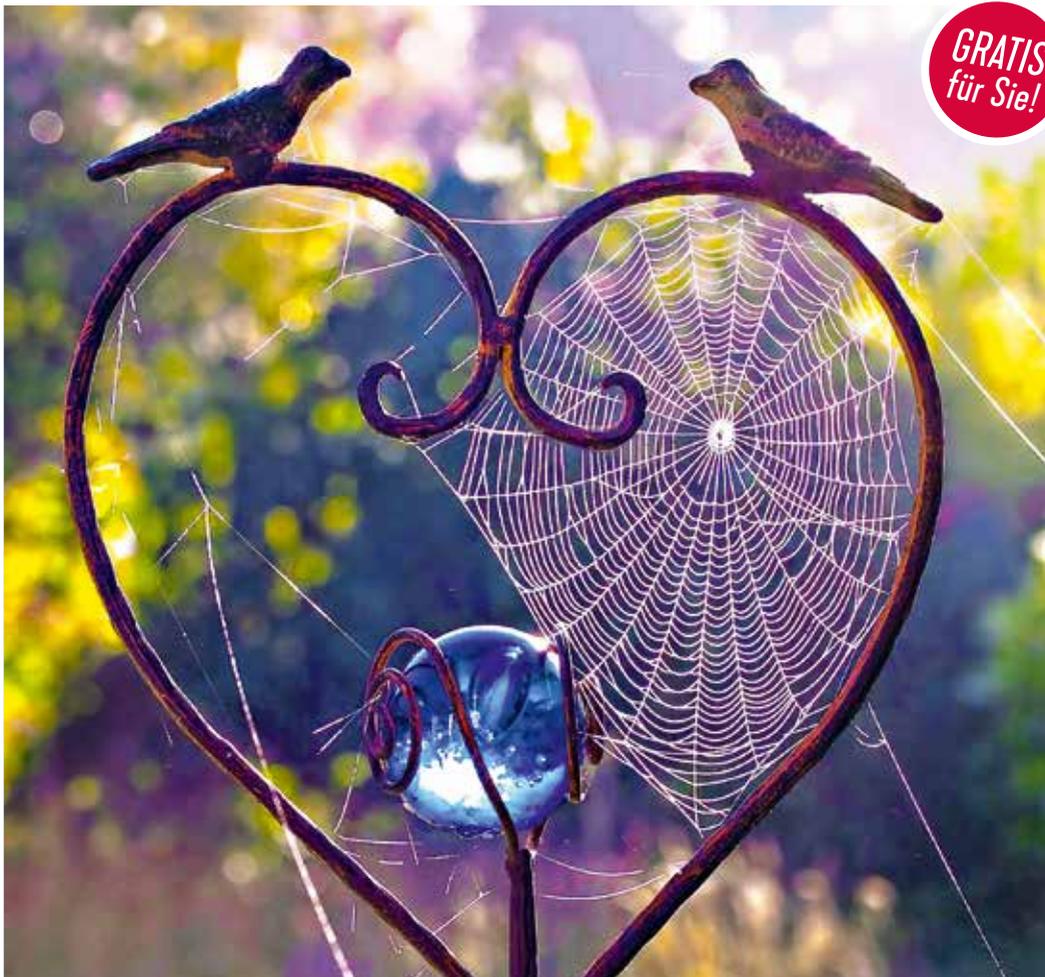


# Halstenbeker Bote

Meldungen, Tipps & Termine

Ausgabe 5 · Herbst 2018

GRATIS  
für Sie!



Für die Kultur  
**Kreiskultur-  
wochenende**

Für Leseratten  
**Zwei Jahre  
Lesestoff**

(Nicht nur) für Halloween  
**Vegane  
Kürbiswaffeln**

Foto: Fotoagentur HERZBERG

**TERMINE: September – Oktober – November**

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



# LIEBER BUNT LAGERVERKAUF

**ALLES 50% BIS 70% REDUZIERT**

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

**BRAMFELD PINNEBERG**

Bramfelder Chaussee 253 Flensburger Straße 5  
22177 Hamburg 25421 Pinneberg

[WWW.LIEBERBUNT.DE](http://WWW.LIEBERBUNT.DE)

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

## Sommermärchen 2018

*27. Juni. Nie wieder südkoreanische Produkte kaufen. Vorbei mit Einladungen zu schwarz-rot-gelben Faschingspartys vor dem HD-Beamer, Marathon-Grillerei im 3-Tages-Rhythmus und Standleitung im Frühstücksradio nach Watudingenskirchen. Nationale Katastrophe.*

*Einfach nur Fußball gucken. Ganz gemütlich auf dem Sofa an der offenen Terrassentür. Mit den ehemaligen Fanartikeln der Süßwaren- und Getränkeindustrie zum Schleuderpreis. Ohne germanisches Gegröle drum herum fing sogar Frau an, sich dafür zu interessieren. Mann musste sogar im Internet Statistiken herausuchen wer bisher wann und wie oft Weltmeister war. TV-Sport mit Familienanschluss, ein ganz neues Gefühl. Sehr spannend.*

*Unsere Urlaubsländer werden die neuen Sympathieträger, schöne Erinnerungen werden wach. Und wenn das keinen Spaß mehr gemacht hat, wurde das sommerliche Wetter genossen. Sogar der Start in den Urlaub kann ohne Angst um das abendliche Live-Event im Mega-Stau zelebriert werden. WM im Ferienmodus. Herrlich!*

*Und am ersten Spieltag in der neuen Liga trifft der HSV gleich auf Holstein Kiel. Denken Sie dran, wenn Sie Ihre Sympathien für die neue Saison verteilen: Wir leben in Schleswig-Holstein und spielen jetzt endlich mit den benachbarten Millionären in einer Liga. Hurra !!*

*Die Redaktion wünscht allen Lesern, auch den sportbegeisterten, einen erstklassigen Herbst.*

Volker Meliß

## Inhalt dieser Ausgabe

- 4 Kein Nachwuchs mehr**  
Was kommt nach der DaZ-Klasse am WoBo?
- 6 Demenz und Akustik**  
Wie Technik den Patienten helfen kann
- 8 Der Kümmerer**  
10 Jahre „Lornez-hilft“
- 9 Totale Verunsicherung**  
Datenschutz im Praxistest
- 10 Wandern auf dem Drahtesel**  
Geführte Tagestouren ab Krupunder
- 12 Tage des offenen Ateliers**  
Das Kulturevent im ganzen Landkreis
- 14 Herbstaktivitäten**  
Die Termine in der Region
- 22 Gegen das Pfeifen im Ohr**  
Das Tinnitus-Netzwerk geht an den Start
- 24 Begleiten statt Belehren**  
Psychologische Betreuung neu gedacht
- 25 Lernen, Dementen zu helfen**  
Der Kurs um Demenzpartner zu werden
- 26 Zwei Jahre Lesestoff**  
Der Rellinger Buchhandel expandiert
- 27 Vererbte Narben**  
Die Psyche der Kriegsenkel
- 28 Insektenrestaurant 2019**  
Schon im Herbst insektenfreundlich pflanzen
- 30 Nicht nur an Halloween ...**  
Rezept für vegane Kürbiswaffeln

### Impressum

**Verlag:**  
VM-Media Volker Meliß

An der Eiche 51,  
25421 Pinneberg

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

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

**Chefredakteur:**  
Volker Meliß

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

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

**Fotoredaktion:**  
Fotoagentur HERZBERG

**Gestaltung:**  
Manuela Heins  
mh@pinnauboten.de

**Druck:**  
WIRmachenDRUCK  
GmbH,  
71522 Backnang

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



Frau Stehn und Frau Czorniuk präsentieren die beiden Seiten des DAZ-Denkmal im Innenhof



## DaZ war's?

*Nach 2 Jahren ist die Deutsch-als-Zweitsprache-Klasse am WoBo aufgelöst worden. Das Thema Integration hat sich damit natürlich nicht aufgelöst.*

■ Wie geht es mit diesem Thema weiter? Wir sitzen einen Tag vor den Sommerferien im Innenhof des Wolfgang-Borchert-Gymnasiums unter dem gestern eingeweihten Denkmal für die DaZ-Klasse, die in zwei Jahren für Ihre 13 bis 18 Schüler zu einem Stück Heimat im fremden Deutschland wurde. Frau Stehn, die DaZ-Koordinatorin am Wolfgang-Borchert-Gymnasium, und Frau Czorniuk, die extra für die DaZ-Klasse ans WoBo kam, erzählen voller Enthusiasmus, von ihrer Klasse, ihren „Daz-ies“ und der ehrenamtlichen Unterstützung, die sie erfahren haben, als wenn es nach den Ferien

weitergeht. Aber auch voller Wehmut, weil es eben nicht so sein wird.

Die Schüler am WoBo stammten schon vor der Flüchtlingswelle aus ca. 100 Ländern, wie eine eindrucksvolle Weltkarte im Treppenhaus belegt. Deren Familien sind schon lange in Deutschland ansässig und die Kids sprachlich bereits gut integriert gewesen, als sie an die Schule in Halstenbek kamen. Aber 2016 stand auch das Wolfgang-Borchert-Gymnasium vor dem Problem, Kinder jeden Alters und verschiedener Herkunft zu unterrichten, die erst seit einigen Tagen oder Wochen in Deutschland sind und sich darauf auch nie vorbereiten konnten. Und zwar in einer einzigen Klasse, weil mehr gibt die Zahl von internationalen Kindern hier nicht her. Da ist selbst das gemeinsame Ziel Deutsch zu lernen kein Selbstgänger. Altersgerechte Lerninhalte darüber hinaus sind eine ernsthafte Herausforderung.

Das ist von einer Lehrkraft allein nicht zu schaffen. Einmal mehr bewährt sich die hohe Bereitschaft der Halstenbeker Bürger zu helfen, wenn

es nottut. So halfen bald viele Ehrenamtliche Frau Stehn für jeweils zwei Stunden in der Woche, um in der großen Klasse wenigstens ein wenig auf die individuellen Bedürfnisse der so unterschiedlichen Kinder einzugehen. Darunter auch fünf Oberstufenschüler und Frau Czorniuk, bevor sie als zweite hauptamtliche Kraft für die DaZ-Klasse eingestellt wurde. Herr Rechter stellte sich hier als Referendar zum Ende seiner Ausbildung einer ganz besonderen Herausforderung.

In „nicht sprachintensiven Fächern“, wie Sport, Musik oder Kunst kamen die Kinder entsprechend Ihrer Altersklasse in Patenklassen und nahmen dort am normalen Unterricht teil. So wurde die Integration nicht nur im Lehrplan installiert, sondern mit allen Schülern am WoBo praktisch umgesetzt. Auch in den Kursen für Selbstbehauptung mischten die internationalen Schüler eifrig mit. Soweit es ihre rasant wachsenden Deutschkenntnisse zuließen, kamen auch Mathematik oder gar Physik auf den Plan. Die ganze Schule half mit, hieß die geflüchteten Kinder nach ihren traumatischen Erlebnissen mit offenen Armen herzlich willkommen. Das gipfelte 2017 im Kulturfest am WoBo, von dem man in Halstenbek heute noch spricht.

