in traditioneller Klempnerkluft.

Traditionelle Werte werden hier auch tatsächlich hochgehalten. Es geht Alexander Jaeger, der den Betrieb 2015 von Herrn Rybin übernommen hat, um die ganze Bandbreite seines Berufes. Und „Klempnern“ kommt nun einmal von den Arbeiten an Blei, Zink und Kupfer im Hausbau, an Dach und Wasserableitung. „Wir kommen aber auch gerne für einen tropfenden Wasserhahn.“ Wo hört man das heute noch?

Hinter dieser sehr kundenfreundlichen Grundeinstellung verbirgt sich ein junges, modernes Unternehmen, das sich neben undichten Schornsteineinfassungen um die Wartung von Heizungsanlagen (Junkers, Brötje, Solvis, Viessmann) ebenso kümmert, wie um deren Instandsetzung oder Ersatz nach den neuesten ökologischen Gesichtspunkten.

Auch im Sanitärbereich werden vom Notfall über Reparaturen bis hin zur Badvollsanierung alle in der Zunft üblichen Leistungen angeboten. Hier gibt es dann die Spezialität des Hauses, um die es heute gehen soll.

Bei der seniorengerechten, barrierefreien Sanierung von Bädern geht Jaeger einen besonderen Weg. „Senioren wollen meist nicht mehr mit einem neuen Bad eine neue Wellnessoase schaffen oder sich etwas gönnen wie die Kunden, bei denen wir komplette Bäder sanieren. Sie wollen einfach in ihrer vertrauten Umgebung wohnen bleiben können, auch wenn die Beweglichkeit eingeschränkt ist.“

Dem steht oft die Badewanne im Weg, deren Benutzung zunehmend schwerfällt. „Eine Dusche muss her. Und der einzige Platz, der dafür zur Verfügung steht, ist der, auf dem noch die Wanne steht“, weiß der Profi aus Erfahrung.

Und deswegen wird die Wanne gegen eine genau in die Lücke passende Dusche ausgetauscht. An einem Tag! „Das geht nur, weil wir Bauteile einsetzen, die leicht anzupassen sind, exakt an den Platz der ausgebauten Wanne passen, die vorhandenen Anschlüsse für Warm-, Kalt-, und Abwasser weiterhin benutzen und ohne Fliesenarbeiten auskommen“, schwärmt der Jungunternehmer aus Rellingen.

**BARRIEREARME BADTEILSANIERUNG - PFLEGEKASSENZUSCHUSS 4000€**

NACHHER



VORHER

WWW.KLEMPNER-PINNEBERG.DE  
KONTAKT@RYBIN-SANITAERTECHNIK.DE

04101-67207

RYBIN SAN.-HEIZ.-KLEMP. GMBH  
EHMSCHEN 33 IN 25462 RELLINGEN



**Aus alt mach neu: In nur einem Tag wird das Bad nicht nur komfortabler, es erstrahlt auch wieder in modernem Glanz.**

### Das funktioniert in fünf Schritten:

**1** Heraustrennen der alten Wanne, die meist nur mit Silikon eingeklebt ist und einen leicht entfernbaren Unterbau hat. Das geht in 30 Minuten. Wo es mal komplizierter wird, hat der Fachmann das vorher erkannt und kommt entsprechend vorbereitet zur Baustelle.

**2** Montage der ebenerdigen oder bodennahen Duschwanne. Diese wird so tief verbaut, wie es die Abwasserführung erlaubt. Die Dusche ist nach Wunsch so groß wie die frühere Badewanne, bietet so im Pflegefall genug Platz für eine zweite Person und einen Hocker. Die 25 mm dicke, holzverstärkte Acrylwanne ist für diese Belastung ausgelegt.

**3** Verkleiden der freigelegten Wandflächen mit passgenauen Acrylplatten, nachdem die Flächen, die meist im Rohbauzustand hinter der Wanne zum Vorschein kommen, fachmännisch aufgebaut und mit einer speziellen Dichtmasse wasserdicht versiegelt wurden.

