

**Kostenlos**  
zum Mitnehmen

Frühjahr/Sommer 2014

# Mein Senioren Magazin

Lüneburg und Umgebung

Tipps und Adressen

Kultur & Freizeit

Gesundheit

Ärzte / Apotheken

Zuhause wohnen

Steuerberatung

Rechtsberatung

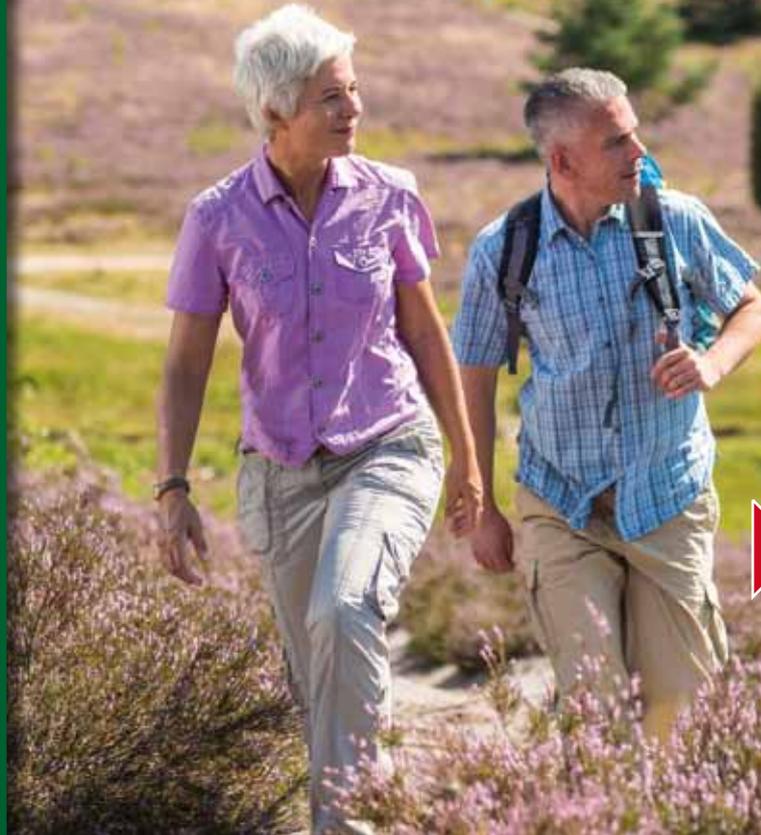
Seniorenberatung

Pflegeheime /-dienste

Ruhestätten

## ► Wandern hält fit

Tanken Sie die Seele auf  
in der Lüneburger Heide



► **Mit tollen  
Gewinn-  
spielen**



## Packen Sie es an und genießen Sie Ihr Leben!

☞ Lassen Sie sich nicht von altersbedingten Hörverlusten die Freude am Leben nehmen! Nutzen Sie die Wissenschaft und holen Sie sich ein Stück Lebensqualität zurück – mit den neuen Hörgeräten von Starkey!

Mit unseren Hörgeräten der neusten Generation können Sie sich rundum sicher und wohl fühlen. Sie sind individuell zu regulieren und so klein, dass Sie sie kaum spüren werden.

**Machen Sie die Probe auf's Exempel!**  
Testen Sie das Hörgerät ganz unverbindlich.

Kostenlose, persönliche Beratung und individuelle Anpassung erhalten Sie bei uns! Vereinbaren Sie am besten gleich einen Termin zum unverbindlichen Gespräch.



Beratungstermine sind auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.



- Hörgeräte für Kinder und Erwachsene
- individuelle Beratung mit höchster Qualität
- maximaler Hörkomfort ohne Störgeräusche
- revolutionäres Voice-iQ-System mit brillantem Klang

## Mein Senioren Magazin

Liebe Leserrinnen, liebe Leser!



Der Winter, der eigentlich kein rechter Winter war, ist vorüber und die Pläne für den Sommer werden geschmiedet. Was haben Sie sich vorgenommen für dieses Jahr, diesen Sommer? Wollen Sie das Gartenhaus neu streichen, gesünder essen oder sich einfach wieder ein bisschen mehr bewegen? Wir haben ein paar wunderschöne Wanderwege und Radtouren für Sie aufgespürt. Wussten Sie, dass man von Lüneburg bis Jesteburg auf 81 km wandern kann? Gut, nicht alles an einem Tag, aber man kann den Weg in Etappen gehen.

Wer sich nicht sicher ist, ob Wandern das Richtige für ihn ist, der sollte unser Interview mit zwei Ärzten der Orthoklinik Lüneburg lesen.

Für die Radfahrer unter Ihnen haben wir Tipps und Infos zum Radeln an der Elbe. Für alle E-Bike-Nutzer gibt es jetzt ein sehr gutes Netzwerk mit Aufladestationen.

Natürlich sollen Sie Ihre Gartenpläne nicht über den Haufen werfen. Packen Sie es an! Wir helfen Ihnen, mit tollen Tipps und Produktinformationen für

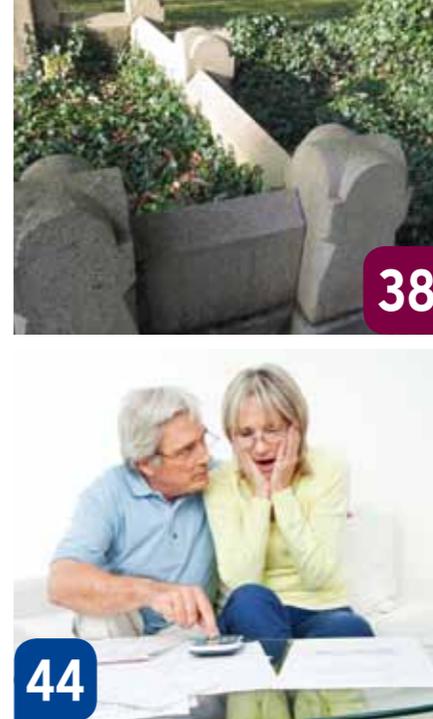
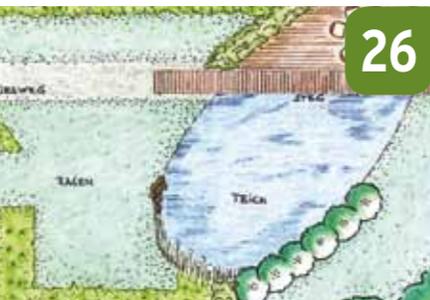
Haus, Hof und Garten. Wir haben einer Landschaftsarchitektin das Geheimnis Ihrer Ideenquelle entlockt und in unseren Produktempfehlungen finden Sie tolle Anregungen.

Aber wir schauen auch hinter die Kulissen. In der vergangenen Ausgabe haben wir über das Projekt „Domspatz“ in Bardowick berichtet. Diesmal haben wir die Bewohner und Eigentümer der ersten Wohnungen befragt, wie es denn nun wirklich aussieht. Hält das Projekt, was es verspricht? Wir haben 3 sehr interessante Antworten bekommen.

Das für mich spannendste Thema allerdings war die Reportage über den Michaelisfriedhof. Gemeinsam mit dem Leiter der Friedhofsverwaltung, Hans-Georg Grzenia, er ist ein wandelndes Geschichtsllexikon, bin ich dort unterwegs gewesen und in die Geschichte Lüneburgs eingetaucht. Die Namen, die wir auf Straßenschildern sehen, hier auf Grabstätten zu lesen und über diese Menschen etwas zu erfahren, ist faszinierend. Diese Geschichten sind es, die dem Schild an der Straße ein Gesicht und Bedeutung verleihen.