Das alles endet jetzt abrupt mit dem Aus für die DaZ-Klasse? Nein, natürlich nicht. Zwei Schüler haben den Sprung in eine normale Klasse am WoBo geschafft. Die meisten anderen sind an die Gemeinschaftsschule in die Aufbaustufe gewechselt. Dort bekommen sie neben dem Unterricht in ihren normalen Klassen weiterhin zusätzlich eine ordentliche Dosis Deutschunterricht. Die Schüler ab 16 Jahre werden vom Amt zur Berufsschule geschickt. Manch ein ehemaliges DaZ-Kind muss heute schon die Eltern aufs Amt begleiten, um Sprachbarrieren zu überwinden. So zerstreut sich die eingeschworene Schicksalsgemeinschaft aus der ganzen Welt wieder in alle Himmelsrichtungen. Dass es dieses Mal nur ein paar Kilometer sind, spielt keine Rolle. Zum Abschied sind, wie uns von nicht ganz unbeteiligten Lehrkräften glaubhaft versichert wurde, Krokodilstränen geflossen ...

Die Schule bleibt ihrer multikulturellen Struktur treu und bietet weiterhin jeden Mittwoch das Sprachcafé an, in dem jedermann willkommen ist, der sprachliche Unterstützung benötigt, meist bei Behördendingen aller Art oder für Verträge aller Art. Auch diese Einrichtung wird erst durch die Unterstützung zahlreichen ehrenamtlichen Personals möglich. Frau Stehn konnte jetzt sogar die Leitung dieser beliebten Einrichtung an eine pensionierte Kollegin, Frau Dieckmann und Frau Unterspann abgeben, die ein weiteres Sprachcafé an der VHS betreut.

Die Schüler sind versorgt, die Ehrenamtlichen haben andere Möglichkeiten gefunden, Geflüchteten zu helfen. Und was ist mit den Hauptamtlichen? Frau Stehn wird sich wieder etwas mehr um ihre Fächer Spanisch und Sport kümmern können, Hr. Rechter macht eine Zusatzqualifikation für Integrationsklassen und Frau Czorniuk hat Gefallen an international zusammengesetzte Klassen gefunden und wechselt an die Rübekampfschule in Pinneberg, die zu den Schulen mit dem höchsten Ausländeranteil im Umkreis gehört.

Das Thema Integration lässt niemanden wieder los, der sich einmal damit auseinandergesetzt hat. Wie gut, dass dieses Thema mit so praktischen Erfahrungen auch auf der Agenda der WoBo-Schüler steht und auch nach dem Ende der DaZ-Klasse dort lebendig bleiben wird. Irgendwie war ja auch der Namensgeber der Schule letztlich ein Fremder im eigenen Land geworden.

ANZEIGE



*Alles rund um  
Ihren Garten...*

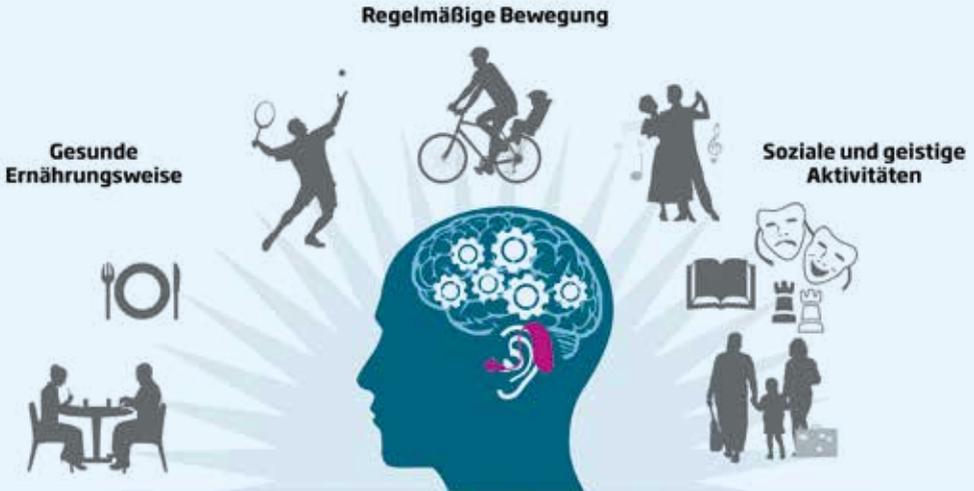
**OTMAR VIERING**  
Garten- und Landschaftsbau seit 1959

Jacob-Behrmann-Weg 1a  
25499 Tangstedt

Tel.: 04101 / 20 43 21  
Fax: 04101 / 259 04

info@galabau-viering.de  
www.galabau-viering.de

## Möglichkeiten, das Demenz-Risiko zu senken:



### Soziale Aktivitäten stimulieren das Gehirn

Wer schlecht hört, hat ein wesentlich höheres Risiko an Demenz zu erkranken.

# Gutes hören hält geistig fit

*Wer schlecht hört, hat ein wesentlich höheres Risiko an Demenz zu erkranken. Das zeigen neue Studien.*

■ Die Erklärung der Wissenschaftler: Der aktive Sprachschatz reduziert sich durch das eingeschränkte Sprachverstehen. Die nicht genutzten Anteile im Gehirn degenerieren. Kurz, dass Gehirn kommt aus der Übung.

Betroffene bauen geistig schneller ab. Ein Grund warum sich immer mehr Menschen von einem Hörakustiker beraten lassen und moderne Hörgeräte nutzen. Denn sie schätzen den Wert des guten Hörens, die Teil-

nahme an geselligen Situationen und die damit verbundene Lebensqualität. Heutzutage sind moderne Hörgeräte winzig klein und nahezu unsichtbar – sie überzeugen durch brillantes Sprachverstehen und hervorragende Klangvielfalt. Unsere Empfehlung: Testen Sie kostenlos und unverbindlich bei Hörgeräte Zacho die neuesten Markenhörssysteme, ihre Funktionen und

Möglichkeiten. Derzeit gewährt Ihnen das Akustik-Fachinstitut 200,- € Rabatt beim Kauf von zwei Hörgeräten.

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin** in den Fachinstituten von Zacho in Rellingen, Am Rathausplatz 17, Tel. 04101- 37 68 84 oder in Halstenbek, Gustavstraße 7, Tel. 04101 - 805 75 95 und überzeugen sich von der Leistungsfähigkeit moderner Hörgeräte. [www.zacho.de](http://www.zacho.de)





Das Beste zum Hören

200,- €

Rabatt auf zwei Hörgeräte oder  
100,- € je Hörgerät\*

\*Auf privaten Eigenanteil.  
10 € gesetzl. Zuzahlg. ausgenommen.  
1x pro Person einlösbar, keine Barauszahlung.  
Nicht gültig mit anderen Rabattaktionen.



SIEMENS signia oticon WIDEX ... und weitere.

Fachinstitute Hörgeräte Zacho

Rellingen • Am Rathausplatz 17 • Tel. 04101- 37 68 84 • [rellingen@zacho.de](mailto:rellingen@zacho.de)  
Halstenbek • Gustavstraße 7 • Tel. 04101- 805 75 95 • [halstenbek@zacho.de](mailto:halstenbek@zacho.de)

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

www.zacho.de

# Computer Service und vielseitige praktische Hilfe

*Passt das zusammen? In meinem Fall ja, aber es war nicht leicht, einen passenden Firmennamen zu finden. Service-Haus, Service für Senioren und nun seit über 10 Jahren einfach nur „lorenz-hilft“. Das trifft den Kern!*

■ Als Kaufmann und EDV-Betriebswirt habe ich seit 1983 in verschiedenen Positionen gearbeitet. (Erfahrungen habe ich als Software- und Systementwickler, Trainer für Persönlichkeits- und EDV-Skills, EDV-Projektleiter, Produktmanager sowie Vertriebsleiter einer Unternehmensberatung.) Vermutlich genetisch bedingt, habe ich als Spross eines Glaser- und Malermeisters ein ausgepräg-

tes handwerkliches Geschick entwickelt. Dieser Umstand und die Tatsache, dass mir ältere Menschen sehr am Herzen liegen, haben mich 2007 nach meiner Rückkehr aus USA auf die Idee gebracht, mein gesammeltes Know-How als Dienstleistung für ältere Menschen zu bündeln und anzubieten. Insbesondere ältere Menschen haben Probleme, der schnellen technischen Entwicklung zu folgen. Hersteller und Vertreiber von Geräten wie TV, Smartphone, Computer und sonstiger „smarter“ Technik wollen zwar gerne die Kaufkraft der Senioren abschöpfen, aber die Kosten für vernünftige Installations- und Gebrauchsanleitungen werden gerne niedrig gehalten. Mit dem Slogan - Stecker rein und loslegen - werden viele Kunden zum Kauf animiert und - alleine gelassen. Auch wenn die sogenannten „Hotlines“ immer ausgeföhrt werden, Wartezeiten, Ratlosigkeit und Frust sind vorprogrammiert, weil schon oft das Vokabular fehlt, die richtigen Fragen zu stellen.

Aber auch die Fähigkeit, kleinere handwerkliche Aufgaben zu lösen, schwindet im Alter zunehmend. Selbst das erneuern einer Glöhbirne oder das ab- und aufhängen von Vorhängen, Bildern, Regalen, Lampen usw. wird mitunter zur Herausforderung. Und eines kommt hinzu. Helfer spezialisieren sich zunehmend auf ein Fachgebiet, da sich das kosten-senkend und gewinnfördernd auswirkt. Der Kunde bekommt für jedes Problem ein neues, fremdes Gesicht ins Haus. Für ältere Menschen ist das oft ein Hindernis, eine Aufgabe oder ein Problem überhaupt anzugehen.

Mir macht es Spaß, mal mehr oder weniger komplizierte Computerprobleme zu lösen und beim nächsten Mal einen defekten Gartenschlauch zu reparieren, einen Schrank zusammenzubauen oder eine Terrasse mit dem Hochdruckreiniger zu bearbeiten. Es gibt kaum Grenzen. Fragen Sie einfach. 10 Jahre lorenz-hilft. Ein guter Zeitpunkt, mich für Ihr Vertrauen, Ihre Treue und die Weiterempfehlungen zu bedanken.