**4** Montage der Duschkabine mit extragroßer Tür und der Duscharmatur.

**5** Verfugen der neuen Dusche, die am nächsten Morgen einsatzbereit ist.



„Weil keine Fliesenarbeiten anfallen und höchstens minimale Anpassungen an wasserführenden Leitungen notwendig sind, ist das die kostengünstigste, schnellste und sauberste Lösung, um ein seniorenrechtliches Bad zu erhalten, das selbst im Pflegefall sehr oft den Umzug in ein Heim zu vermeiden hilft“, führt Alexander Jaeger aus, der genau weiß, was seine Kunden interessiert.

„Bei den Kosten leistet oftmals auch die Pflegekasse einen unterstützenden Zuschuss von 4000€, so dass am Ende nur eine geringe oder gar keine finanzielle Belastung auf den Kunden zukommt“, spricht er noch den alles entscheidenden Punkt offen an. „Natürlich hilft man den Kunden bei der Beantragung - das wird alles im Vorfeld geklärt.“ Da kann nichts mehr schiefgehen, nicht einmal die Farbe der neuen Sanitärobjekte. Denn die sind in allen Sanitärfarben lieferbar, die in den letzten Jahrzehnten verbaut wurden. Damit das neue Bad nicht nur zum Leben, sondern auch ins vertraute Heim passt.

Das klingt ziemlich verlockend, allerdings hofft der Redakteur noch lange Jahre nicht darauf angewiesen zu sein. Aber irgendwer müsste sich mal um die Dachrinne und die lange überfällige Heizungswartung kümmern ... Bilder: Fa. Rybin

#### Rybin Sanitär-Heizung-Klempner GmbH

Ehmschen 33, 25462 Rellingen,

Telefon: [+49] 4101 67207,

eMail: kontakt@rybin-sanitaertechnik.de,

[www.rybin-sanitaertechnik.de](http://www.rybin-sanitaertechnik.de)

# Noch scheint der Garten zu schlafen

*Doch der aufmerksamen Beobachtung entgehen nicht die ersten Lebenszeichen. Erste silbrig-grüne Blatttürme der Schneeglöckchen schieben sich aus dem Boden. Die Christrosen leuchten weiß am Fuß eines Baumes. Pelzige Magnolienknospen fangen an, mollig und rund zu werden. Die gelben, orange oder roten Blüten der Zauber- nuss kündigen den neuen Lebenskreislauf an.*

ANZEIGE



Privatverkauf – samstags 10–16 Uhr  
(April bis Oktober)

**Min lütt Boomschool**

Helmut Fischer-Faber, Silke Faber  
25499 Tangstedt/Pinneberg  
(ca. 400 m nach Ortsausgang  
Tangstedt Richtung Hasloh)  
E-Mail: info@staudenvielfalt.de  
Tel. 04101-2 92 66 - Fax 04101-59 96 56

**STAUDEN – GEHÖLZE – RARITÄTEN**

■ Schauen Sie sich auf den Boden, fällt mir auf, dass Regenwürmer und andere Bodenheinzelmännchen schon eifrig kompostiert haben. Viele Blätter sehen nämlich wie feine Spitzenarbeit aus. Die Tage werden länger, die Kraft der Sonne nimmt zu und wärmt die Rinde der Sträucher und Bäume. Der Nahrungssaft kann aufsteigen, die Knospen schwellen und auf einmal fangen die Weidenzweige an, gelb zu leuchten. Ab März darf ich mit der Schere ausrücken und Staudenreste und Gräser zurückschneiden. Über eine Düngermahlzeit in Form von Hornspänen und anderen organischen Nahrungsmitteln (auch Kompost) und eine Gabe eines guten Volldüngers freuen sich die Gartenbewohner und danken es mit Gesundheit, Wachstum, Blüten und Fruchtausatz, d.h. sie brauchen eine ausgewogene Versorgung mit Stickstoff (= N) für Wachstum, Phosphor und Kali (= P + K) für Blüten und Fruchtbildung und alle zwei Jahre eine leichte Kalkgabe für die kalkliebenden Pflanzen. Das verbessert zudem die Aufnahme der anderen Nährstoffe.