Herzlichst,  
Sabine Butenhoff  
Herausgeberin





**Kultur & Freizeit**

- Auf der Spur der Heidjer Kultur ... 6
- > Veranstaltungstipps ..... 7
- Theaterkarten zu gewinnen!**
- Theater Lüneburg und Mein Senioren-Magazin verlost Karten für: „Carmina Burana“ ..... 7
- Heidschnuckenwanderweg macht weiter Furore ..... 10
- > Veranstaltungstipps. .... 10
- Auf zwei Rädern durch die Flusslandschaft Elbe ..... 10
- > Veranstaltungstipps. .... 12

- Preisrätsel:**
- Mitraten und gewinnen ..... 14
- Gesundheit**
- Wandern belebt die Seele ..... 16
- Apotheken- / Ärzte- und Klinikverzeichnis ..... 18

**2 x 2 Theaterkarten zu gewinnen** für „Carmina Burana“ im Großen Haus des Theater Lüneburg

**Wir haben nachgefragt!**

Was sagen die Bewohner zum Projekt „Domspatz“

**Wohn- & Lebensart**

- Unsere Produktempfehlungen:**
- Schönes für den kommenden Sommer entdeckt ..... 24
- Interessantes für Haus und Küche ..... 25
- Die Kunst der Gartengestaltung... 26
- Der Mensch zeigt sich im Garten! . 27
- Architektur im Garten ..... 29
- Der Sommer kommt! Draußen leben und genießen .... 30
- Entdecken Sie sie! Die Liebe zum Detail ..... 32
- Exklusive Möbel für Ihr Haus und den Garten ..... 33

Die Gemeinschaft „Domspatz“ wächst. Wie gefällt den Bewohnern das Projekt? Wir haben nachgefragt .. 34

**Steuerberatung**

Haushaltsnahe Dienstleistungen .. 36

**Ruheplätze**

Gräber bedroht vom Erdbeben. . . 38

**Pflegeeinrichtungen/-dienste**

- Pflegeeinrichtungen/-dienste Adressverzeichnis ..... 40
- Rekonvaleszenzpflege nach einem Krankenhausaufenthalt. .... 41

Unser Titelbild wurde uns zur Verfügung gestellt von der © Lüneburger Heide GmbH.

**Rechtsberatung**

Müssen Kinder für ihre Eltern zahlen? ..... 44

**Service**

Beratung finden Sie hier ..... 46

**Wir stellen vor**

- Das Haus der familiären Gemeinschaft ..... 47
- Impressum ..... 41

**Unser Rätselpreis**

**Ein historischer Roman**

*Die Fälscherin* von Julia Freidank



Auf dem zweiten Kreuzzug erkrankt die junge Blanka am Aus-satz. Die anderen Pilger wollen sie in Jerusalem zum Sterben zurück-lassen, doch Bischof Otto von Friesing gibt sie nicht auf. Geheilt kehrt Blanka nach Bayern zurück, und sie schwört dem mächtigen Kirchenmann ewige Dankbarkeit. Und Otto fordert sie ein: Blanka fälscht in seinem Auftrag wichtige Urkunden. Das bringt sie in Le-bensgefahr, denn von nun an kann sie niemandem mehr trauen. Nicht einmal dem Mann, den sie liebt.

Eine verheerende Fehde, eine große Liebe und ein rasantes Abenteuer um die bis heute rätselhaften Fälschungen.

**Rätseln, raten und gewinnen!**

Gewinnen Sie unterhaltsame Lektüre!

Ausgangspunkt des Wanderweges „Kultur-Findlinge“ ist Jesteburg, im Norden der Lüneburger Heide.

Der Wanderweg führt Sie in südliche Richtung zur Kunststätte Bossard, die mitten im Wald liegt. Die Kunststätte Bossard wurde von 1911 bis 1959 von Johann und Jutta Bossard errichtet. In dem Gesamtkunstwerk vereinen sich Architektur, Bildhauerei, Malerei, Kunstgewerbe und Gartenkunst. Das Wohn- und Ateliershaus im Heimatschutzstil ist bis in das kleinste Detail künstlerisch ausgestattet. Neben dem Wohnhaus ist der 1926 in Backsteinexpressionismus errichtete Kunsttempel zu besichtigen. Auf dem drei Hektar großen Waldgrundstück hat das Künstler Ehepaar eine beeindruckende Gartenlandschaft geschaffen.

Von der Kunststätte Bossard führt Sie der Weg über Dierkshausen nach Hanstedt. In Hanstedt ist vor allem die St. Jakobi Kirche ein Kultur Tipp. Die einschiffige neugotische Backsteinkirche mit Lang- und Querhaus wurde 1881/1882 erbaut und bietet für ca. 600 Personen Platz. Der 36 m hohe Turm hat einen achteckigen Helm mit 4 Ecktürmen. Die Patina des Kupferdaches

**Gesamtlänge:** 88 km

**Streckenführung:** Jesteburg - Hanstedt - Undeloh - Egestorf - Eyendorf - Raven - Soderstorf - Amelinghausen - Betzendorf - Südergellersen - Lüneburg

**Begehbarkeit:** Der Wanderweg ist das ganze Jahr begehbar und verzeichnet nur wenige Höhenmeter.

**Detailliertes Kartenmaterial** als PDF sowie GPS-Daten zur Tour können Sie unter [www.lueneburger-heide.de](http://www.lueneburger-heide.de) herunterladen.

## Auf der Spur der Heidjer-Kultur

*Seit mehr als über 5000 Jahren siedeln Menschen im Gebiet des heutigen Naturparks Lüneburger Heide. Sie erbauten Häuser und Ställe, Kirchen und Grabstätten aus Materialien, die sie in der Heidelandschaft vorfanden. Der Wanderweg „Kultur-Findlinge“ lädt Sie ein, den Spuren der Heidjer-Kultur zu folgen.*

ist schon von weitem sichtbar. Besonders sehenswert ist das von dem Heide-Bildhauer Max Schigulla im Jahre 1989 geschaffene Holzrelief. Es zeigt die Taufe Jesu umgeben von sieben Szenen aus dem Leben Jesu.

Von Hanstedt führt Sie der Weg durch das „Schmale Aue-Tal“ in den kleinen, am Naturschutzgebiet gelegenen Heideort Undeloh. In Undeloh ist vor allem das im Jahre 2009 eröffnete Heide-Erlebniszentrum ein wahrer Geheimtipp für Naturliebhaber. Im Heide-Erlebniszentrum wird Ihnen mit modernen Medien die Entstehung der Kulturlandschaft Heide in Zeitabschnitten vorgestellt. So erleben Sie in einer Eisgrotte die Entstehung der Landschaft während der Eiszeiten. Aber auch die typischen Lebensräume der Heide wie Fließgewässer, Moore und natürlich auch die Heideflächen werden Ihnen mit ihren

Pflanzen und Tieren auf anschauliche Weise vorgestellt.

Dann geht es durch das Radenbachtal in Richtung Egestorf. Hier treffen Sie auf Jahrhunderte alte Fachwerkhäuser mit reetgedeckten Häusern und Ställen. Inmitten des Ortes Egestorf, umgeben von malerischen Lindbäumen, liegt die aus dem Jahr 1645 erbaute Fachwerkkirche St. Stephanus. Die Kirche hat einen abseits stehenden hölzernen Glockenturm, was an nordische Stabkirchen erinnert.

In Eyendorf ist die heute noch betriebene Erd-Holländerwindmühle eine Wanderpause wert. Im Gegensatz zu der deutschen Bockwindmühle, bei der das ganze Haus drehbar auf einem Zapfen ruht, wird bei der Holländerwindmühle nur die Haube in den Wind gedreht.

Auf dem Weg von Eyendorf nach Raven stoßen Sie auf ein beeindruckendes Großsteingrab unserer Vorfahren.

Mächtige Findlinge bilden hier eine Grabkammer, die im Laufe der Jahrhunderte mehrfach benutzt wurden. Ensembles mehrerer Großsteingräber begegnen Ihnen entlang des Weges noch in der Nekropole Soderstorf und in der Oldendorfer Totenstatt. Sie zählen zu den faszinierenden Zeugnissen der Frühgeschichte im Naturpark Lüneburger Heide. Die Ihnen entlang des Weges kreuzenden Großsteingräber sind bis zu 80 Meter lang und weisen mehrere Eingänge auf.

In dem kleinen Ort Raven fällt vor allem die St. Martin-Kirche ins Auge. Die gotische Backsteinkirche liegt malerisch auf einem Hügel der Hohen Geest. Sie wurde etwa 1400-1425 über den Mauern der alten Feldsteinkirche errichtet. Ein Turm wurde um 1600 angesetzt. In den Jahren 1988-1990 musste die Kirche grundlegend restauriert werden und bekam völlig neue Fundamente. Von Raven verläuft der Weg durch schattige Wälder und entlang von Feldern über das Großsteingrab der Nekropole Soderstorf in die Oldendorfer Totenstatt.

Die Oldendorfer Totenstatt ist ein weiteres Steingrab mit insgesamt sechs Grabhügeln und Megalithanlagen. Im archäologischen Museum „Schemmes Hus“ werden Ihnen einmalige Funde aus dem Bereich der Archäologie geboten und in einer Ausstellung bekommen Sie anhand eindrucksvoller Grabfunde

Informationen über die Einwanderung der ersten Ackerbauern und die Errichtung ihrer Grabanlagen im Luhetal.

Weiter nach Amelinghausen, das durch sein Heideblütenfest landesweit bekannt ist. Am Abend ist vor allem der Lopausee ein idyllischer Ort um den Tag ausklingen zu lassen.