*Ihr Hubert Lorenz*

ANZEIGE



## 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-, Heimkinobearbeitung

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

04101-83 16 378/0176 - 4962 0709

**Hubert Lorenz,**

Dockenhudener Ch. 3, 25469 Halstenbek

# Fluch und Segen der DSGVO

**Datenschutz 2018:  
Eigenverantwortliches  
Handeln bleibt das  
oberste Gebot.**



■ Langsam ebbt sie ab, die Welle der Mails mit der Bitte, auch zukünftig den Newsletter oder die Info-Mails in Empfang zu nehmen. Hervorgerufen wurde sie durch die DSGVO (Datenschutzgrundverordnung), die am 5. Mai diesen Jahres in Kraft getreten ist und die Verbraucher wirkungsvoller vor dem Missbrauch Ihrer Daten schützen soll. Wer allerdings weiterhin großzügig Häkchen im Internet setzt, wird auch in Zukunft digitale Werbung erhalten, denn auch mit DSGVO gilt: Erst lesen, dann klicken.

Sie pflegen als Schule, Verein oder Gewerbetreibender eine Webseite? Vorsicht! Hier gibt es Neuerungen, die eingearbeitet werden müssen. Im Internet finden sich viele gute Hinweise und Generatoren, die eine DSGVO-konforme Datenschutzerklärung erzeugen. Auch zur Speicherung und Weitergabe von Kunden- bzw. Mitgliederdaten gibt es neue Regelungen, die für alle Verantwortlichen viel Arbeit bedeuten. Betriebe können sich auf der Internetseite der IHK informieren. Für Vereine gibt es im Internet ebenfalls reichlich Informationen. Eine nützliche Checkliste findet man z.B. hier: [www.ehrenamtsstiftung-mv.de/beratung/datenschutz](http://www.ehrenamtsstiftung-mv.de/beratung/datenschutz).

Noch ein Tipp an Elternvertreter oder Mitglieder von Vereinen, die regelmäßig etwas an Verteilerlisten schicken: Mit der DSGVO dürfen sie die Mailadressen anderer Personen nicht mehr ohne deren Einverständnis offenlegen. Entweder holen Sie sich dieses Einverständnis schriftlich oder Sie nutzen die Blind-Copy-Funktion des Mailsystems (BCC), die die Empfängeradressen verbirgt.

Mein Fazit als Verbraucherin, Selbständige und Vereinsvorstand: Die DSGVO bringt unsäglich viel Verwaltungsaufwand; das hätte man vereinfachen können. Aber sie wird in weiten Bereichen des täglichen Lebens die Nutzung von privaten Daten wirkungsvoller schützen und hat bereits jetzt zu einem sensibleren Umgang geführt. Gegen die Datensammelei von Google, Facebook und Co hilft die DSGVO wenig, da wir die sozialen Netzwerke ohne eine Zustimmung zu einem umfassenden Zugriff auf unsere Daten nicht nutzen können. Hier gilt noch immer das „Friss-oder-stirb-Prinzip“.

*Text: Claudia Daffertshofer*

**kinder-computer-sicherheit.de**, Tel: 04101-538 84 81,  
[info@kinder-computer-sicherheit.de](mailto:info@kinder-computer-sicherheit.de)

# Von Krupunder aus die Metropolregion erkunden

*Jedes Wochenende gibt es bei der Radwandergemeinschaft Hamburg West von 1979 e.V. zwei Fahrradtouren. Sommers wie winters. 100 Radtouren im Jahr? Wer organisiert das alles?*

■ „Da sind so etwa 7-8 Vereinsmitglieder, die nicht nur selber gerne Rad fahren, sondern vor allem Spaß daran haben, mit anderen zu fahren“, erklärt Wanderwart Rolf Crombach. Spaß am Radfahren steht hier im Mittelpunkt und bestimmt das Vereinsleben.

Die S-Bahnstation Krupunder, an der man sich sonnabends um 13 Uhr und sonntags um 10 Uhr trifft, ersetzt sozusagen das Clubheim. Hier wird beim Radeln geklönt, nicht an der Theke. Wohl auch deshalb gehören die 70 Mitglieder der Radwandergemeinschaft mit insgesamt 40.000 bis 80.000 gefahrenen Kilometern im Jahr zu den eifrigsten im Bund deutscher Radfahrer.

Auf den Touren erwarten die 5 (Winter...) bis ca. 20 (Sommer!) Mitglieder, 30 bis 60 km Radfahren im Wandertempo. „Die meisten von uns sind „50 Plus“. Wir fahren etwa 12-15 km in der Stunde“, stellt Rolf klar, dass diese Touren wirklich für jeden zu schaffen sind. Der Tourleiter sorgt immer dafür, dass vorne nur so schnell gefahren wird, dass hinten kein Stress entsteht.

„Einige Mitglieder nutzen E-Bikes, deren Akkus



**Geplanter Stopp: Kaffee- und Orientierungspause in der Nordheide**

heute solche Strecken problemlos meistern“, verrät der Wanderwart. So kann jeder sorglos die beachtliche Reichweite der Vereinstouren genießen, die nicht selten das andere Elbufer erreichen.

Der Verein freut sich immer auf nette Menschen, denen das Radfahren in der Gruppe mehr Spaß macht, als allein. „Jeder ist herzlich eingeladen, dreimal mitzufahren, um zu prüfen, ob ihn diese aktive Freizeitgestaltung Spaß macht“, streckt Rolf

abschließend allen Freizeitradlern die Hand entgegen, bevor er sich wieder seinem Bike widmet. Das muss morgen wieder genauso topfit sein, wie sein Fahrer, wenn es nach Krupunder geht.



**Ungeplanter Stopp: Plattfüsse und andere Kleinigkeiten werden unterwegs selber repariert.**

**Kontakt:** Radwandergemeinschaft Hamburg-West von 1979 e.V. Monika Gertz  
Tel.: 040 84900546 Mail: info@rg-hamburg-west.de



# TRITSCHOKS

Orthopädie-Schuhtechnik & Schuhhaus



modisch + bequem



**25,-**  
€  
Warenwert

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

und wir belohnen Ihre Treue!

LEGERO®  
Der Leichtschuh

WALDLÄUFER  
ESSENTIAL | SPORT | TRAIL

FIDELIO®  
Schuhhaus

berkemann

Finu  
Comfort  
Schuh für Genies



Ganter

Gabor

MEPHISTO  
DIE LAUFSENSATION

HASSIA  
Schuhhaus



**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)



Anja Banders, ohne Titel



Elke Andriél begleitet die Eröffnung in der Drosstei und lädt zu einem Soloabend mit leichten, beschwingten Melodien zum Sommerausklang in die Reetdachkate nach Haseldorf ein.



Anja Banders, FERROMENTI 4, zu sehen in Ihrem Atelier, Schenefeld, Halstenbeker Chaussee 7

Anja Banders, Wabe



Petra & Holger sind das Duo HOPE, präsentieren erstmalig eine Auswahl ihrer eigenen Kompositionen, die "PettyMeTunes" In Barmstedt auf der Schlossinsel.



## Tage des offenen Ateliers

Vom 13. bis 16. September findet erneut das Kreiskulturwochenende statt und bringt das Publikum zur Kunst statt umgekehrt. So entstehen für alle Beteiligte neue Perspektiven.

■ Dieses alle zwei Jahre stattfindende Kulturhighlight kann nur in Pinneberg entstehen, denn nur in Pinneberg gibt es einen Kreiskulturverband, der sich als Interessenvertretung aller Künstler im Kreis versteht.

Mit der Idee, Kultur deutlich dichter am Künstler zu organisieren als es der Landeskulturverband kann, entstand der Kreiskulturverband Pinneberg e.V. 1973 als Privatinitiative, die im Kreishaus auf offene Türen stieß und seither sozusagen in offizieller Funktion als Dachverband für die Kulturschaffenden im Kreis Pinneberg dient.

Von ursprünglich 13 Gründungsmitgliedern ist der Verband nach 40 Jahren auf mehr als 160 Mitglieder angewachsen. Ein rein ehrenamtlicher und ausschließlich auf privater Initiative aufbauender Verein ist es in all den Jahren geblieben, auch wenn er heute aus dem öffentlichen Kulturleben des Kreises nicht mehr wegzudenken ist und auf Augenhöhe mit den Institutionen im Kreis arbeitet.

„Unsere Aufgabe ist es, die im Kreis Pinneberg wirkenden kulturellen Vereine, Gruppen und Einzelpersonen zum gemeinsamen Tun anzuregen, das gesamte kulturelle Leben im Kreis Pinneberg, sowie die Förderung

des Nachwuchses zu unterstützen“ erläutert die Vorsitzende Elke Ferro-Goldstein.

Der Verband vertritt die kulturellen Anliegen gegenüber den Instanzen des Kreises Pinneberg, wird im Ausschusses für Schule, Kultur und Sport gehört, ist über die Vorsitzende im Gremium vertreten, das über Fördergelder berät und seit 2014 auch Mitglied in der Kulturpreisjury.

Unter den zahlreichen öffentlichen Aktivitäten des Vereins ist das Kreiskulturwochenende das herausragendste. Zur Eröffnung am Donnerstag, 13. September 2018 um 19:30 Uhr in der Drostei in Pinneberg durch den Kreispräsidenten, Herrn Helmuth Ahrens und die Vorsitzende des Kreiskulturverbandes, Frau Elke Ferro-Goldstein, lädt der Verein herzlich ein.

An diesem Wochenende laden die Künstler im gesamten Kreis Pinneberg das Publikum in Ihre Werkstätten ein, um nicht nur die Kunst selber zu entdecken, sondern auch deren Entstehung und den Künstler dahinter persönlich zu erleben. Insgesamt 38 Veranstaltungen

hat das Kreiskulturwochenende zu bieten. Das komplette Programm finden Sie auf der Website [www.kreiskulturverband-pinneberg.de](http://www.kreiskulturverband-pinneberg.de)

Das Angebot ist so groß, um an drei Tagen alles zu sehen und zu hören. Aber jeder findet für drei interessante Kulturtage reichlich Programm nach seinem Geschmack. Für Sonnabend und Sonntag bietet der Kreiskulturverband wieder Bustouren an, die um 10 Uhr am Bahnhof Pinneberg starten und dort gegen 18 Uhr wieder enden.

„Wir freuen uns, dass die KVIP uns auch 2018 wieder unterstützt und uns einen Bus vermietet“ zeigt sich die Vorsitzende zufrieden mit dem langjährigen Partner. Die Mitfahrt ist ausschließlich nach telefonischer Anmeldung unter 04120 830 bei Erhard Stoffregen oder unter 04101 590306 bei Elke Ferro-Goldstein möglich. Eine Tageskarte kostet 5 Euro, der Preis für eine Familienkarte für zwei Erwachsene und bis zu drei Kinder beträgt 7 Euro. „Wir bitten darum, das Fahrgeld passend dabeizuhaben. Für Verpflegung möge jeder Teilnehmer selbst sorgen“ ergänzt Frau Ferro-Goldstein.