Aber alles mit Maßen! Kontinuität, nicht Menge macht den Erfolg aus. Februar und März sind noch Wintermonate, Zeit für Muße, sich in Gartenbücher zu versenken, neue Pflanzen kennen zu lernen, die den eigenen Garten bereichern könnten, zu planen, zu schmunzeln über die Gedanken von Karel Capek in seinem Büchlein „Das Jahr des Gärtners“ oder sich mit „Pflanzenjäger“ von Key Hielscher und Renate Hücking eine spannende Lektüre zu gönnen über die Menschen, die fremde Pflanzen nach Europa gebracht haben, die heute so selbstverständlich unsere Gärten bevölkern.

Und vergessen Sie nicht, den ein oder anderen interessanten Pflanzenmarkt in unserer Region in Ihrem Terminkalender vorzumerken, denn dort erwarten Sie viele ausgesuchte Gartenbetriebe mit vielfältigen Stauden- und Gehölzen-Angeboten.

*Text: Silke Faber*

**Und glaube ja nicht,  
dass der Garten im Winter  
seine Ekstase verliert.**

**Er ist still.**

**Aber die Wurzeln sind aufrührerisch.**

**Ganz tief da unten.**

Rumi, Persischer Dichter [1207 – 1273]

# Klassische Homöopathie für Menschen mit Demenz

■ Für die Behandlung von Menschen mit Demenz stehen derzeit nur wenige Therapiemöglichkeiten zur Verfügung. Medikamente, die bei dieser Erkrankung gegeben werden können sind nicht ohne Nebenwirkungen, die den Patienten zusätzlich belasten. Möchte man den Erkrankten sanft und auf natürliche Art und Weise unterstützen, kann man eine begleitende Behandlung mit klassischer Homöopathie in Betracht ziehen. Diese ganzheitliche Behandlungsmethode wird seit einigen Jahren zur Unterstützung bei Demenz eingesetzt. Ziel der Behandlung ist dabei, den Einsatz von Beruhigungs- und Schlafmitteln, Antidepressiva, Stimmungsaufhellern u.ä. zu minimieren – so wenig wie möglich und nur so viel wie unbedingt nötig. Der Patient wird so nicht unnötig mit Nebenwirkungen belastet und hat somit mehr Lebensqualität. Dabei bekommen die Angehörigen eine qualifizierte Beratung, was die Optimierung des Lebensumfelds des Erkrankten betrifft oder auch wie man als betreuende Person sein Verhalten bestmöglich den Anforderungen des Erkrankten anpassen kann. Die Behandlung

mit klassischer Homöopathie bieten qualifizierte Heilpraktikerinnen an – sie sollten über hinreichende Erfahrung mit der Behandlung demenziell erkrankter Patienten verfügen und ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen besitzen. Menschen mit Demenz können nur eingeschränkt auf Fragen zu ihrer Erkrankung antworten, so dass hier eine spezielle Anamnesetechnik erforderlich ist.

*Text: Heilpraktikerin Elke Kremper;  
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. Kremper 04101 371841

ANZEIGE

## Jürgen Dobat

Vereidigter Buchprüfer • Steuerberater

### Diplom-Kaufmann Jürgen Dobat

Fahltskamp 35  
25421 PinnebergPostfach 1321  
25403 PinnebergTelefon: 04101-793060  
04101-209300Fax: 04101-793062  
Email: [stbjdobat@web.de](mailto:stbjdobat@web.de)[www.juergendobats.de](http://www.juergendobats.de)