In Betzendorf liegt zwischen alten Eichen, auf einer Anhöhe, die zum Teil uralte Kirche St. Peter und Paul. Der alte Wehrturm der Kirche wurde möglicherweise nach dem Friedensschluss Karls des Großen mit den slawischen Wenden 812 errichtet. Es kann aber auch sein dass der Turm erst im Zusammenhang mit dem Bau der ersten Steinkirche nach 1341 als Fluchtturm gestaltet und mit Schießscharten versehen worden ist, nachdem das Kloster Lüne in Lüneburg das Patronat über die Kirche erhalten hatte.

Höhepunkt des Wanderweges „Kultur-Findlinge“ ist die 1000-jährige Salz- und Hansestadt Lüneburg. Die unvergleichliche Atmosphäre Lüneburgs mit ihren gotischen Backsteinfassaden zieht Urlauber im wahrsten Sinne des Wortes magisch an. Das 1172 gegründete Kloster Lüne gehört zu den sechs bekannten Heideklöstern. Nach zwei Bränden entstanden 1372 die bis heute erhaltenen mittelalterlichen Gebäude. Erwähnenswert ist die Brunnenhalle mit dem Handsteinbrunnen.

Quelle: Bild und Text von Lüneburger Heide GmbH

Schuhtechnik | Sanitätshaus  
**FUTH**  
AM KLINIKUM

Die  
Adresse,  
wenn  
es um  
Ihre  
Füße  
geht!

Auf der Höhe 10 · LG  
☎ (04131) 789 98 48

# Bucht!pp



## Mein Körper ist so unsozial

von Ilse Gräfin  
von Bredow

Ilse Gräfin von Bredow widmet sich erneut dem Abenteuer Alter. Mit über neunzig Jahren ist sie eine

echte Expertin und lässt uns mal lustig, mal eher bitter, aber immer amüsant zu lesen, an ihren Einsichten und Erfahrungen teilhaben.

Klare Worte sind die beste Medizin. Der griesgrämig gewordene Körper beschert den Hochbetagten täglich neue Probleme. Da heißt es flexibel bleiben, wie Ilse Gräfin von Bredow in ihren neuen Geschichten zeigt. Tatkräftige Hilfe ist von Familie und Freunden nicht immer zu erwarten, und so entsteht eine Sehnsucht, die Jüngere vielleicht verblüfft: der Wunsch nach einem Roboter, der einem in jeder Lebenslage zur Seite steht.

„Mein Körper ist so unsozial“  
von Ilse Gräfin von Bredow  
S. Fischer Verlag  
ISBN: 978-3-651-00062-9  
188 Seiten, Preis 14,95 €

Mit freundlicher Unterstützung von:



**Lünebuch.de**  
Buchhandlung am Markt

## Veranstaltungst!pps

### „In die weite Welt hinaus – das Unbekannte lockt“

Wundersame Märchen und ungewöhnliche Musik – hier dreht sich alles um Märchenhelden, die sich auf Wanderschaft begeben. Katja Breitling und Tanja Minter-Stoye laden die Zuhörer ein, im Geiste mitzuwandern von Irland über Norwegen bis nach Tibet und Indien. Wie es sich für anständige Wanderleut' gehört, begleitet uns bei dieser abenteuerlichen Märchenwanderung auch ein echter Spielmann. Thorsten Stoye, der neben der Schlüsselfiedel und dem Hümmelchen-Dudelsack viele weitere, eher unbekannt Instrumente beherrscht, bietet die passende Musik für abendliche Wanderlust. Und was wäre eine echte Wanderung ohne Brotzeit? In der Pause erwartet Sie ein leckerer Imbiss.

**Termin** 10.03.2014  
**Uhrzeit** 20.00 Uhr (Einlass ab 19.00 Uhr)  
**Ort** Wasserturm, Lüneburg  
**Eintritt** 8,50 € im Vorverkauf, Reservierung telefonisch oder per E-Mail, Abendkasse Trägerverein Wasserturm Lüneburg e.V. Tel. 04131/789 59 19 info@wasserturm.net

### „Turbulenzen – Literarisch – musikalischer Abend“

Humorvolle sowie nachdenkliche Texte und Lieder mit Duo Wortklang Helmut Marquardt und Claus Rüdiger Ullrich präsentieren ein abwechslungsreiches Programm und garantieren so einen kurzweiligen literarischen und musikalischen Abend. Während Helmut Marquardt seine heiteren, aus eigener Feder verfassten, Gedichte liest, sorgt Claus Rüdiger Ullrich mit bekannten und einfühlsamen Liedern für den musikalischen Rahmen.

**Termin** 13.03.2014  
**Uhrzeit** 19.30 Uhr (Einlass ab 19.00 Uhr)  
**Ort** Wasserturm, Lüneburg  
**Eintritt** 8,50 € im Vorverkauf, Reservierung telefonisch oder per E-Mail, Abendkasse Trägerverein Wasserturm Lüneburg e.V. Tel. 04131/789 59 19 info@wasserturm.net

### Benefizkonzert in der St. Stephanus-Gemeinde

Das Stadtorchester Lüneburg beteiligt sich in diesem Jahr an den Veranstaltungen zur Fastenzeit der St. Stephanus-Gemeinde mit einem Benefizkonzert. Schon seit mehreren Jahren organisiert die Kirchengemeinde während der Fastenzeit eine Reihe von Veranstaltungen, deren Erlös in die Entwicklungshilfe geht. Diesmal sollen Projekte zur Ausbildung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Ruanda und Peru gefördert werden. Im Rahmen des Benefizkonzertes werden neben Melodien aus dem Musical „König der Löwen“ auch moderne Pop-Arrangements von Michael Jackson zu hören sein. Klassische Titel wie der „Kaiserwalzer“ und Big-Band-Sound mit Melodien von Glenn Miller runden das Programm ab.

**Termin** 22.3.2014  
**Uhrzeit** 19.00 Uhr  
**Ort** Foyer der St. Stephanus-Gemeinde, St. Stephanus-Passage 1, Lüneburg

### Jazz-Konzert

Schirin Al-Mousa – Vocals, Oliver Sonntag – Drums, Sönke Düwer – Electronics  
Das Ensemble du Verre verbindet auf innovative und gekonnte Weise Jazz und Elektronik, gebrochene Beats und kontemplative Ansätze. Zusammen mit der klassisch ausgebildeten Jazzvokalistin Schirin Al-Mousa und dem Schlagzeuger Oliver Sonntag präsentiert der Hamburger Multiinstrumentalist und kreative Kopf des Ensembles, Sönke Düwer, nun sein neues Album „The Light Gets In“ und improvisiert dabei live zu Al-Mousas betörend warmem Gesang und Sonntags Jazz-beeinflussten Rhythmen mit den verschiedenen programmierten Elementen.

**Termin** 27.03.2014  
**Uhrzeit** 21:00 Uhr  
**Ort** Salon Hansen, Salzstr. 1, Lüneburg

### Krimilesung mit Musik

Trilogie des Mordens, von Ulrich Gaertner und Claus Rüdiger Ullrich  
Die spannende, fiktionale Geschichte enthält eine Rahmenhandlung, in der der Ermittler der Polizeinspektion Lüneburg, Kriminalhauptkommissar Bernhard Kluge, mit dem Oberhaupt einer weltweiten



© Andreas Tamme / i&w

**Vorstellungen „Kaspar Hauser“:**  
12.03. (20 Uhr)  
21.03. (20 Uhr)  
26.04. (20 Uhr)  
29.04. (20 Uhr)  
01.05. (20 Uhr)

## Kaspar Hauser

Parallel zur Historie gesicherter Fakten rund um die geheimnisvolle Figur begibt sich Lüneburgs neuer Ballettdirektor Olaf Schmidt in seinem Tanzstück auf die Suche nach dem Menschen Kaspar Hauser - und wird dafür von Publikum und Presse gleichermaßen gefeiert. Für Interessierte bietet das Theater Lüneburg jeweils 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn eine Einführung an.

## 2 x 2 Karten zu gewinnen!

# Carmina Burana



© Dan Härmel

Ab 8. März zeigt das Theater Lüneburg „Carmina Burana“ von Carl Orff als ein groß angelegtes Gemeinschaftsprojekt. Neben Solisten, Chören und Lünebur-

ger Symphonikern wirkt auch das Ballett des Theaters mit. Für Inszenierung und Choreographie zeichnen Intendant Hajo Fouquet und Ballettdirektor Olaf Schmidt verantwortlich. Unterstützung erhält das Theaterensemble durch Mitglieder der beiden großen Lüneburger Kantoreien, St. Johannis und St. Michaelis. Es wird also viel geboten auf der Bühne im Großen Haus, wenn unter anderem der berühmte, stimmungswalrige Anruf der Schicksalsgöttin „O Fortuna“ erklingt.