ANZEIGE





**NATURAL FITTING**

Einfach wieder natürlich hören.

**DEN KLANG IHRER HÖRGERÄTE SPÜRBAR VERBESSERN.**

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

[www.naturalfitting.de](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)



# Pinneberger Termine

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

Hier  
finden sie unsere  
Veranstungstipps  
**Herbst  
2018**

## AUGUST 2018

**Samstag**

**31. August**

**Halstenbeker Schützenverein**

(bis 3. September)

**Schützenfest;**

Am Schützenplatz, Halstenbek

## SEPTEMBER 2018

**Samstag**

**1. September**

**11:00 Uhr Feuerwehr und Polizei Schenefeld**

**Tag der offenen Tür**

**Kiebitzweg 24, Schenefeld;** Mit zahlreichen wichtigen Informationen zur Feuerwehr und Polizei sowie vielen Aktionen zum Thema Verkehrserziehung.

**13:00 Uhr Radwanderingemeinschaft Hamburg West**

**Radtour nach Holm**

**Treffpunkt vor dem S-Bahnhof Krupunder;** Durch die Holmer Sandberge nach Holm, mit Kaffeeeinkehr in Holm. Länge ca. 34 km

**19:00 Uhr Forum Theater Pinneberg**

**Premiere: „Heute bin ich Blond“**

**Rathaus Pinneberg, Ratssitzungssaal;** von John von Düffel; **Weitere Termine** 25./31.8. + 1.9. 19 Uhr, 26.8./2.9. 18 Uhr; **Vorverkauf** 11 €/erm. 8 €, **Abendkasse** 10 € erm. 7,50 €

**Sonntag**

**2. September**

**11:00 Uhr ADFC Pinneberg** ca. 4 Stunden, 40 km, 17–20 km/h

**Radtour: Picknick im Hamburger Stadtpark**

**Treffpunkt: Drostei;** Auf wenig befahrenen Wegen und Straßen kommen wir über das Niendorfer Gehege zum Hamburger Stadtpark.

**Mittwoch**

**5. September**

**19:00 Uhr NABU**

**Themenabend**

**Rellinger Hof, kleiner Saal, Rellingen;** Diskussion über ein aktuelles Thema rund um den Naturschutz.

**Donnerstag**

**6. September**

**18.30 – 21.15 Uhr Ganzheitliche Gesundheitsberatung**

**Abnehmen ohne Diät! Mach Dich leicht!**

**Moorweg 61, Rellingen; Kosten** Kompaktseminar pro Person: 69 €; Anmeldungen und Infos unter [www.gagebe.de](http://www.gagebe.de)

**19:30 Uhr Die Drostei**

**John, come kiss me now**

**Drostei, Pinneberg;** Spirit & Pleasure goes Folk, Johanna Seitz Barockharfe, Christoph Mayer Barockvioline; **Eintritt:** 18 €; Karten gibt es bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen

**Freitag**

**7. September**

**08:30 Uhr Gemeinde Rellingen**

(bis 26. Oktober)

**Ausstellung China Time 2018**

**Rathaus Galerie;** In der Rellinger Rathaus Galerie zeigen Mitglieder der chinesisch-deutschen Künstlergruppe

ANZEIGE

BODYLOUNGE

powered by *LifeStyle*

Ihr  
persönlicher  
Fitness-Coach!

Effektives  
Personal Training  
in der BODYLOUNGE.  
Jetzt informieren!



Beratung & Termine:  
**04101 - 80 89 44**

**BODYLOUNGE im LifeStyle Fitness**  
Hauptstraße 39 · 25462 Rellingen  
[www.fitnessallianz.de](http://www.fitnessallianz.de)



PARADOX ihre Arbeiten, die sowohl in Deutschland als auch in China entstanden und präsentiert wurden.

**Samstag****8. September**

**15-17:00 Uhr Hospizdienst Pinneberg  
Tauercafé „Sonnenlicht“**

**Bürgerhaus Pinneberg;** Hier treffen sich Menschen, die vor kürzerer oder längerer Zeit einen lieben und nahestehenden Menschen verloren haben und den Austausch mit anderen Menschen brauchen, die dasselbe Leid erleben. **Freier Eintritt**

**Sonntag****9. September**

**08:00 Uhr Radsportgemeinschaft Blankenese  
Fahrradfest mit Blankeneser Rundtörn**

**Autohaus Hermann Kröger;** Blankeneser Chaussee 93, Schenefeld; 20 bis 155 Kilometer lange Strecken überwiegend durch den Kreis Pinneberg, darüber hinaus gibt es ein spannendes Programm vor Ort.

**11:00 Uhr ADFC Pinneberg** ca. 6 Stunden, 50 km, 13–16 km/h

**Radtour: Obstgarten Haseldorf**

**Treffpunkt: Drostei;** Entlang der Pinnau fahren wir zum Obstgarten Haseldorf mit zahlreichen alten Apfelsorten

**11–17:00 Uhr Stadt Pinneberg/Pinneberger Kinder e. V.**

**23. Pinneberger Kindertag**

**Drosteipark Pinneberg;** Die Kinder stehen im Mittelpunkt. Alle Angebote der Vereine und Organisationen sind **für Kinder grundsätzlich kostenlos!** Mit Infostand dabei **Lo-Han Pinneberg e.V.:** LittleTigers-Contest und Showauftritt

**15:00–16:00 Uhr Deutsches Baumschulmuseum e. V.  
„Renette oder Prinz? Sortenentstehung und Pomologie“**  
Vortrag und Verkostung neuer und alter Apfelsorten im

Vergleich mit Meinolf Hammerschmidt vom Obstmuseum pomarium anglicum; **Eintritt 5,- EUR. Kinder frei.**

**15:00 Uhr Die Drostei**

**Rüdiger und die Schlossbläser**

**Drostei, Pinneberg;** Eine Kammermusikgeschichte zum Zuhören und Mitmachen ab 5 Jahren; **Eintritt 8 €**

**Dienstag****11. September**

**18:00 Uhr Gemeinde Rellingen**

**Lesung mit Jing Liu**

**Rathaus Galerie;** Der chinesische Comic-Künstler Jing Liu stellt seine Comic-Bücher vor. **Eintritt 5 €**

**Mittwoch****12. September**

**15:30 – 17:00 Uhr DRK Begegnungsstätte Rellingen**

**Judith – Eine Schülerin Florence Nightingales**

Lesung aus der Nicolae-Saga, gelesen von der Autorin Aurelia L. Porter

**Freitag****14. September**

**15 – 21 Uhr Stadtmarketing Pinneberg** (bis 16. September)

**1. Food Truck Weekend Pinneberg**

**Drosteiplatz;** Es erwartet Sie eine Auswahl der beliebtesten Food Trucks Norddeutschlands. Sa 12 – 21 Uhr, So 12 – 19 Uhr

**Samstag****15. September**

**15:00 Uhr Halstenbeker Wirtschaftskreis**

**Herbstfest Halstenbek**

**Rathausplatz;** Ein Familienevent der Wirtschaftsgemeinschaft mit Jahrmarkt-Charakter, bunten Ständen und ganztägigem Bühnenprogramm.

ANZEIGE



*Reisebüro Am Rathaus*

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

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

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



Sonntag

16. September

11:00 Uhr **ADFC Pinneberg** ca. 6 Stunden, 35 km, 13–16 km/h

### Radtour: Zur Liether Kalkgrube mit Führung

**Treffpunkt: Drostei;** Über Prisdorf radeln wir nach Tornesch und auf befestigten Wirtschaftswegen durch das Esinger Moor bis zur Liether Kalkgrube.

13:00 – 18:00 Uhr **Stadtmarketing Pinneberg**

### Verkaufsoffener Sonntag in der Pinneberger City

**Innenstadt;** Anlässlich des Food Truck Weekends laden die Händler der Pinneberger City zum Sonntagsshopping ein.

19:00 Uhr **Ganzheitliche Gesundheitsberatung**

### Esse Dich gesund

**Moorweg 61, Rellingen;** Praxisabend Darmgesundheit; **Kosten** pro Abend: 17 Euro. Anmeldung und Infos unter [www.gagebe.de](http://www.gagebe.de)

Samstag

22. September

12:00–20:00 Uhr **Treffpunkt Rellingen** (bis 23. September)

### Apfelfest

**Rellingen Ortskern;** Traditionelles Fest mit Bobby-Car-Rennen, Familienlauf und Laternenumzug.

Sonntag

23. September

08:00–16:00 Uhr **Flohmarkt-Horst**

### Halstenbeker ADLER-Flohmarkt an der Wohnmeile

**Parkplatz ADLER-Moden;** Standplatzvergabe und Aufbau ab 6 Uhr möglich. **Weitere Infos** unter [www.flohmarkt-horst.de](http://www.flohmarkt-horst.de).

08:00 Uhr **NABU**

### Rast- und Zugvögel im Meldorfer Speicherkoog

**Exkursion;** Wir beobachten mausernde Enten und Limikolen

und spähen nach selteneren Arten wie Odins-Hühnchen und Mornell-Regenpfeifer; **Treffpunkt:** 8 Uhr in Pinneberg auf dem Parkplatz an der Hans-Hermann-Kath-Brücke

11:00 Uhr **NABU**

### Mahdfest am Krupunder See

**Krupunder See – Wiese entlang des Seegrabenweges;** Das gemeinschaftliche Mähen der „Öko-Wiese“ am Krupunder See in Halstenbek ist eines der Ziele des Mahdfestes.