**salzhaus**  
Saizräume und Natursalze

Eichenstraße 28  
25462 Rellingen

Telefon  
04101/80 55 660

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

# Der Fleck muss weg ...

*Textilpflege Julia Zwetkow: Qualität an erster Stelle, zuerst in Schenefeld und seit einem Jahr auch in Halstenbek.*

■ 2015 hat Julia Zwetkow ihre erste Textilreinigung im Schenefelder Stadtzentrum übernommen. Mit fairen Preisen und professioneller Arbeit konnte sie nicht nur dort die Stammkundschaft weiterhin überzeugen, sondern Ihr Geschäft auf Standorte in Uetersen und Glückstadt erfolgreich ausdehnen.

Im März 2017 übernimmt die junge Geschäftsfrau dann auch die „Star Sanftreinigung“ in Halstenbek. „Das war vor fünf, sechs Jahren eine angesehene Reinigung, wurde aber in den letzten Jahren heruntergewirtschaftet“, erinnert sich Frau Zwetkow an das, was sie vorgefunden hat. Im neuen Look der „Textilpflege Julia Zwetkow“ und mit deren bewährten Schwerpunkt auf die Zufriedenheit der Kunden mit dem Reinigungsergebnis, dem pfleglichen Umgang mit den ihr anvertrauten Stücken und den Preisen ging es auch hier am vierten Standort frisch ans Werk.



Schnell konnte sie das Vertrauen der Halstenbeker zurückgewinnen, die heute wieder gerne zu ihrer Reinigung im Ortskern gehen.

## Rundum-sorglos-Paket für Ihre Wäsche

Neben chemischer Reinigung werden Nasswäsche, Heißmangel und Hemdenservice geboten. Ob Hemden, normale Kleidung, imprägnierte Kleidung, Leder, Seide, Pelz, Fell, alles wird professionell und schnell gereinigt. Aber auch Dau-

nendecken, Schlafsäcke und Gardinenstores zählen zum breiten Leistungsspektrum. Ebenso Braut- und Festkleidung, Smokings und Anzüge, Uniformen und Arbeitskleidung.

Geht nicht, gibt's nicht! Für Fragen steht Ihnen das freundliche Team von Textilpflege Julia Zwetkow gerne zur Verfügung.

### Textilpflege Julia Zwetkow

kontakt@textilpflege-zwetkow.de

[www.textilpflege-zwetkow.de](http://www.textilpflege-zwetkow.de)

Schenefeld, im Stadtzentrum:

040 / 839 190 0

Halstenbek, Hauptstraße

32: 04101/439 10

  
~ Julia Zwetkow ~

Reinigung • Wäscherei • Heißmangel

#### Schenefeld

Kiebitzweg 2

22869 Schenefeld

Tel.: 040 / 839 1900

#### Halstenbek

Hauptstraße 32

25469 Halstenbek

Tel.: 04101 / 439 10

#### Uetersen

Gerberstr. 6 – 8

25436 Uetersen

Tel.: 04122 / 966 934 8

# Reisebüro Am Rathaus

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

## Ohne Experimente individuell reisen

■ Nach Südafrika soll es gehen. Aber die Familie findet für das Großwild im engen Zeitrahmen keinen Platz. Eine halbe Stunde später sind ein Inlandsflug, der zweite Mietwagen und die Unterkunft mit Safari im Krüger Nationalpark eingeplant. Die Kinder freuen sich auf die Elefanten und die Eltern staunen, was möglich ist, wenn Profis organisieren. Britta Wulff-Haering kann zahllose solcher Anekdoten erzählen. Mit Ihrer Schwester und einer guten Freundin hat sie 1990 das „Reisebüro Am Rathaus“ in Rellingen eröffnet. Ein eigenständiges Reisebüro, welches aus allen namhaften Anbietern die perfekte Reise zusammenstellen kann, weil man dort weiß, was man verkauft.