### Vorstellungen „Carmina Burana“:

Premiere am 08.03. (20 Uhr)  
13.03. (20 Uhr) 25.03. (20 Uhr)  
29.03. (20 Uhr) 04.05. (19 Uhr)  
09.05. (20 Uhr) 14.05. (20 Uhr)  
18.05. (19 Uhr) 25.05. (19 Uhr)  
06.06. (20 Uhr) 11.06. (20 Uhr)

### Kartenvorverkauf:

telefonisch unter Tel. 0 41 31 / 42 10 0, unter [www.theater-lueneburg.de](http://www.theater-lueneburg.de) sowie direkt an der Theaterkasse An den Reeperbahnen 3, Lüneburg

### Öffnungszeiten:

Mo: 10 – 13 Uhr,  
Di – Sa: 10 – 13 Uhr und 17 – 19 Uhr

Carmina Burana  
Carmina Burana

**Mein Senioren-Magazin und das Theater Lüneburg verlosen 2 x 2 Karten für „Carmina Burana“ am 14.05.2014 um 20.00 Uhr.**

**Unsere Preisfrage lautet:**  
Wie heißt die Schicksalsgöttin?

**Einsendeschluss ist der 07.05.2014**

Die Gewinner werden unter allen Zuschriften ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Vergessen Sie also nicht Ihren Namen und Adresse! Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

**Zuschriften an:** Mein Senioren Magazin, Auf der Hude 87, 21339 Lüneburg oder per E-Mail an: [redaktion@mein-senioren-magazin.de](mailto:redaktion@mein-senioren-magazin.de)

Mein  
**Senioren**  
Magazin

**THEATER**  
LÜNEBURG



## Wanderweg macht weiter Furore

Der Heidschnuckenweg spielt weiter in der ersten Liga der beliebtesten deutschen Wanderwege. Nachdem der Qualitätswanderweg im vergangenen Jahr bei der Wahl zu „Deutschlands schönsten Wanderwegen“ einen hervorragenden dritten Platz belegt hatte, freuen sich die Landkreise Harburg, Celle, der Heidekreis und die Stadt Celle über die erneute Nominierung.

Als eine von zehn Wander-Touren in ganz Deutschland stellt sich mit der fünfzehn Kilometer langen Strecke Buchholz-Handeloh einer der reizvollsten Abschnitte des Heidschnuckenwegs der Publikumswahl.

Sie führt den Wanderer von der Hölle in den Himmel. Die Hölle in der Lüneburger Heide? Von Buchholz aus ist es tatsächlich nicht weit bis in die Hölle. Ein Stück an der Heidebahn entlang, vorbei am Bahnhof Suerhop und schon verschwindet der Heidschnuckenweg als Pfad im lockeren Mischwald. Nach einer Kuppe geht es über eine steile Sandböschung hinab in ein tief eingeschnittenes Trockental: die Höllenschlucht. Ein imposanter Name für das schmale, dunkle Tal, dessen steil abfallende Ränder kaum 10 Meter

hoch sind. Wenn dieses Tal die Hölle ist, dann muss der nahe Brunsberg der Himmel sein. Aus allen Himmelsrichtungen laufen die Wege sternförmig auf die 129 Meter hohe Erhebung zu. Das kleine Naturschutzgebiet, die nördlichste Heidefläche in der Nordheide, ist überschaubar: blühende Heide, vereinzelt Kiefern und weiße Jungbirken. Im Südosten ragt der 40 Meter höhere Wilseder Berg über den Wald. Auf sandigen Wegen geht es vorbei an ersten Birken und kleinen Findlingen den Brunsberg hinab. Im Wald herrscht Ruhe, der Tritt ist weich. Schmale Pfade führen hinauf auf den Pferdekopf, der sich wie ein Kegel am nördlichen Rand des Büsenbachtals erhebt. Unter dem kleinen Holzsteg gluckert der kaum der Quelle entsprungene glasklare Büsenbach in seinem schmalen Bett. Vom hoch gelegenen Rastplatz am südlichen Rand der Heidefläche kann nun das gesamte Heidetal überblickt werden. Wenn das keine Stimme wert ist?.

Quelle: Pressestelle Landkreis Harburg ■

Weitere Informationen unter:  
[www.heidschnuckenweg.de](http://www.heidschnuckenweg.de) · [www.toptrails.de](http://www.toptrails.de).

## Veranstaltungst!pps

Sekte aneinander gerät. Die Leiche eines Zugreisenden im ICE 403 von Hamburg nach Frankfurt/Main bringt den Ermittler auf dessen Spur. Auch bei diesem Roman recherchierte der Autor Ulrich Gaertner punktgenau. Das hat der Autor aus seinem früheren Beruf als Kriminalbeamter bei der Kriminalpolizei Lüneburg und Leiter des Fachkommissariats für Kapitalverbrechen sowie Leiter von diversen Mordkommissionen mit in seinen Ruhestand genommen. „Trilogie des Mordens“ ist ein etwas anderer Krimi, der auf echter Polizeiarbeit basiert.

**Termin** 28.03.2014  
**Uhrzeit** 19.00 Uhr (Einlass ab 18.00 Uhr)  
**Ort** Wasserturm, Lüneburg  
**Eintritt** 8,50 € im Vorverkauf, Reservierung telefonisch oder per E-Mail, Abendkasse  
**Info** Trägerverein Wasserturm Lüneburg e.V.  
Tel. 04131/789 59 19  
info@wasserturm.net

### Ralf Schmitz: Schmitzpiepe

Mit seinem neuen und vierten Programm „Schmitzpiepe“ steht er bereits in den Startlöchern und lässt den Turbo schon einmal warm laufen. Denn ist er einmal losgelassen, gibt es kein Halten mehr. Und er kriegt sie alle: bis in die letzte Reihe! Ralf Schmitz – bekannt für sein schlagfertiges Improvisationstalent, seine rasante Performance und die Fähigkeit, das Publikum derart mit sich zu reißen, dass die Halle bebzt – will es diesmal wirklich wissen und stellt endlich die wichtigen Fragen des Lebens:

Wie kann man sich selber ins Wort fallen und dabei auch noch immer Recht haben? Wie würde es aussehen, wenn wir durch unsere eigene Zeugungsgeschichte zappen könnten? Und wollen wir das überhaupt? Wie kommt es zu einem überraschenden Konzert im Wartezimmer? Veranstalter: Koopmann Concerts & Promotion GmbH · [www.schmitz.tv](http://www.schmitz.tv)

**Termin** 28.03.2014  
**Uhrzeit** Einlass: 19:00 Uhr, Beginn: 20:00 Uhr  
**Ort** VAMOS! Kulturhalle  
**Karten** VK inkl. Gebühr: 28,70 / AK: 30,00  
**Info** Scharnhorststraße 1, Lüneburg  
Tel. 04131 / 743 63 51

### Tanzworkshops für Jedermann

Die folgenden fünf Termine veranstaltet die Tanzsportabteilung des VfL statt. Gäste und Neueinsteiger sind herzlich Willkommen!

**Ort** Tanzcasino Lüneburg,  
Horst-Nickel-Straße, 21337 Lüneburg  
**Info** [www.casino-lueneburg.de](http://www.casino-lueneburg.de)  
Tel. 0 41 31 -2 46 16 59

Wiener Walzer für Tänzer mit Grundkenntnissen  
**Termin** 29.03.2014 von 14.00 –16.00 Uhr

Tanzkurs für Anfänger. Für alle geeignet, die sich zum ersten Mal zusammen auf dem Parkett bewegen oder längst Vergessenes wieder auffrischen möchten. Es sollen die Grundlagen von Blues, Discofox, Walzer, ChaCha, Foxtrott, Jive und Rumba gelernt werden und es gibt viele Tipps und Tricks für das Tanzen zu zweit.

**Termin** 30.03.2014 von 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

Swing Einsteiger „Lindy Hop“. Zum Swingtanzen auszugehen bedeutet sich den Staub des Tages von der Seele zu klopfen, sich von der Musik mitreißen zu lassen! Die Workshops bieten den Einstieg in die Welt des Swing. Es werden verschiedene Möglichkeiten im Swing (Lindy Hop und Charleston) unterrichtet, Techniken des Führens und Folgens sowie ein Gefühl für den Grundrhythmus vermittelt.

**Termin** 05.04.2014 von 14.00 Uhr – 17.00 Uhr

Tanz in den Mai. Der Ball im Casino für ganz Lüneburg! Offen für alle, wir freuen uns auf Sie!

**Termin** 30.04.2014 ab 20.30 Uhr

Schnupperworkshop. Walzer, Foxtrott, Discofox. Alles was man für eine Hochzeit oder einen Ball braucht. Dieser Workshop ist auch für Paare geeignet, die nur einmal schnuppern wollen, ob Tanzen etwas für sie ist.