10:00 – 14:00 Uhr **VFL Pinneberg Leichtathletikabteilung**

### 24. Stadtwerkelauf

**Innenstadt Pinneberg;** Rundkurs durch die Pinneberger Innenstadt. Zur Auswahl stehen verschiedene Strecken.

**Start** Drosteiwiese, **Ziel** vor der Drostei

11:00 Uhr **ADFC Pinneberg** ca. 5–6 Stunden 52 km, 17–20 km/h

### Radtour: Gegen Nasse Füße Fahrt zum Pinnausperrwerk

**Treffpunkt: Drostei;** Über Appen, Moorrege und an der Drehbrücke Klevendiech vorbei geht zum Pinnausperrwerk.

15:00–17:00 Uhr **Deutsches Baumschulmuseum e. V.**

### Die Dosis macht' s heimische Gift- und Heilpflanzen.

**Mal heilend – mal giftig;** Homöopatin Ellen Bumann, nicht praktizierend. **Eintritt** 5 €. **Kinder frei.**

Dienstag

25. September

19:30 Uhr **Pinneberger Bühnen**

### Schau nicht unters Rosenbeet

**Geschwister-Scholl-Haus, Bahnhofsstraße 8, Pinneberg;**

Ein Comedy-Thriller von Norman Robbins, deutsche Fassung von Axel von Koss. **Weitere Termine** Di. 25.9. bis Fr. 28.9. 19:30 Uhr, Sa. 29.9.15:00 + 19:30 Uhr, So. 30.9. 15:00 Uhr; **Eintritt:** 8 € bis 10 €

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

**Mittwoch****26. September****15:00 Uhr Stephanskirche Schenefeld****Seniorenachmittag**

**Wurmkamp 10, Schenefeld;** An liebevoll gedeckten Tischen wird Kaffee/Tee getrunken und Kuchen gegessen. Es werden auch Gesellschaftsspiele gespielt. Es freuen sich Petra Engelhardt und Waltraut Vieweger

**Donnerstag****27. September****19:00 Uhr Die Drostei****Von der Tartuffel zur Kult(ur)-Knolle**

**Drostei Pinneberg;** Ein spannender, unterhaltsamer und kulinarischer Vortrag von Dr. Dagmar Lekebusch; **Eintritt** inkl. Kartoffelbuffet und Begrüßungsgetränk: 18 €

**Freitag****28. September****15 -18:00 Uhr Die Drostei****Workshop: Geschichten-Werkstatt**

**Drostei Pinneberg;** Ein Schreibworkshop speziell für junge Leute ab 12 Jahren mit der langjährigen Dozentin der „Schreibschmiede“, Patrizia Held. **Kosten** pro Teilnehmer: 13 €;

**Schenefeld****(bis 30. September)****Oktoberfest 2018**

**Rathausvorplatz Holstenplatz;** Unterhaltung für Groß und Klein rund um das Schenefelder Rathaus.

**Samstag****29. September****09:00 – 17:00 Uhr Sport-Club Pinneberg****Sport- und Familientag**

**Sportplatz An der Raa** und Sporthalle Theodor-Heuss-Schule; Motto: „Kommt vorbei, macht mit, schaut zu und lernt uns kennen!“

**13:00 Uhr Radwanderingemeinschaft Hamburg West****Radtour nach Quickborn**

**Treffpunkt vor dem S-Bahnhof Krupunder;** Zum Ausländerfest nach Quickborn, Länge ca. 38 km

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei****Brass and Pipes – Sommerkonzert**

**Rellinger Kirche;** Blechbläser Halstenbek, Rellinger Posaunenchor; Leitung: Oliver Schmidt; **Eintritt frei,** Spende erbeten

**Sonntag****30. September****11:00 Uhr Kunstkreis Schenefeld****(bis 14. Oktober)****Vernissage: Susanne Maurer, Malerei**

**Rathaus Schenefeld;** Besichtigung zu den Öffnungszeiten: Mo – Sa 15 – 17 Uhr, Do auch 10 – 12 Uhr, So 11 – 13 Uhr.

**15:00 – 16:00 Uhr Deutsches Baumschulmuseum e.V.****Bienenfleiß und Obstertrag**

Joachim Malecki zeigt die Funktion eines Bienenstaates und die Bedeutung der Honigbiene. **Eintritt frei,** Spende erwünscht!

**OKTOBER 2018****Mittwoch****3. Oktober****11:00 Uhr ADFC Pinneberg****ca. 5–6 Stunden 50 km, 17–20 km/h****Radtour: Zum Streuobstwiesenfest nach Elmshorn**

**Treffpunkt: Drostei;** Über Prisdorf, Ahrenlohe, durch den Liether Wald geht es über den Butterberg nach Elmshorn.

**Donnerstag****4. Oktober****18.30 – 21.15 Uhr Ganzheitliche Gesundheitsberatung****Abnehmen ohne Diät! Mach Dich leicht!**

**Moorweg 61, Rellingen;** **Kosten** Kompaktseminar pro Person: 69 €; Anmeldungen und Infos unter [www.gagebe.de](http://www.gagebe.de)

ANZEIGE

TV-MAGIER  
**KEVIN  
KÖNEKE**  
bekannt aus  
**NDR  
HH1  
VOX**

**ZAUBERSHOW FÜR IHRE FEIER****Erstklassige Zauberkunst - wunderbar komisch**

Er ist ein preisgekrönter Zauberkünstler, Comedian, Entertainer, schlagfertig, charmant, witzig u. einzigartig

**Familien-, Geburtstags-, Hochzeits- und****Firmenfeiern uvm. [www.nordischmagic.de](http://www.nordischmagic.de)****Kindergeburtstage [www.hiphopmagic.de](http://www.hiphopmagic.de)****Anfragen auch unter: 04101/ 395 06 96**



## Samstag

6. Oktober

14:00 Uhr **NABU**

## Wir suchen die Spuren des Fischotters

**Exkursion;** Eine Gewässerexkursion in die Pinnauniederung  
**Treffpunkt** 14.00 Uhr in Pinneberg auf dem Parkplatz an der Hans-Hermann-Kath-Brücke

## Sonntag

7. Oktober

11:00 Uhr **ADFC Pinneberg** ca. 5-6 Stunden 60 km, 17-20 km/h

## Radtour: zur Elbphiharmonie

**Treffpunkt: Drostei;** Fernab großer Straßen führt die Route an Kollau und Tarpenbek entlang zur Außenalster, der wir bis in die Hamburger City folgen.

11:00 Uhr **Bürgerverein Waldenau**

## Erntedankfest

**Jappoweg Sportplatz;** Umzug durch Waldenau; Bereits zum 70. Mal in Waldenau das Erntedankfest statt.

15:00 – 16:00 Uhr **Deutsches Baumschulmuseum e.V.**

## Den Farnen unters Blatt geschaut.

## Wie vermehren sich Farne, Pilze, Moose?

Film und Vortrag von Berufsschullehrer Dietmar Nass;  
**Eintritt** 5 €. Kinder frei.

## Mittwoch

10. Oktober

15:30 – 17:00 Uhr **DRK Begegnungsstätte Rellingen**

## Anaro oder die Tücken des Alltags

von Manjul Bhagat, gelesen von Irmgard Schmidt

## Donnerstag

12. Oktober

20:00 Uhr **Gemeinde Rellingen**

## Chanson, Pop &amp; Swing

**Rathaus Galerie Rellingen;** HildeMarlen kess, frisch – mit Stil & Eleganz, **Eintritt** 16 €

## Samstag

13. Oktober

14:00 Uhr **Freundeskreis Rosengarten Pinneberg e.V.**

## Winterschutz für Rosen

Tipps von Thomas Rust, dem zuständigen Gärtnermeister für den Rosengarten, **Eintritt frei**, Spende erbeten.

15-17:00 Uhr **Hospizdienst Pinneberg**

## Tauercafé „Sonnenlicht“

**Bürgerhaus Pinneberg;** Hier treffen sich Menschen, die vor kürzerer oder längerer Zeit einen lieben und nahestehenden Menschen verloren haben zum Austausch.. **Freier Eintritt**

## Sonntag

14. Oktober

11:00 Uhr **ADFC Pinneberg** ca. 5-6 Stunden 55 km, 17-20 km/h

## Radtour: Fernweh

**Treffpunkt Drostei;** Auf wenig befahrenen Wegen kommen wir über Schnelsen und Niendorf zum Hamburger Flughafen

## Dienstag

16. Oktober

19:00 Uhr **NABU**

## Unser Siedlungsraum Pinneberg

**Pinneberg, VHS, Vortragssaal;** Wo werden wir wirkliche Wildnis wagen wollen?

## ANZEIGE



*Wir sind  
für Sie da!*

04101 40 79 70  
www.bestattungsinstitut-vieweg.de

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

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

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

**Mittwoch****17. Oktober**
**17:00 Uhr Hospiz Sternenbrücke**  
**Hospiztag im Trauerzentrum**

**Trauerzentrum im Dannenkamp 20;** Zur Hamburger Hospiz-Woche können Sie sich über die wertvolle Arbeit der Hospize zu Informieren. Bitte melden Sie sich unverbindlich und kostenlos an: Beerdigungs-Institut Seemann & Söhne KG, Tel: 040 - 866 06 10 E-Mail: info@seemannsoehne.de

**Donnerstag****18. Oktober**
**14:00 Uhr Sozialverband Deutschland –**  
**Ortsverband Schenefeld**
**Vortrag „Einbruchsschutz“**

**Teeküche Achter de Weiden, Schenefeld;**  
 Vortrag von Polizeioberrat Hr. Mangelmann

**Freitag****19. Oktober**
**19:30 Uhr Theaterverein Rellingen**  
**Rommé to drütt**

**Relling Hof;** Das Romméspiel führt drei ältere Damen, um die 60 und verwitwet, zweimal in der Woche zusammen.  
**Eintritt 10 € Weitere Termine** Sa. 20.10. 19.30 Uhr und So. 21.10. 18.00 Uhr Ellerbek, Kulturtreff; Fr. 26.10. 19.30 Uhr Rellingen-Egenbüttel kleine. Turnhalle anschl. Klön-schnack; Termin angefragt: Sa. 27.10.19.00 Uhr + So. 28.10. 18.00 Uhr Halstenbek, Wo-Bo-Gymnasium

**Sonntag****21. Oktober**

**08:00 – 16:00 Uhr Flohmarkt-Horst**  
**Halstenbeker ADLER-Flohmarkt an der Wohnmeile**  
**Parkplatz ADLER-Moden;** Standplatzvergabe und Aufbau ab 6 Uhr möglich. **Weitere Infos** unter [www.flohmarkt-horst.de](http://www.flohmarkt-horst.de).

**11:00 Uhr Die Drostei, Ausstellung:** (bis 25. November)

**MORTA oder die Wirklichkeit hat noch nie ein Foto gesehen**  
**Drostei, Pinneberg;** Installationen der Kulturförderpreisträgerin mioq Marion Inge Otto-Quoos

**Donnerstag****25. Oktober**
**19:00–21:00 Uhr Lutherkirche Pinneberg**  
**„Bachs Fürst“ – Die Europareise Fürst Leopolds**  
**von Anhalt-Köthen**

**Lutherkirche Pinneberg;** Die Hamburger Ratsmusik: ein Ensemble mit 500-jähriger Geschichte; **Eintritt 15 €/ermäßig 10 €**

**Samstag****27. Oktober**
**16:00 Uhr Die Drostei** (bis 11. November)

**Ausstellung: ...über alle Grenzen...Kunst**

**Drostei Pinneberg;** Jahresausstellung der Künstlergilde Kreis Pinneberg e.V.; **Öffnungszeiten** Mit bis Sonntag, 11–17 Uhr, **Eintritt frei!**

**20:00 Uhr Etzer Bund**
**Konzert op platt Linek**

**Etzer Bund;** Ein plattdeutsches Konzert mit Entertainer Lars-Luis Linek! **Eintritt 9 €** für Mitglieder, 12 € für Gäste.  
**Karten** Vorbestellung unter Sibylle Janiczek 04101-8529520 ab 17 Uhr

**Sonntag****28. Oktober**
**11:00 Uhr ADFC Pinneberg** ca. 5–6 Stunden 60 km, 17–20 km/h

**Radtour: Jungfernstieg**

**Treffpunkt: Drostei;** Flott uf wenig befahrenen Wegen in an der Bahn entlang über die Lutterothstraße zur Außenalster.