Dafür geht jede Mitarbeiterin einmal im Jahr auf eine Informationsreise der großen Anbieter. „So kennen wir alle Top-Destinationen aus persönlicher Erfahrung“, ist die Chefin von diesem Aufwand überzeugt. „Wir achten außerdem darauf, dass deutsche Vertragspartner hinter den Leistungen stehen und bieten dem Kunden die Sicherheit, alles bei uns aus einer Hand gebucht zu haben.“

Das Reisebüro Am Rathaus ist mit dieser Philosophie seit drei Jahren in Folge unter den Top-50 aus 5.000 freien Reisebüros.

Frau Wulff-Haering weiß genau, wem das zu verdanken ist: „Für diese Auszeichnung bedankt sich das ganze Team bei



Im Rellinger Reisebüro Am Rathaus planen Ihre Reise: Jessica Moldt-Lennicke, Birgit Peters, Britta Wulff-Haering, Sabrina Riga und Kristina Kehlen (von links nach rechts)

unseren treuen Kunden sehr herzlich und ich mich bei meinen tollen Mitarbeiterinnen, die so engagiert die Reisen für unsere Kunden planen.“

Es läuft. Im Juli wird die Auszubildende Kristina Kehlen übernommen und mit Swantje Neumann kommt schon zum April erfahrene Verstärkung ins das dann sechsköpfige Team, erläutert die Chefin. „Wir freuen uns schon, Frau Neumann willkommen zu heißen und wünschen Frau Kehlen viel Erfolg auf den letzten Schritten zur Reisebürokauffrau.“

Jedes Jahr organisiert Frau Riga eine hauseigene Gruppenreise, die sie persönlich leitet. Nicht weil die Chefin es ihr aufträgt, sondern weil das Reisen und der Umgang mit den Kunden ihr so viel Spaß machen. Diese Reisen sind schnell ausgebucht. Die Stammkunden werden wissen warum ...



**Wird schon erwartet:  
Ab April verstärkt Swantje  
Neumann das Team**

**Reisebüro Am Rathaus GmbH**

Hauptstraße 64, 25462 Rellingen, 04101/22056,

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



Unser Zusammenleben

mit den Insekten

# Folgen des Pflanzenschutzes

## Nachkriegszeit mit Hungersnot!

■ In Wald und Feld boten Massen von Insekten ein Schlaraffenland für die damalige, heute unvorstellbar große Welt der Singvögel! - In vielen Jahren wurde das erste Blattgrün bei Frühlingserwachen unter entsprechenden Witterungsbedingungen total zerfressen, Kot rieselte vonimmer kahler werdenden fruchtlosen Bäumen; diese konnten nur mit einem neuen Sommertriebüberleben. Und endlich schien Erlösung in Sicht!

Mit wieder erstarkender Wirtschaft gab es „die gezielt wirkenden, sonst angeblich völlig unbedenklichen“ Wirkstoffe: Die hochwirksamen Giftklassiker E 605 und Metasystox trafen die stechenden, fressenden und saugenden Plagegeister bis tief ins Mark. Endlich versprach der Einsatz von DDT eine ersehnte Langzeitwirkung. Es gehört zu einer Stoffklasse mit vielseitig aufsehenerregenden Begleiterscheinungen, zu denen auch

jene Kühlmittel gehören, die katalytisch die lebenswichtige Ozonschicht schwächen!

Es dauerte viel zu lange, ehe man die schleichend flächendeckende, letztlich globale Wirkung des DDT klar erkannt hatte. Richtig dosiert führte es im Einsatzbereich zur erwarteten Befreiung der Parasiten, wird sogar heute noch teilweise in den tropischen Fiebersümpfen gegen die Malaria mücke eingesetzt. Menschen können dort fieberfrei existieren, die Lebensbasis in den Ökosystemen aber wird großräumig vernichtet.