**Termin** 21.06.2014 von 15.00 Uhr – 18.00 Uhr  
22.06.2014 von 13.00 Uhr – 16.00 Uhr

### Kräuterwanderungen

Lernen Sie die heimischen Wild- und Heilkräuter wie Gundermann, Nelkenwurz und Co. zu bestimmen und erfahren viel über ihre Heilkräfte in Medizin und Volksheilkunde. Sie bekommen Tipps für die Hausapotheke und Küche, dazu Wirkungen und Anwen-

## Auf zwei Rädern durch die Flusslandschaft Elbe



Wer sich auf das Fahrrad oder das E-Bike schwingt, dem begegnen Seeadler, Störche und Schafe, die in diese einmalige Flusslandschaft gehören.

Zwischen Hamburg und Hitzacker liegt diese reizvolle Ausflugsregion. Die Radfahrer radeln durch Marschhufendörfer, queren die Elbe mit Fähren und erkunden die abwechslungsreiche Landschaft mit Stopps an Museen und Kirchen. Natur und Technik stehen im Vordergrund, wenn durch das Deichvorland nach Scharnebeck zu einem der größten Schiffshebewerke Europas geradelt wird, oder um in Bleckede das „Biosphaerium Elbtalau“ zu besichtigen.

Ideal für viele Touren ist ein E-Bike, da hat man den Wind immer im Rücken. In Deutschlands erstem E-Bike-



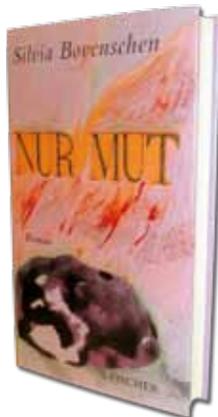
Verleih-Netzwerk kann man zu einem Tagespreis von 25 Euro ein E-Bike mieten. Verbrauchte Akkus können an speziell gekennzeichneten Aufladestationen kostenlos aufgeladen werden. Und wer die Winsener Elbmarsch erobern möchte, nutzt zwischen Mai und Oktober den kostenlosen Fahrradbus „ELB-SHUTTLE“, der auf einer Ringtour quer durch die Elbmarsch fährt.

Mehr Informationen gibt es unter  
[www.erlebnis-elbe.de](http://www.erlebnis-elbe.de)

# Bucht!pp

Nur Mut

von Silvia Bovenschen



Eine wei-  
ße Villa.

Vier alte Frauen erwarten Herrenbesuch. Im Laufe des Nachmittags geschehen zahlreiche Merkwürdigkeiten, auch die Damen werden von Stunde zu Stunde witziger, irrwitziger und bösser. Sie nehmen kein Blatt mehr vor den Mund. Sie kennen kein Gesetz mehr. Alles endet in einem furiosen Zerstörungsballett. Und dann erscheinen noch überraschend seltsame späte Gäste.

Silvia Bovenschen erzählt in diesem Roman auf unerhörte Weise von letzten Freiheiten, rasendem Zorn und dem Gelächter der Alten. Philosophie und Oper, Orgie und Edgar Wallace vereint sie zu einer grimmigen Komödie.

„Nur mut“  
von Silvia Bovenschen  
S. Fischer Verlag  
ISBN: 978-3-10-003523-3  
160 Seiten, Preis 16,99 €

Mit freundlicher Unterstützung von:



**Lünebuch.de**  
Buchhandlung am Markt

## Veranstaltungst!pps

dungsmöglichkeiten für Körper, Geist und Seele.

**Kosten** Erwachsene 7,00 €, Kinder kostenfrei

**Uhrzeit** 16:00 Uhr – 17.30 Uhr

**Info** www.kraeuterfrau-heiketeismann.de

Wanderungen in Amelinghausen:

**Termin** ab 11.04.2014 jeden Freitag

**Ort** Café Seestübchen, Lopausee

Wanderungen in Lüneburg:

**Termin** ab 20.04.2014 jeden ersten und dritten Sonntag des Monats

**Uhrzeit** 16:00 Uhr – 17.30 Uhr

**Ort** Rote Schleuse, Forsthaus

### Richard Clayderman & Freunde: Romantique Tour 2014

Bekannte und erfolgreiche Lieder treffen auf unterhaltsame und stimmungsvolle Melodien, die um die Welt gingen. Klaviervirtuose Richard Clayderman, Tenor Volker Bengl und Trompeter und Sänger Andras de Laszlo bilden ein noch nie da gewesenes Traum-Trio. Die einmalige und unverwechselbare Formation wird begleitet durch ein erstklassiges Streicher Trio mit Cello, Bratsche und Violine. Die drei Vollblutmusiker sind Profis in Sachen Live-Begleitung und untermalen die Melodien des Hauptprotagonisten perfekt!

www.clayderman.co.uk

www.facebook.com/RichardClaydermanOfficial

Veranstalter: Campus Lüneburg e.V.

**Termin** 23.04.2014

**Uhrzeit** 19:30 Uhr

**Ort** Vamos! Kulturhalle  
Scharnhorststraße 1, Lüneburg

### Queenz of Piano - „TastaTour“

Zwei preisgekrönte Pianistinnen und zwei Konzertflügel – mehr braucht es nicht für anspruchsvolle Unterhaltung. Mit sprühendem Witz und einem Hang zur Selbstironie schaffen sie ein Klavierkonzert, das begeistert. Ob im Sitzen, Stehen oder bäuchlings auf dem Flügel liegend, stets treffen sie den richtigen Ton und interpretieren das Klavierspiel grenzenlos. Charmant verpackt, kreativ inszeniert und amüsant dargeboten zeigen sie Unterhaltung und anspruchs-



### Aqua-Fit 50+

45 Minuten Wohlgefühl durch schonende muskelkräftigende Übungen im 32°C warmen Wasser

**Termin** Dienstag von 17.00 bis 17:45 Uhr

Freitag von 14.00 bis 14:45 Uhr

### Seniorentreff 60 up

Schwimmen, Klönen und Wassergymnastik - beliebter Treffpunkt für Männer und Frauen ab 60 Jahre.

**Termin** montags, mittwochs und donnerstags

### Wassergymnastik für Senioren im Sole-Bewegungsbad

**Termin** je 1 Stunde Dienstag, 16.00 Uhr  
Donnerstags, 9.00 / 10.00 / 11.00 Uhr

volle Musik, bieten die perfekte Kombination aus weiblichem Charme, mitreißendem Entertainment und musikalischem Können.

**Termin** 04.04.2014

**Uhrzeit** 20.00 Uhr

**Ort** Stadthaus Bergen

**Karten** 18 € Vorverkauf, Ticketshop der Celleschen Zeitung, Tel. 051 41 - 99 01 49  
20 € Abendkasse

**Info** www.queenz-of-piano.de

### Ort: Amelinghausen Jazz im Turm

Vier Jazzgrößen der norddeutschen Szene aus verschiedenen bekannten Bands, zusammen spielen sie Combo-Swing à la Benny Goodman, Count Basie und Duke Ellington in eigenem Gewande sowie ein vielseitiges Repertoire aus den Bereichen Blues, New Orleans-Jazz, Dixieland, Musical und Titel aus dem modernem Jazzbereich.

**Termin** 04.05.2014

**Uhrzeit** 10.30 Uhr Führung durch den Wasserturm, Konzert ab 11.30 Uhr

**Ort** Wasserturm Lüneburg

**Eintritt** 8,50 € inkl. Führung

**Info** Tel. 0 41 31 - 7 89 59 19

www.wasserturm.net

### Kaffeeklatsch

Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen zum offenen Kaffeetrinken und Spieletreff.

**Termine** jeder 1. Donnerstag im Monat

**Uhrzeit** 14.30 – 17.00 Uhr

**Ort** Seniorenservicebüro REGION Lüneburg,  
Heiligengeiststraße 29 a, Lüneburg

**Info** Tel. 0 41 31 / 309 - 38 11

### Bingo

Das beliebte Gemeinschaftsspiel findet in Zusammenarbeit mit Herrn Paul Gerski vom Sozialverband Deutschland statt.

**Termine** jeden Mittwoch

**Uhrzeit** 14.00 – 18.00 Uhr

**Ort** Seniorenservicebüro REGION Lüneburg

**Info** Karin Schoop Tel. 0 41 31 / 309 - 38 11  
Paul Gerski, Tel. 0 41 31 - 220 78 18

### Handarbeiten und Klönschnack

Zeit für gemeinsame Handarbeiten und gemütlichen Klönschnack. Jeder macht das, was er mag, von A wie Aufnähen bis Z wie Ziersticken.