ANZEIGE

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



# SUPP *Kultour*

Freitags von 12 bis 14 Uhr beim Hagebaumarkt

**TIPP:** Das Suppenmobil kommt auch zu Ihrer Veranstaltung

 Danja Hanssen • Telefon 0171-200 85 95 • [Info@suppkultour.de](mailto:Info@suppkultour.de)



**14:00-18:00 Uhr Deutsches Baumschulmuseum**

### Saisonabschluss

Saisonabschluss für alle Spezialisten mit Kaffee und Kuchen-Spezialitäten... **Eintritt frei** – Spende erwünscht!

**15:00 – 16:00 Uhr Bienenfleiß und Obstertrag**

Joachim Malecki (Holsteiner Imker e. V.) zeigt die Funktion eines Bienenstaates und die Bedeutung der Honigbiene für unsere Ernährung. **Eintritt frei** – Spende erwünscht!

**Mittwoch 31. Oktober**



„Süßes sonst gib's Saures!“

**Halloween** Halten Sie für die kleinen Geister Süßes bereit!

**NOVEMBER 2018**

**Donnerstag**

**1. November**

**19:30 Uhr Musical Company**

(bis 10. November)

### RENT

**Cap Polonio;** Das Musical basiert auf der Oper „La Bohème“ von Giacomo Puccini.

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

**Samstag**

**3. November**

**11:00-18:00 Uhr Rathaus Rellingen**

(bis 4. November)

### Kunsthändlermarkt

**Rathaus Rellingen;** Modernes, edles und originelles Kunsthandwerk von bis zu 43 KunsthandwerkerInnen

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

**A. Bruckner: F-moll-Messe, Richard Strauss:**

**„Im Abendrot“, Carl Nielsen: „Helios – Ouvertüre“**

**Rellinger Kirche;** Charlotte Reese (Sopran), Eva Koch (Sopran), Carmen Bangert (Alt), Jannes Philipp Mönninghoff (Tenor), Keno Brandt (Bass); Leitung: Oliver Schmidt

**Tickets** zu 15/25/35 €

**20:00 Uhr Etzer Bund**

### 3-Einakter Theater

**Etzer Bund;** Lustiger 3-Akter op platt, **Eintritt** 7 €.

**Vorverkauf** über Sibylle Janiczek 04101-8529520 ab 17 Uhr.

**Weitere Termine** So. 4.11. 17 Uhr, Sa. 10.11. 20 Uhr

**Sonntag**

**4. November**

**13:00-18:00 Uhr Stadtmarting Pinneberg**

### Kulturelle Promenade Jazz, Blues, Swing & Chansonn

**Innenstadt Pinneberg;** Die Pinneberger Innenstadt wird zur kulturellen Promenade. Musik, Show und Walking Acts.

**13:00-18:00 Uhr**

### Verkaufsoffener Sonntag in der Pinneberger City

**Innenstadt Pinneberg;** Anlässlich der „Kulturellen Promenade“ laden die Händler zum Sonntagsshopping ein.

**Freitag**

**9. November**

**08:30 Uhr Gemeinde Rellingen**

(bis 4. Januar 2019)

### Ausstellung von Dieter Guttau

**Rathaus Galerie Rellingen;** Die Ausstellung „Befremdliche Wirklichkeiten“ zeigt eine Auswahl von Bildern mit ganz unterschiedlichen Motiven.

**Samstag**

**10. November**

**15-17:00 Uhr Hospizdienst Pinneberg**

### Tauercafé „Sonnenlicht“

**Bürgerhaus Pinneberg;** Hier treffen sich Menschen, die vor kürzerer oder längerer Zeit einen lieben und nahestehenden Menschen verloren haben zum Austausch.. **Freier Eintritt**

**19:00 Uhr Rellinger Kantorei**

### 20 Jahre Gospeltrain

**Rellinger Kirche;** Benefizkonzert zugunsten von Amnesty International. **Eintritt frei,** Spende erbeten.

**Mittwoch****14. November****15:30-17:00 Uhr DRK Begegnungsstätte Rellingen****Rudolf Kinau Nachmittag**

Lesung mit Manfred Eckhof

**Donnerstag****15. November****19:00 Uhr Bestattungsinstitut Vieweg****Die echte Tatortreinigerin erzählt**

**Hauptstr. 26, 25462 Rellingen;** Wenn das Schlimmste sich ereignet... Frau Antje Große-Entrup ist Geschäftsführerin der bundesweit tätigen Schendel Tatortreinigung und Autorin des Bestsellers „Die Tatortreinigerin“. An diesem Abend berichtet Sie von Ihrer Arbeit und den Aspekten des Lebens, der manchen von uns bisher verborgen blieb.

**Eintritt frei!****Freitag****16. November****19:00 Uhr Bestattungsinstitut Vieweg****„Gibt es ein Leben nach dem Tod und wenn ja, wie kann ich mir dieses Leben vorstellen?“**

**Hauptstr. 26, 25462 Rellingen;** An diesem Abend wird Lynn Parker Interessierten einen ganz praktischen Einblick in Ihre Arbeit geben, indem sie einzelne Kontakte für das Publikum herstellt, so dass Sie als Zuschauer sich Ihre ganz persönliche Meinung bilden können.. **Eintritt 20 €.**

**Donnerstag****22. November****19:00 Uhr Etzer Bund****Lesung, Heyka Glißmann**

**Etzer Bund;** Lesung des neuen Buches mit Gefühlsfotografin & Schreiberin mit Herz Heyka Glißmann. Es erwartet Sie einen ein Gefühlvoller, humorvoller und unterhaltsamer Abend.; **Eintritt frei.**

**19:00 Uhr Ganzheitliche Gesundheitsberatung****Esse Dich gesund**

**Moorweg 61, Rellingen;** Praxisabend Darmgesundheit; **Kosten** pro Abend: 12 Euro. Anmeldung und Infos unter [www.gagebe.de](http://www.gagebe.de)

**18:00 Uhr Salzhuus****27. November****Klangschalenkonzert im Salzarium**

**Eichenstraße 28, Rellingen;** mit Elke Leitz, lassen Sie die Schwingungen der Klangschalen ganzheitlich auf sich wirken! ca. 70 Minuten. **Eintritt 24 €.** Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, da nur 8 Plätze zur Verfügung stehen.

**Freitag****30. November****19:00 Uhr Rellinger Kantorei****Vorweihnachtliches Konzert**

**Rellinger Rathaus Galerie;** Luz Leskowitz, Violine mit weiteren Musikern; Oliver Schmidt, Vorschau auf die Konzerte 2019; Manfred Ekhof, Plattdeutsche Geschichten; **Karten 16 €**

**20:00 Uhr****Lesung mit Siegfried W. Kernen**

Prosa und Gedichte von Wilhelm Busch; Martin Karl-Wagner (Flöte); Thomas Goralczyk (Klavier) **Eintritt 16 €**

**Kontaktinformationen und Anschriften**

**ADLER-Moden:** an der Wohnmeile, Seemoorweg 3, Halstenbek

**Bürgerhaus Pinneberg:** Fahltskamp 30; Pinneberg

**Cap Polonia:** Fahltskamp 48, Pinneberg

**Caspar-Voght-Schule:** Schulweg 2-4, Rellingen-Egenbüttel, kleine Turnhalle,

**Deutsches Baumschulmuseum:**

Förderverein Deutsches Baumschulmuseum e.V., Halstenbeker Strasse 29, Pinneberg

**Die Drostei:** Dingstätte 23, Pinneberg

**DRK Begegnungsstätte Rellingen:** Appelkamp 8, Rellingen

**Ev.-Luth. Luther-Kirchengemeinde Pinneberg:**

Lutherkirche Pinneberg, Kirchhofsweg, Pinneberg

**Rathaus Halstenbek:** Gustavstraße 6a, Halstenbek

**Rathaus Rellingen:** Hauptstraße 60, Rellingen

**Rathaus Schenefeld:** Holstenplatz 3-5, Schenefeld

**Rosengarten Pinneberg:** Fahltswiede, Pinneberg

Bitte beachten Sie, dass alle Termine ohne Gewähr sind

ANZEIGE

**salzhuus**  
Salzräume und Natursalze

Eichenstraße 28  
25462 Rellingen

Telefon  
04101/80 55 660

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

# Gemeinsam gegen den unsichtbaren Plagegeist

*In Rellingen liegt die Keimzelle des Tinnitus-Netzwerkes. Hier wird zukünftig der ganzheitliche Ansatz, der bei Tinnitus so wichtig ist, mit der gebündelten Kompetenz der einzelnen Spezialisten verfolgt.*

■ Die Ursachen für einen Tinnitus sind ebenso vielfältig, wie die Möglichkeiten, Betroffenen Linderung zu verschaffen. Das Netzwerk setzt sich aus den verschiedensten Berufsbildern zusammen. Der Betroffene kann sich sicher sein, dass er die für ihn beste Hilfe bekommt, da es innerhalb des Netzwerkes zu einem Austausch der verschiedenen Berufsgruppen kommt und so der Tinnitus aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet wird im Sinne einer ganzheitlichen Versorgung. Meike Lindemann beschäftigt sich seit vielen Jahren mit dem Thema. Seit sie zusammen mit ihrem Mann ein eigenes Fachgeschäft für Hörakustik betreibt, betreut sie Betroffene mit der TRT (Tinnitus-Retraining-Therapie) nach Jastreboff und Hazell. „Ein nicht kompensierter Tinnitus hat vielfach mehr als nur eine Ursache, es gibt nicht „die eine Pille“ dagegen. Eine ganzheitliche Betrachtung ist enorm wichtig, um Betroffenen helfen zu können, mit dem Tinnitus umzugehen“, erklärt die Hörakustik Meisterin.