Vielerlei Aasfresser vertilgen die mit Gift geschwängerten Kadaver, geben sich später selbst der weit wirkenden Nahrungskette hin. Als Resultat ließ sich zeitversetzt voller Entsetzen feststellen, dass die großen (See-) Adler in ganz Europa Nachwuchsprobleme hatten. Im Nest



Pfaffenhütchen mit Raupen





Apfelblüte



Sumpfdotterblume



Wespe sucht Insekten

zertraten sie zumeist ihre nur brüchig entwickelten Eier. Schließlich ließ sich nach Autopsie feststellen, dass höheres DDT-Konzentrat in den Schalendrüsen der Weibchen zu einer erheblich dünneren Struktur der Eischale geführt hatte! Dieser Vorgang weist allgemein auf viele anfänglich übersehene gravierende Folgeerscheinungen wohl fast eines jeden „erprobten“ Giftes hin. Sie alle greifen letztlich in ein global verzahntes Netz voneinander abhängigen Ökosystemen ein.

Leben bedeutet Korrespondenz, Austausch mit der Umwelt, Weitergabe vieler Informationen an die Umgebung. Gift als stiller, unsichtbarer Begleiter lässt immer in irgendeiner Form ein schleichendes Desaster spürbar werden, das direkt oder indirekt in vielen ökologischen Bereichen plötzlich die natürlichen Sterblichkeitsprozesse bis hin zum Artensterben bedenklich erhöhen kann! So dient zwar der Pflanzenschutz mit Giften letztlich einer gesicherten Weltenernährung, alle Erdenbürger aber zahlen dafür einen viel zu hohen Preis:

### Damals wie heute!

So gibt es seit einiger Zeit eine neue Generation von fatalen Wirkstoffen: Die Neonikotinoide! Diese Nervengifte lassen sich von der Grundstruktur des Nikotins ableiten. Auch sie greifen als jahrelang erforschte „besonders zuverlässige Schädlingsgifte“ zunächst selektiv erfolgreich ein, letztlich aber unbeabsichtigt in viele Nahrungsketten folgeschwer! Ihre Auswirkungen sind noch unübersichtlich. Die Forschung muss sich an dieser Stelle viel intensiver aufstellen!

Verbotsmaßnahmen erstrecken sich inzwischen auf Beizen von Saatgut wie Raps. Das gezielte Behandeln vieler Anbauflächen, wie etwa mit Weinreben, bleibt teilweise umstritten bestehen. Zum vielseitigen Einsatz gehört auch das verstaubende Einreiben von Kuschel-Haustieren gegen den äußeren

Parasitenbefall. Die sehr ausgedünnte Giftkonzentration erinnert in seinem Wirkungsspektrum an homöopathische Konzentrationen mit Negativ-Effekt!

Was aber bedeutet es für das gesamte Leben schlechthin, wenn über viele Generationen hinweg jeder Organismus mit synthetischen Giftstoffen dauerhaft leben muss? Sie gehören im Gesamthaushalt der Natur nicht zum natürlichen Stoffwechsel! Beim Menschen gehören in der jetzigen Generation Allergien sehr wahrscheinlich dazu: Was alles dürfte folgen? Erst jetzt nach vielen Jahren kann man den Rückgang gewisser Schmetterlingsarten erklären. In extremer Verdünnung treten die Neonikotinoide in den Schaltzentren des Nervensystems auf. Die Individuen bleiben lebensfähig, die Konzentration aber reicht aus für das Blockieren bestimmter abrufbarer Programme. Fatal wird es, wenn unter dem Duftflüster der Arten die Männchen beim Fortpflanzungstrieb die viele Kilometer weit entfernten Sexuallockstoffe der weiblichen Partner nicht mehr wahrnehmen können.

Ohne diesen verführerischen Cocktail bleibt die Paarung als Bestand erhaltendes Lebensziel aus! Generell führt eine spezifische Orientierungslosigkeit zu geändertem Flugverhalten, es mindert den Selbstschutz, ihre Beutegreifer haben ein wesentlich leichteres Spiel. So leitet der Schwund arttypischen Verhaltens den relativ raschen Untergang bestimmter Arten ein!