**Termin** jeden Montag

**Uhrzeit** 14.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Seniorenservicebüro REGION Lüneburg

**Info** Karin Schoop, Tel. 0 41 31 - 309 - 38 11

### Kaffee, Kuchen und Buch

Bei einem Kaffee oder Tee und einem Stück Kuchen gemütlich über Bücher und vieles mehr schnacken. Alle interessierten Damen und Herren sind von der Bücherei Reppenstedt herzlich hierzu eingeladen.

**Termine** 13.05. / 10.06 / 08.07 / 09.09 / 14.10.

**Uhrzeit** jeweils ab 15.00 Uhr

**Ort** Bücherei Reppenstedt,  
Dachtmisser Straße 1

**Info** Tel. 0 41 31 - 67 27 18

### Das Lüneburger Jahr der Giebel

Schneckengiebel, Treppengiebel und Dreiecksgiebel. Um dieses prägende Lüneburger Symbol zu würdigen, feiert Lüneburg zum ersten Mal das Jahr der Giebel. Zum Stadtfest beginnt das Giebeljahr mit einer Ausstellung der fertigen Skulpturen. Viele Aktionen werden das Giebeljahr ausschmücken, so zum Beispiel Giebel-Wettspiele während der Sülfmeisterstage und nicht zu vergessen die Aktion zur Adventszeit „Giebel erstrahlen im Licht“. Jeder kann einen Giebel kaufen und künstlerisch gestalten, verschiedene Größen der Giebel verkauft die Lüneburg Marketing GmbH.

**Info** 0 41 31 - 2 07 66 14

### Lüneburger Stadtfest

**Termin** 20. bis 22.06.2014

### Kutschfahrten um Amelinghausen

Genießen Sie die Landschaft der Urlaubsregion Amelinghausen bei einer zweistündigen Kutschfahrt.

**Termin** 17.07.2014

**Uhrzeit** 14.00 – 16.00 Uhr

**Ort** Tourist-Information Amelinghausen

**Kosten** Erw. 14,00 €, Kinder (3 – 12 Jahre) 7 €

**Info** Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen  
Anmeldung unter: Tel. 0 41 32 / 92 09 43  
oder tourist-info@amelinghausen.de

### „Der See brennt“

#### Heideblütenfest Amelinghausen

Ob die fabenfrohe Wasserorgel, eine Lasershow, oder die bunten und einzigartigen Bilder auf dem Wasser, untermalt von klassischer und moderner Musik. An diesem Abend sind Begeisterung und staunende Blicke garantiert. Das funkelnde Höhen-Brilliant-Feuerwerk, das sich auf der glänzenden Wasseroberfläche widerspiegelt ist der Abschluss dieses Abends und der Start für das Heideblütenfest. Eine Woche lang wird gefeiert, ein buntes Rahmenprogramm mit Festzügen wird geboten.

**Termin** 16.08.2014

**Uhrzeit** 20.00 Uhr



## Herzlich willkommen am Drehort von „Rote Rosen“

Wir verwöhnen Sie mit:

- hausgemachten Torten und Kuchen
- italienischer Eisvielfalt
- Kaffee- und Teespezialitäten

Wir bieten Ihnen gerne den passenden festlichen Rahmen für Ihre Feier in gemütlichem Ambiente.

- bis zu 100 Personen
- im Saal oder auf der Terrasse
- Kalt-Warmes-Buffet, Mehr-Gänge-Menü oder ein rustikales Wildschweinspanferkel – ganz nach Ihren Wünschen



Öffnungszeiten: Do. – So. und an Feiertagen  
14.00 – 18.00 Uhr (und nach Vereinbarung)

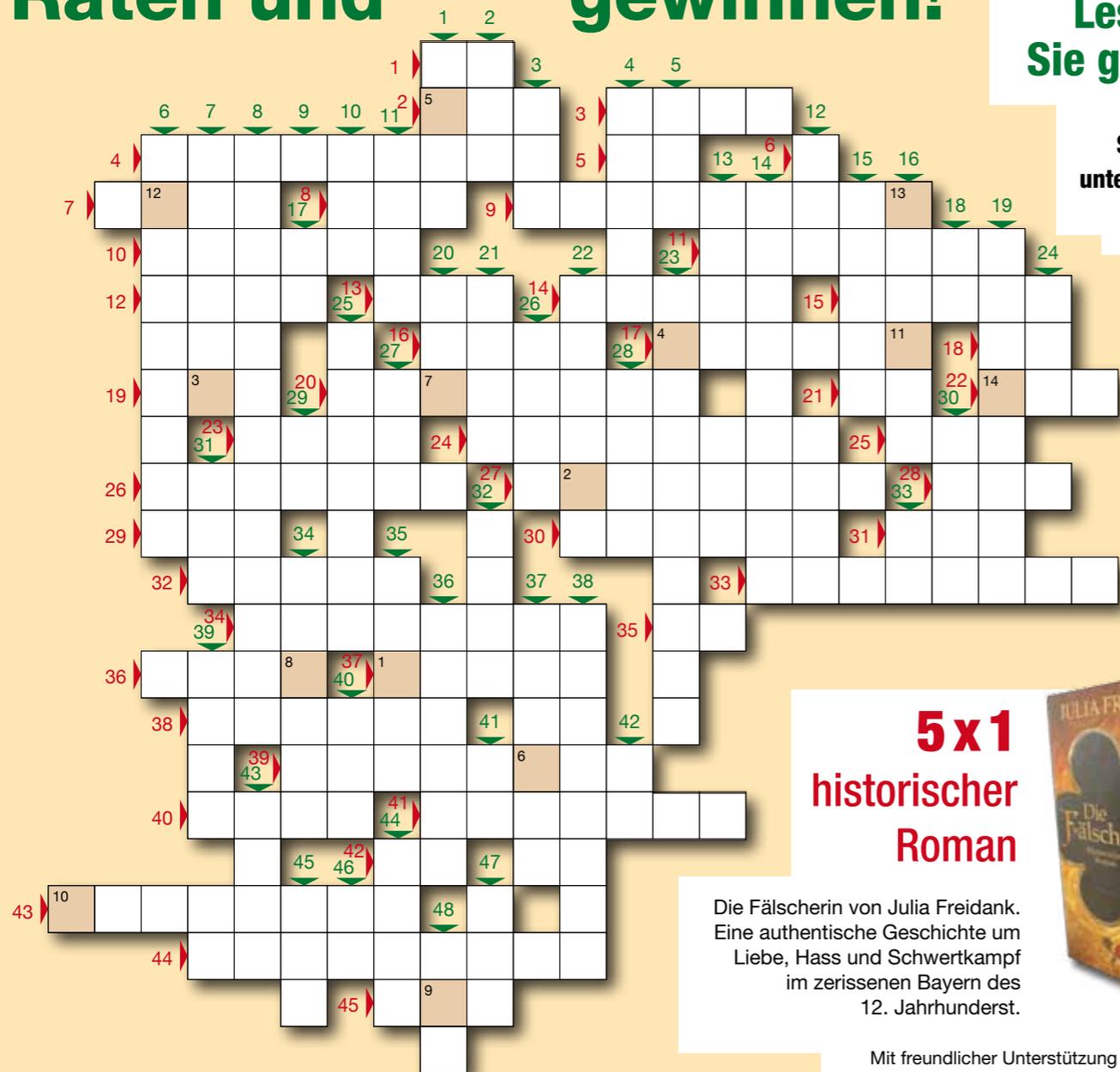
Am Eichenwald 1 • 21398 Neetze/Sütthorf

**Tel. 058 50/484** oder **0171/43 1485**

# Raten und gewinnen!

Lesen Sie gern ?

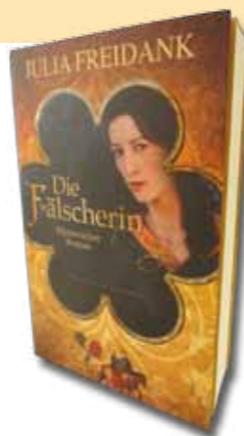
Gewinnen Sie bei uns unterhaltsame Lektüre!



Lösung

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

## 5x1 historischer Roman



Die Fälscherin von Julia Freidank. Eine authentische Geschichte um Liebe, Hass und Schwertkampf im zerissenen Bayern des 12. Jahrhunderts.