Um diese ganzheitliche Betreuung gewährleisten zu können, hat sie Spezialisten aus anderen Fachbereichen im Tinnitus-Netzwerk versammelt, die genau wie sie selbst, wirklich helfen wollen und wissen, dass es alleine nicht funktionieren wird. Hörtrainerin Traute Pfeiffer arbeitet seit vielen Jahren mit schwerhörigen Kindern und deren Eltern sowie mit erwachsenen Schwerhörigen. Von der Idee eines Tinnitus-Netzwerkes war sie sofort überzeugt: „Das Netzwerk bietet dem Betroffenen noch mehr Möglichkeiten als ein Einzelkämpfer. Er hat die



Wahl, für sich zu schauen; wen könnte ich brauchen, der mich bei der Bewältigung begleitet. Nur ein Netzwerk kann so ein reichhaltiges Angebot von

Fachleuten anbieten!“ Frau Pfeiffer war es immer schon ein Anliegen ganzheitlich zu arbeiten, nicht nur die Hörstörung zu sehen: „Besonders bei Tinnitus, steht der Mensch dahinter im Vordergrund.“ Arun Bolz-Lahrman, Schulleiterin und systemische Coachin, sieht sich als Wegbereiter für Menschen, die mehr Gelassenheit erfahren möchten, um mit dem Tinnitus besser umgehen zu können. „Durch den ständigen Blick und das Hinhören zu den Tönen und Geräuschen entsteht ein permanenter Stress, der auf Dauer krank macht. Genau da setzt meine Unterstützung an. Ich erarbeite mit dem Coachee einen Weg, der aus dem „Hamster-rad“ führt und Normalität und Glücksgefühle wieder zulässt.“ Im Tinnitus-Netzwerk ist Frau Bolz-Lahrman jetzt die Stresscoachin.

Klangpraktikerin Birgit Butz ist hauptberuflich examinierte Krankenschwester, interessiert sich aber schon immer für alternative Heilmethoden und hat dieses Jahr die Ausbildung zur Klangschalenmassagetherapeutin gemacht. „Der Tinnitus hat ja oft sehr viel mit Stress und Angespanntheit zu tun. Ich gebe die Klangmassage zur Entspannung. Es wird jede Körperzelle angesprochen. Dieses führt zu einem Wohlgefühl und Loslassen im Körper.“

Über ihre Behandlungen von CMD, muskulär bedingter Fehlstellung auch im Kiefer, kommt Maike Meents in ihrer Praxis für Ganzheitstherapie mit dem Thema Tinnitus in Berührung. „Seit Jahren



**Die Tinnitus-Netzwerkerinnen:  
Alrun Bolz-Lahrmann, Meike Lindemann,  
Birgit Butz, Atiyeh Mounesi, Maïke  
Meents und Traute Pfeiffer (von links)**

kommen immer wieder Patienten mit Tinnitus in Zusammenhang mit CMD zu mir in die Praxis. In diesem Bereich konnte ich nun viele Erfahrungen sammeln und möchte versuchen diese an Betroffene weiterzugeben“, erläutert die Physiotherapeutin Ihr Engagement im Tinnitus-Netzwerk.

Einem Tinnitus-Symptom liegt sehr häufig eine funktionelle Störung im „Kausystem“ vor. So der medizinische Fachbegriff für Ober- und Unterkiefer, die Kaumuskulatur, das Nervensystem, die Zähne mit ihren Kauflächen und das Zahnbett. Da das Hörorgan und das Kausystem miteinander verbunden sind, übertragen sich dortige Störungen schnell auch auf das Hörorgan.

„Zur Abklärung eines Zusammenhangs von Ohrgeräuschen und einer Fehlfunktion von Zähnen und Kiefergelenken, ist ein spezialisierter Zahnarzt ein geeigneter Ansprechpartner für Patienten“, ist Atiyeh Mounesi überzeugt, die genau diese Rolle im Netzwerk gerne übernimmt.

Nur wenige Meter von der Zahnarztpraxis A. Mounesi schließt sich der Kreis wieder bei

Lindemann Hörakustik: „Ich weiß, dass meine Partner im Netzwerk genauso sehr wie ich daran interessiert sind, dem Kunden eine optimale Betreuung und Beratung zu bieten und im Zweifel an einen kompetenten Partner weiterzuvermitteln. Meine Kunden, die ich weiter verweise werden ernst genommen und ich kann sicher sein, dass sie in guten Händen sind“, zeigt Frau Lindemann sich sehr zufrieden mit dem Tinnitus-Netzwerk, das am 26. September um 19:30 Uhr in die DRK-Sozialstation Rellingen, Appelkamp 8, einlädt.

„Wir freuen uns sehr, dass das Tinnitus-Netzwerk seine erste Informationsveranstaltung in der DRK-Begegnungsstätte anbietet und hoffen auf viele Besucher, die sich dabei einen ersten unverbindlichen Überblick über die Angebote des Netzwerks verschaffen möchten“, freut sich Nicole Giese, Leiterin der DRK-Begegnungsstätte Rellingen.

Frau Giese und ihr Team von der DRK-Begegnungsstätte Rellingen nehmen Anmeldungen unter der Telefonnummer 04101 - 55 31 86 gerne entgegen.

# Begleitung in besonderen Lebenssituationen

*Statt psychologischer Therapie bietet Silke Gundlach In ihrer Psychologischen Praxis in Ellerbek Hilfestellung und Begleitung für die Betroffenen an.*

■ Die gebürtige Hamburgerin, die mit ihrer 4-köpfigen Familie seit 13 Jahren in Ellerbek zu Hause ist, hat in 15 Jahren Personalarbeit viel mit Ängsten und Nöten in der Belegschaft zu tun gehabt.

„Diese Menschen waren nicht krank oder gestört, sie waren mit ihrer aktuellen Lebenssituation überfordert“, schildert sie die Momente, in denen das Interesse an diesen Themen erwachte. „Meine Kollegen benötigten Hilfestellung, um sich in einer aktuellen Situation zurechtzufinden und gestärkt daraus hervorzugehen.“

Mit dieser Idee im Sinn hat Frau Gundlach im Jahr 2016 nebenberuflich eine Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie begonnen und im Juni 2018 den Schritt gewagt, sich beruflich ganz auf ihre psychologische Praxis zu konzentrieren.

Neben Burn-out und Trauerbegleitung ist Hochsensibilität eines der zentralen Themen ihrer Arbeit. Wenn man spürt, auf alles empfindlicher zu reagieren als andere, von schief sitzen-

den Socken bis hin zu knisternder Stimmung in einem Raum, kann das verunsichern und Angst machen, zum Beispiel in einer größeren Menschenansammlung. „Ich begleite meine Klienten auf ihrem Weg, diese Empfindsamkeit als besondere Gabe anzunehmen und für sich zu nutzen“, erläutert Gundlach.

Allen Ihrer Behandlungen gemein ist der Ansatz der „Klientenzentrierten Begleitung“. Es gibt bei Frau Gundlach keine Ratschläge und Beleh- rungen, sondern Hilfestellung, um selbst eine

Lösung zu finden. Dass ein selbst gefundener Weg besser hilft, als eine diktierter Lösung, versteht sich von selbst. Für diese Gespräche auf Augenhöhe stehen zwei sehr bequeme Ohrensessel bereit. Sportlicher geht es nebenan im Kursraum zu, in dem Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung das Programm erweitern. Denn Körper und Seele gehören zusammen. Auch das Lauftraining bei Frau Gundlach dient sowohl dem seelischen, als auch dem körperlichen Wohlbefinden.



ANZEIGE

## Silke Gundlach

PSYCHOLOGISCHE BERATUNG & KURSANGEBOTE

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

[kontakt@psychologische-praxis-silke-gundlach.de](mailto:kontakt@psychologische-praxis-silke-gundlach.de)  
[www.psychologische-praxis-silke-gundlach.de](http://www.psychologische-praxis-silke-gundlach.de)

### KURSE:

- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Lauftraining

### BERATUNG:

- Burnout
- Hochsensibilität
- Trauerbegleitung



Hier wird  
gehoffen:  
Demenzpartner  
erkennt man am  
Logo, das es in  
verschiedenen  
Ausführungen  
gibt.

## Demenz Partner werden!

*Fast jedem ist das schon passiert – man begegnet auf der Straße oder in einem Geschäft einem älteren Menschen, der sich merkwürdig oder auffällig benimmt... man weiß nicht so recht, wie man dem begegnen soll, fühlt sich unsicher und fürchtet, falsch zu reagieren...*

■ Dabei ist es eigentlich ganz einfach, Menschen mit Demenz zu begegnen und Hilfestellung zu geben – sie brauchen uns – und es kann jeden treffen!

Die Initiative Demenz Partner der Alzheimer Gesellschaft gibt jedem – ob Privatperson, Unternehmen, Institution oder Ladengeschäft die Möglichkeit, sich in einem Basiskurs über grundlegende Dinge zur Demenz zu informieren. Der Basiskurs ist kostenlos und dauert ca. 1,5 – 2 Std. Dort erfährt man etwas über die Erkrankung an sich, welche Einschränkungen Menschen mit Demenz haben, Grundlegendes über den Umgang mit Menschen mit Demenz und darüber, wie und wo diesen Menschen geholfen werden kann.

Im Anschluss an den Basiskurs erhält jeder Teilnehmer das Zertifikat zum Demenz-Partner und hat von da an die Möglichkeit, sich öffentlich als Demenz-Partner auszuweisen, z.B. im Schaufenster, am Auto, an der Eingangstür, so dass Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen wissen, dass sie hier willkommen sind. Es wäre doch schön, wenn hier im Kreis Pinneberg möglichst viele Demenz Partner zu finden wären – wären wir selbst betroffen, würden wir uns über Verständnis und Hilfestellung freuen. Vielleicht fragen Sie einmal im Laden um die Ecke, ob man schon Demenz-Part-

ner ist? Möglicherweise stehen wir selbst eines Tages im Blumenladen um die Ecke und finden uns nicht mehr zurecht...

### Anrufen, Basiskurs buchen und Demenz Partner werden!

Regelmäßige Basiskurse hält z.B. die Heilpraktikerin Elke Krämper (Heilpraxis Elke Krämper in Ellerbek, s.u.), andere Angebote und weitere Informationen finden Sie unter [www.demenz-partner.de](http://www.demenz-partner.de)

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. Krämper 04101 371841



Frisch herausgeputzt: Im erweiterten Geschäft ist jetzt viel mehr Platz zum Stöbern, auch wenn zum Fototermin noch ein paar Lampen fehlen...

## Bücher Spiele und Tickets, nicht nur für Rellingen

■ Vor nun schon über 2 Jahren hat Jan Börms seine Buchhandlung aus der Hamburger Innenstadt nach Rellingen verlegt und Anfang August deutlich vergrößert. „Jetzt haben wir endlich mehr Platz für unser breites Angebot“ freut sich der Inhaber über die hinzugewonnenen drei großen Schaufenster und den Platz dahinter, um seinen „Lesestoff“ zu präsentieren.

Neben der aktuellen Auswahl aus allen Genres, kleinen feinen Buchgeschenken und einer großen Auswahl an Literatur für Kinder und Jugendliche, werden zukünftig auch ausgewählte Geschenkartikel ihren Platz haben.