So sterben die Insekten dahin, zwangsläufig folgen viele, die sich von ihnen ernähren müssen! Dabei sind teilweise wesentlich bekanntere Umweltgifte unbeachtet geblieben. Denken wir doch nur allein an das zurzeit heiß diskutierte Glyphosat!

*Text: Uwe Langrock, Bilder: NABU*

Viele Informationen finden Sie unter  
[www.nabu-pinneberg.de](http://www.nabu-pinneberg.de)



Das Team der Wohlfühlzeitmesse  
heißt seine Besucher willkommen.

# Wohlfühlen

*Wie viele Facetten hat Wohlfühlen? Sicher hat jeder ein paar eigene Wohlfühlrituale, aber ein Blick darüber hinaus lohnt sich in jedem Fall.*

■ Denn wer sich wohl fühlt, strahlt. Und es gibt viel zu entdecken zu diesem Thema. Vielleicht suchen Sie schon lange eine Möglichkeit sich dem Meditieren zu nähern oder einfach die richtige Musik dazu? Eine Warze ärgert Sie schon länger, aber eine chemische Behandlung soll es nicht sein? Ein Freund hat Ihnen Hypnose empfohlen, aber sie wollen erst ein zwangloses Gespräch mit der Fachfrau führen? All das und so viel mehr finden Sie bei der Wohlfühlzeitmesse in Pinneberg, die nun schon ins achte Jahr geht. Mit einem breit gefächerten Angebot rund um das Thema Wohlergehen von Körper, Geist und

Seele erwarten Sie unterschiedlichste Anbieter. Heilpraktiker/innen stellen ihre unterschiedlichen Behandlungsmethoden vor. Sie können sich zu Ernährung und Trinkwasser beraten lassen. Und natürlich hat Schönheit ihren Platz, seien es nun Haare, Haut, Schmuck oder innere Ausgeglichenheit. Zum vielfältigen Angebot an Seminaren und Workshops, die von Basenfasten bis Yoga reichen, können Sie hier gleich mit den Anbietern ins Gespräch kommen und Ihre Fragen klären. Dazu gibt es ein umfangreiches Angebot an Vorträgen und Workshops. Ganz neu wird in diesem Jahr der Bücherflohmarkt sein. Gebrauchte Bücher zu den Themen der Messe zum günstigen Preis. In der gemütlichen Café-Ecke gibt es wieder die Möglichkeit, sich bei selbstgebackenem Kuchen und einem passenden Getränk niederzulassen. Mittendrin eine schöpferische Pause genießen, um dann wieder auf Entdeckungsreise zu gehen.

*Text: Esther Schulz, Bild: Wohlfühlzeitmesse*

**Messe**  
für Körper, Geist und Seele

**Wohlfühlzeit**

**Samstag 10.03.2018**  
**11 bis 17 Uhr**  
**Pinneberg**  
**Reichenberger Str. 19**

**Neues und Bewährtes zum Thema**  
**Gesundsein und Wohlfühlen**  
**Aussteller und Vorträge**  
zu alternativen Behandlungsmethoden,  
Ernährung, Entspannung, Coaching, Meditation,  
ein Bücherflohmarkt und vieles mehr erwarten sie.  
Außerdem Schönes und Gesundes, sowie eine Cafeteria  
Info unter [www.wohlfuehlzeit-pinneberg.de](http://www.wohlfuehlzeit-pinneberg.de)



Zwei gute Adressen



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

- Beide Einrichtungen bieten alten und pflegebedürftigen Menschen ein Zuhause in familiärer Atmosphäre.
- Die 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 Rehagen 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

## 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)



# TRITSCHOKS

Orthopädie-Schuhtechnik & Schuhhaus



modisch + bequem



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

und wir belohnen Ihre Treue!

LEGERO®  
Der Leichtschuh



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



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)