Mit freundlicher Unterstützung von:



- waagrecht:**
- 1 engl. An 2 Augendeckel 3 span. Maler
  - 4 Zypressengewächs 5 Abk. InterCity
  - 6 eingedeutschte Kurzform für You
  - 7 Verlangen 8 Wonnemonat 9 Können der Essenszubereitung 10 männl. Vorname 11 nicht das Gleiche 12 Vorname einer amerik. Schauspielerin Moore
  - 13 Abk. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 14 musikal. Tongemisch 15 chin. Provinz 16 von großer Qualität 17 Teil der Brille
  - 18 Kfz.-Kennzeichen für Kreis Lemgo
  - 19 nord. Hirschart
  - 20 großer Stein
  - 21 Lkz. Holland
  - 22 Schienenfahrzeug
  - 23 Einwand, Bedenken
  - 24 ein Kleidungsstück kleiner machen 25 der 7. Buchstabe des Griechischen Alphabets 26 Rand am nördl. Grenzfluß von Niedersachsen 27 Frostpflanze 28 männl. Vorname 29 afrikanische Antilopengattung 30 Würzkräut
  - 31 Abk. Betriebslaubnis 32 persönliches Schreiben 33 Gewürz 34 Möbelstück 35 engl. Nein 36 metallischer Klang 37 Wasserpflanze 38 russ. Physiker 39 Vulkantätigkeit 40 Geflechtbehältnis 41 ostdt. Wohnungsgrößenbez. 42 Personalpronom 43 Wundverband 44 Naturmauer 45 Teil des Baumes

- senkrecht:**
- 1 altes Auto 2 zu keiner Zeit 3 Abk. einer dt. Hilfsorganisation 4 österr. Kurzform von Michael 5 Personalpronom 6 Pfad 7 einzellige Lebensform 8 Bühnenwerk von Carl Orff 9 chem. Wasserstoff 10 Großmutter 11 fester Untergrund 12 Verbindungswort
  - 13 faltboot 14 Fabel-/Märchenwesen 15 einer unserer Sinne 16 lustige Faberwesen
  - 17 Kfz.-Kennzeichen für Kreis Minden-Lübbecke 18 Abk. für Europäische Norm 19 unterirdisches Vorkommen des weißen Goldes 20 Erbmerkmal 21 weibl. Vorname 22 Krankenhaus 23 durch Feuer zerstört 24 nicht alt 25 Gewürz 26 Fluß 27 Europäer
  - 28 Riechorgan 29 Abk. Berufsunfähigkeit 30 Blasinstrument 31 Bestandteil einer Satellitenempfangsantenne
  - 32 Zahl 33 Präposition mit Artikel
  - 34 Gewürz 35 Schlitzohr 36 engl. Erfinder 37 Eigenname, italienische Form von Turin 38 span. für Kathedrale 39 lichtundurchlässig 40 Abk. für im militärischen Sinne die Beobachtung feindlicher Flugbewegungen 41 chemisches Element 42 Ausruf; auch chemisches Element 43 essbare Früchte 44 weibl. Vorname 45 aromatisches Heißgetränk 46 Hühnerprodukt 47 Handlung 48 Kfz.-Kennzeichen Sylt

In der letzten Ausgabe gab es Bücher von Lünebuch.de zu gewinnen. Darüber freuten sich: Herr Menk „Johannes Brahms“, Herr Hansel „Das Haus der verlorenen Düfte“, Frau Mahlke „Dinner mit Rose“

**Glückwunsch!**

Ab Ostern 2014 gibt es uns auch in Lauenburg, in der Altstadt, mit Elbblick!

Von Herzen Geschenke & Café

Kommen Sie und genießen Sie köstliche, erlesene und hausgemachte Torten und Kuchen im gemütlichen Café und auf der Terrasse.

In der alten Bäckerei in Brietlingen.



Schöne und ausgefallene Geschenke für sich selbst und andere finden Sie direkt im Cafe.



Parkplätze vorm Haus!  
 Bundesstraße 19 · 21382 Brietlingen  
 Tel. 0 41 33 - 2 25 49 69 · [www.von-herzen.de](http://www.von-herzen.de)

**BUTENHOFF**  
 Werbeagentur und Verlag  
 Stichwort „Mein Senioren-Magazin“  
 Auf der Hude 87  
 21339 Lüneburg

oder per E-Mail an:  
[gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de](mailto:gewinnspiel@mein-senioren-magazin.de)

**Teilnahmebedingungen:**  
 Schicken Sie uns das Lösungswort per Post oder per E-Mail. Unter allen Einsendungen verlosen wir 5 Bücher, die uns von Lünebuch.de Buchhandlung am Markt zur Verfügung gestellt wurden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.  
**Einsendeschluss: 31.06.2014**

# Wandern

## belebt die Seele

In unserer aktuellen Ausgabe stellen wir Ihnen schöne Wanderwege vor und wollen Sie zu mehr Bewegung bewegen. Doch gerade im fortgeschrittenen Alter sollte man nicht unvorbereitet loslaufen, denn in erster Linie zählt die Gesundheit.

Wir haben die Mediziner Dr. med. Steffen Brand, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Sportmedizin, und Dr. med. Carla Fischer, Fachärztin für Anästhesiologie, befragt, die beide auch an der Orthoklinik Lüneburg tätig sind.

### Welche Verletzungen drohen bei Stürzen?

**Dr. Brand:** Bei Stürzen kann es zu Verstauchungen der Knie- und Sprunggelenke kommen. Schwere Stürze können auch zu Brüchen führen, hauptsächlich an Armen oder Beinen.

### Wie kann ich diesen Verletzungen vorbeugen?

**Dr. Brand:** Ganz wichtig ist das Tragen von geeignetem Schuhwerk. Beim Bergaufgehen schnürt man die Schuhe etwas lockerer, beim Bergabgehen werden diese fester geschnürt. Beim Schuhkauf muss auch bedacht werden, dass die Füße beim Wandern anschwellen. Die Schuhe sollten knöchelhoch sein, um dem Sprunggelenk Halt zu geben. Turnschuhe sind völlig ungeeignet. Man sollte jede Tour ausgeruht beginnen und vor allem in unwegsamem Gelände besonders aufmerksam unterwegs

sein. Bei bestehendem Muskelkater ist es besser, einen Tag Pause einzulegen.

### Was tun, wenn man sich doch verletzt?

**Dr. Brand:** Jeder sollte in seiner Unterkunft die Tourenverläufe bekanntgeben, falls eine Suche erfolgen muss. Ins Gepäck gehört eine Trillerpfeife, um sich bemerkbar machen zu können. Auch ein Erste-Hilfe-Set sollte immer dabei sein. Bei Verletzungen im Gebirge ist die Gefahr schneller Unterkühlung nicht zu unterschätzen, deshalb ggf. die Bergwacht informieren.

### Kann man als Wanderneuling auf einen Berg steigen?

**Dr. Fischer:** Man sollte nicht völlig untrainiert ins Gebirge gehen. Gymnastik, Walken und Joggen sind ideal zur Vorbereitung. Gerne auch mal bergauf gehen, z. B. in der Hasenburger Schweiz

oder am Wilseder Berg, denn so wird die entsprechende Muskulatur für das Bergaufsteigen vorbereitet und trainiert. Auch Radfahren, Schwimmen und Treppensteigen eignen sich zur Vorbereitung. Als vorbereitendes Ausdauertraining macht man die Übungen mit langsamer Steigerung, also erst zwei, dann drei, dann vier Stunden Gehen. Man kann auch mit kleineren Halbtagesrouten (3 bis 4 Stunden) beginnen und das Pensum langsam steigern. Wenn man dabei ohne Probleme bleibt, nicht völlig erschöpft ist und sich wohlfühlt, kann man auch einmal eine Tagestour von 5 bis 8 Stunden versuchen. Dabei sind Höhen bis 2.500 m sinnvoll. Ganz wichtig ist, dass man sein eigenes Tempo findet und Touren nicht zu

Empfehlenswert bei den ersten Touren: Versuchen Sie vor Ort, Wanderführer über örtliche Anbieter mit entsprechender Kenntnis des Wandergebietes zu befragen.

### Das sollten Sie immer dabei haben

- Rucksack
- hochwertige Sonnenbrille
- Kopfbedeckung (Schirmmütze im Sommer)
- Sonnenschutz
- Regenjacke (schneller Wetterumschwung in den Bergen lässt den Körper extrem rasch auskühlen)
- Handy für Notruf
- Pass mit wichtigen Daten zu Vor- bzw. Begleiterkrankungen (z. B. Bluthochdruck, Diabetes, Allergien, Asthma, Epilepsie und Dauermedikamente – bei Vorerkrankungen sollten Sie den Wanderleiter informieren und nicht unbedingt allein gehen)
- Lutschbonbons, da durch die stärkere Atmung in der ungewohnten Bergluft die Halsschleimhaut schnell trocken wird
- Mückenschutz
- Erste-Hilfe-Päckchen (Blasenpflaster, Verbandsmaterial)
- Wechselwäsche bei starkem Schwitzen, atmungsaktive Kleidung ist empfehlenswert
- Wander-Stöcke zur besseren Gleichgewichtshaltung und zur Gelenkschonung, sie sind besonders beim Bergabgehen hilfreich

schnell angeht. Hilfreich für die Selbstkontrolle können hier die auf Wanderschildern angegebenen Marschzeiten sein.