Natürlich wird darüber hinaus jedes in Deutschland

lieferbare Buch, Schulbuch, Spiel oder Kartenwerk über Nacht beschafft. Bestellen können Sie über die Website nach Hause oder in den Laden, per E-Mail oder telefonisch. Das geht in Amazonien auch nicht schneller, nur das man dort keinen Fachmann um Rat fragen kann.

Das gleiche gilt für Tickets für Veranstaltungen jeder Art, nicht nur für Regionales aus Pinneberg oder Rellingen. Außer Büchern und Tickets gibt es hier auch Spiele und e-Books, Grußkarten und Geschenkgutscheine. Besonderer Beliebtheit erfreuen sich Geburtstagskisten für Kinder und Erwachsene.

Die Redaktion macht es seit zwei Jahren und kann

es nur empfehlen: Der Einkauf bei „Lesestoff“, egal ob Vorbestellen oder stöbern, ist in der freundlichen Atmosphäre immer ein Genuss. Das Auto steht kostenlos direkt vor der Tür oder hinten auf dem Parkplatz, die Auswahl ist immer von hoher Qualität und im Umfang überschaubar.

Wir wünschen Herrn Börms und seinem Team weiterhin viel Erfolg mit seinem Konzept, der Papierschwemme moderner Bücheroutlets und Online-Shops einen kleinen aber feinen Fachhandel entgegen zu setzen.



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



Jan Börms  
Ihr Buchhändler

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

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

**und vieles mehr ...**

# Vererbte Geschichte

*Wie die teilweise traumatische Kindheit unserer Eltern und Großeltern unser Leben bis heute beeinflusst und wie man damit umgehen kann, erklärt Heilpraktikerin Martina Neumann aus Pinneberg.*



■ Wundern Sie sich auch manchmal, warum es Ihnen nicht gelingt „anzukommen“? Um Sie herum schlagen alle Wurzeln und sind glücklich in langfristigen Beziehungen, wechseln selten den Job und fühlen sich am Wohnort so richtig wohl und heimisch, während Sie den Eindruck haben nirgendwo wirklich hinzugehören? Immer dabei, aber nie mittendrin?

„Sie sind damit nicht allein, eine ganze Generation von „Kriegsenkeln“, deren Eltern ca. 1930 – 1945 geboren wurden, kennt solche Phänomene“, erklärt uns Frau Neumann. Die Ursachen liegen oft in der Familiengeschichte des Betroffenen. Zu oft wurden die traumatischen Erlebnisse aus der Kindheit nicht in der Familie aufgearbeitet.

Wenn man so einen schweren Ballast auf der Seele mit sich herumträgt, so überträgt sich dieser häufig auf die eigenen Kinder. Wenn das ganze Familienleben sich um die unaussprechlichen Dinge herumwindet, hat dies Folgen für die Beziehungen aller Familienmitglieder zueinander und wirft einen Schatten auf die Kindheit. Und so haben Kriegsenkel oft das Grauen des Krieges von ihren

Eltern geerbt. Als dunkle Flecken, die unerkannt tief in der Seele schlummern.

„Wenn es gelingt, diese schweren Brocken zu identifizieren und zu bearbeiten, kann der Betroffene damit umgehen, sie quasi „wegstellen“ und zu einem Leben ohne diesen Ballast zurückfinden“, erklärt die Heilpraktikerin den Ansatz ihrer Methode, die neben der klassischen Homöopathie zu den zentralen Tätigkeitsfeldern ihrer Praxis gehört, die sich in Schnelsen befindet.

In der Behandlung schließt sich oft der Kreis zwischen Biografiearbeit und Homöopathie zu einem ganzheitlichen Ansatz, wie die Therapeutin erläutert: „Physis und Psyche sind untrennbar miteinander verknüpft. Dunkle Flecken auf der Seele führen oft auch zu körperlichen Beschwerden. Bei manchem Patienten kommen wir auch über die homöopathische Anamnese der vergrabenen Familiengeschichte erst auf die Spur.“

⊙ Klassische Homöopathie

⊙ Biographiearbeit

für die Generation Kriegsenkel

⊙ AKTUELL:

Homöopathische Notfallapotheke  
Donnerstag 25.10.2018, 19.30 Uhr

*Martina Neumann*

Heilpraktikerin

Burgwedel 7 • 22457 Hamburg-Schnelsen

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

E-Mail: [kontakt@heilpraktik-neumann.de](mailto:kontakt@heilpraktik-neumann.de)

Telefon: 0 41 01 / 80 56 469

# Ein sommerlicher Blumenstrauß für unsere Insekten

*Zwei Favoriten sollten möglichst jeden Garten mit ihren Blüten verzaubern. Leider sind sie nicht heimisch, nicht winterhart, da mediterran, aber allerbesten Nahrungsspender für viele adulte Insekten.*

■ So blüht der Schmetterlingsstrauch (Buddleja) bereits ab Juli. Nach Abschneiden der vergilbenden Blütenstände treibt er immer wieder kleinere neue nach, bis in den Spätherbst hinein. Schon bei einigen Sonnenstrahlen finden sich viele Schmetterlinge ein wie Pfauenauge, Admiral, Zitronen-, Distelfalter, Weißflinge, Taubenschwänzchen und viele andere, aber auch Bienen, Hummeln und Schwebfliegen. Sie alle suchen erfolgreich die Nektarien auf.

Einen solchen intensiven Anflug erleben Georginen (Dahlien) nicht. Am besten gelangen Hummeln zum tiefen Boden der Korbblüte, fühlen sich dort so wohl, dass so manche dort übernachtet. Diese Pflanzen lassen sich gut und preiswert aus der Saat einfach blühender Mignondahlien heranziehen. Die einzelnen Korbblüten verfügen in ihrer Ursprünglichkeit über Staub- und Fruchtblätter sowie Nektardrüsen, sie fehlen bei so vielen Gartenblumen! Ganz besonders Schmetterlinge meiden diese Sterilität.

Schnell wachsen aus keimfreudigen Samen kleine Sprösslinge heran, so dass sie schon wenige Wochen später ab Mitte Mai ins Freiland oder in größere Töpfe gepflanzt werden können.

Ab Anfang Juli beginnt die Blüte. Knipst man die älteren, welkenden Korbblüten ab, so wachsen unermüdlich neue Blütentriebe, bis der erste Nachtfrost ihrem aktiven Leben ein Ende setzt:

häufig erst Mitte November! - In nassen Jahren ist starker Schneckenfraß unübersehbar!

Beide Pflanzenarten lassen sich über krautartige Stecklinge im kleinen Gewächshaus in feuchten Sand gut vermehren, so dass gerade ein zu alt gewordener, besonders dankbar blühender Strauch gut ersetzbar ist. Bei den Dahlien entwickeln sich Wurzelknollen, die im frostfreien Einschlag gut überwintern können. Über ihre ganzheitliche Teilung lassen sie sich ebenfalls vervielfachen. Am besten sollten im Frühling Küchenkräuter (Petersilie, Dill, Schnittlauch, Minze- und Salbei-Arten in größeren

Behältern wachsen und später blühen dürfen, besonders geeignet ist das angelegte Hoch-Beet. Aber auch jetzt noch kann Containerware von irgendeinem Pflanzenmarkt einen guten Einstieg in „mehr Leben im Garten“ gewähren. Dazu kann eingesäte Blumensaat, wie z.B. „essbare Kräuter je nach Witterung noch einen recht schönen Blüherfolg in diesem Jahr bringen.“ So kann noch spät im frostfreien Herbst der Garten mit blühender Ringelblume, Borretsch, Kornblume und vielen weiteren Arten erfreuen – Beste Wünsche „für ein glückliches Händchen“!

*Text und Bilder: Uwe Langrock, NABU Pinneberg*

Viele weitere Gartentipps erscheinen in der nächsten Ausgabe. Weitere Informationen finden Sie unter [www.nabu-pinneberg.de](http://www.nabu-pinneberg.de)





Kleiner Feuerfalter

ANZEIGE

## Dusche statt Wanne - Barrierearmes Bad in einem Tag



Sie erreichen uns unter:

**04101- 672 07**

oder per Mail:

[kontakt@rybin-sanitaertechnik.de](mailto:kontakt@rybin-sanitaertechnik.de)



**Geselle  
gesucht!**  
04101 - 67207



vorher



**Die Pflegekasse bezahlt!**

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

nachher

Rybin Sanitär-Heizung-Klempner GmbH • Ehmschen 33 in 22462 Rellingen • [www.klempner-pinneberg.de](http://www.klempner-pinneberg.de)

# Knusprige Waffeln mit Kürbis



Frau Appel  
empfehl:

Haben Sie auch noch ein Waffleisen im Küchenschrank stehen? Dann ist der Herbst die ideale Zeit, es wieder her zu kriegen und mit wunderbar duftenden heißen Waffeln die Kindheits-erinnerungen zu wecken! Waffeln sind herrlich einfach, schnell gemacht und begeistern alle – probieren Sie es aus!



vegan

## ZUTATEN (für ca. 16 Waffeln)

- 300 g Dinkelmehl
- 150 g Zucker
- 500 ml Hafermilch
- 250 g Pflanzen-Margarine
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 350 g Hokkaido-Kürbis
- Pflanzenöl für das Waffleisen

## ZUBEREITUNG

**1** Die Margarine mit dem Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Anschließend Mehl und Backpulver in einem separaten Gefäß vermengen und dann zur Buttermischung geben.

**2** Die Hafermilch hinzugeben und alles gut verrühren, den Kürbis fein raspeln und roh unter den Teig heben.

**3** Das Waffleisen ein wenig ölen, den Teig portionsweise ins Waffleisen geben und leicht braun backen. Je nach Waffleisen ist die Backzeit unterschiedlich.

**4** Waffeln nach Belieben mit Puderzucker bestreuen oder mit einem Klecks veganer Schlagsahne garnieren und noch warm servieren.

*Der Herbst kann kommen!*

FOTO: FOTAGENTUR HERZBERG

ANZEIGE

## Die Zutaten zum Rezept finden Sie bei uns!



### Keine Zeit zum Einkaufen? Wir liefern auch.

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

Wir ♥ Lebensmittel.

**EDEKA APPEL**  
Waldhof 3 • 25474 Ellerbek

**EDEKA APPEL**  
Krupunder Heide 2a • 25462 Rellingen





**Rehasportverein**  
Rellingen

**Rehasport**

im Verein und

**kostenfrei**

auf ärztliche Verordnung

Hauptstraße 39  
25462 Rellingen

☎ 04101 - 53 240 60  
[www.reha-rellingen.de](http://www.reha-rellingen.de)



**TIMM**

**Malereibetrieb GmbH**  
Beratung · Service · Qualität

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



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

**Büro: +49(0)4101-80 56 8-0**

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



ZAHNARZTPRAXIS  
A. MOUNESI



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

*Wir behandeln nach modernsten Methoden  
in entspannter Atmosphäre.*

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