### Welche Risiken birgt Höhenluft?

**Dr. Fischer:** Mit zunehmender Höhe nehmen der Luftdruck und der normalerweise bei 21 Prozent liegende Sauerstoffgehalt der Luft ab. Der Sauerstoffmangel macht sich aber erst ab ca. 3.000 m Höhe bemerkbar. Im Körper erfolgen dann verschiedene Anpassungsreaktionen: schnellere und tiefere Atmung, vergrößerte Pumpleistung des Herzens (Herzfrequenz und Schlagvolumen steigen). Das kann zu Kopfschmerzen,

Schwindelgefühl und Übelkeit führen. Bei längeren Aufenthalten in großen Höhen (z. B. Trekkingreisen in den Himalaya) passt sich der Körper durch die vermehrte Bildung von roten Blutkörperchen an den erhöhten Sauerstoffbedarf an.

Vorsicht ist für Menschen geboten, die Erkrankungen der Herzkranzgefäße haben, bei chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), schwerem Asthma und bei Schlaganfallgefährdeten. (siehe auch nächste Frage)

Unterhalb von 1.500 m treten normalerweise keine Gesundheitsbeeinträchtigungen auf. Altersentsprechend gut leistungsfähige, stabile Patienten mit koronarer Herzkrankheit, chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung oder Asthma bronchiale tolerieren in der Regel Höhen bis 3.000 m gut. Bei geplanten Aufenthalten über dieser Höhe sollte ein Spezialist mit Kenntnissen in der Höhenmedizin befragt werden.

### Was ist im fortgeschrittenen Alter noch an Strecke zumutbar und für einen untrainierten Menschen zu verkraften?

**Dr. Fischer:** Wie oben gesagt: Nicht völlig untrainiert in die Berge gehen! Bei einem geplanten Wanderurlaub sollte man etwa acht Wochen vorher mit den oben beschriebenen Trainingseinheiten beginnen, denn die Bergluft allein ist schon eine Umstellung für uns Menschen aus dem Flachland. Gegebenenfalls beim Hausarzt vorher Blutdruck, Lungenfunktion und EKG kontrollieren lassen. Die Vorbereitungswochen können auch dazu genutzt werden, neue Wanderschuhe vor einer Tour einzulau- fen, das ist ganz wichtig.

### Sollten Menschen mit Herz-Kreislauf-Problemen wandern?

**Dr. Fischer:** Von Höhengängen über 2.000 m ist in folgenden Fällen abzuraten: bis drei Monate nach Herzinfarkt, Schlaganfall, Herzschrittmacher-Anlage, Lungenembolie (nach Thrombose), vor einem geplanten Eingriff an Herzkranzgefäßen, bei schweren Herzfehlern (z. B. Herzklappenfehler), Herzschwäche mit Atemnot bei Belastung und in Ruhe, schwererer COPD und unkontrolliertem Asthma.

### Welche Ernährungstipps können Sie geben?

**Dr. Fischer:** Proviant am Berg sollte möglichst kohlenhydratreich sein. Brotzeit mitnehmen: Brot, Müsliriegel, Apfel, Banane, Trockenfrüchte, Nüsse, Kekse, Schokoladenriegel. Traubenzuckerbonbons sind ineffektiv: Sie liefern nur für sehr kurze Zeit Energie, danach ist das Leistungstief eher schlimmer. Nach 1,5 bis 2 Stunden kurze Rast und eine Kleinigkeit essen. Der Appetit ist ein guter Marker dafür, ob man gut akklimatisiert ist.

### Wie wichtig ist Trinken? Und was?

**Dr. Fischer:** Trinken ist ganz wichtig, und man sollte rechtzeitig damit beginnen. Nach ca. einer Stunde Wandern sollte wenigstens eine kurze Trinkpause eingelegt werden. Im Rucksack ca. einen Liter Getränk mitführen: gesüßter Tee oder Fruchtsaftschorlen, kein Alkohol, keine Cola. Die Gesamttrinkmenge ist abhängig vom Wetter (Temperatur und Sonnenstrahlung) und vom Schwitzen.

■ Interview der Redaktion mit Dr. Fischer und Dr. Brand



**Sport fördert die Gesundheit in jedem Alter**

**REHA LÜNEBURG**  
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE  
RÜCKEN- UND PRÄVENTIONSZENTRUM

Konrad-Zuse-Allee 9 · 21337 Lüneburg • Tel. 0 41 31/246 333 • [www.reha-lueneburg.de](http://www.reha-lueneburg.de) • [info@reha-lueneburg.de](mailto:info@reha-lueneburg.de)

**Apotheken in Lüneburg****Apotheke am Bockelsberg**

Gaußstrasse 15, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 46 88

**Die Alte Raths-Apotheke**

Große Bäckerstraße 9, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 23 49

**Einhorn Apotheke**

Am Sande 54, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 76 38 - 0

**Elch Apotheke Lüneburg**

St. Stephanus-Passage 23, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 8 61 30

**Flora Apotheke**

Dahlenburger Landstr. 70, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 85 07 71

**Grapengießer Apotheke**

Grapengießerstr. 48, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 95 94

**Hirsch Apotheke**

Feldstr. 12  
Tel. 0 41 31 / 4 16 40

**Apotheke am Kran**

Lünertorstraße 5, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 59 33

**Apotheke am Kreideberg**

Thorner Str. 27/29, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 14 83

**Lüneburg****Allgemeinmedizin****Dr. med. Joachim Aron**

Uelzener Str. 45  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 60 20

**Dr. med. Christine Assmus**

Schildsteinweg 28  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 23 76 94

**Franziska Barth**

**Dr. med. Jörg Könnecke**  
Große Bäckerstr. 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 23 88

**Dr. med. Michaela Buller**

Gravenhorststr. 23  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 22 22  
[www.luenedoc.de](http://www.luenedoc.de)

**Dr. med. Hans-Friedemann Clauß**

Gaußstr. 2  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 44 51

**Primitivo Forcadell de Dios**

**Dr. med. Dominic Schöneich**  
**Jörg Vennmann**  
Hermann-Löns-Str. 15  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 84 03 00

**Dirk Gahlenbeck**

Am Sande 15  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 26 74 00  
[www.praxis-gahlenbeck.de](http://www.praxis-gahlenbeck.de)

**Dr. med. Jörg Martin Glodzei**

Dahlenburger Landstraße 12  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 67 17

**Dr. med. Sibylle Gollub**

**Dr. Maas**  
Bülows Kamp 6  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 85 07 87

**Dr. med. Gölling-Steffenhagen**

**Dr. med. H. Matthiesen**  
Am Werder 13  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 33 60

**Doris Hinterthaler**

**Dr. med. Christoph C. Laage**  
Kurt-Huber-Straße 4  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 69 00

**Dr. med. Thorsten Inselmann**

Julius-Leber-Str. 11  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 85 28 09

**Dr. med. Stefan Janzen**

Dahlenburger Landstraße 12  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 67 17

**Dr. med. Jürgen Kaiser**

**Nora Kaiser**  
Wallstr. 54  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 11 88

**Klaus Kempers**

Rosenstr. 7  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 14 03

**Dr. med. Hans-Michael Kratz**

Feldstr. 21  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 62 22

**Dr. med. Jürgen-Ulrich Kruse**

Schildsteinweg 32 A  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 43 20

**Dr. med. Andrea Linsel**

Carl-von-Ossietzky-Str. 6  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 04 00 66

**Sebastian Maass**

Bülows Kamp 6  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 85 07 87

**Dr. med. Elke Müller**

Am Sande 48  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 65 32 72

**Dr. med. Kerstin Ohlberg**

**Hans-Henning Schulze**  
Jägerstr. 25  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 6 66 06  
[www.weststadtpraxis-lueneburg.de](http://www.weststadtpraxis-lueneburg.de)

**Wolfram Pulsfort**

Sonnenhang 16  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 41 51

**Alfons Saure**

Im Wendischen Dorfe 21  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 31 16

**Detlef Schreiber**

Am Berge 8  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 8 55 30 27

**Dr. med. Bettina Schröder-Henning**

Hindenburgstr. 105  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 21 49 14

**Dr. Janne Steinbach****Dr. Hermann Doßmann**

Vor dem Bardowicker Tore 49  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 41 91

**Dr. med. Olaf Templin**

Carl-von-Ossietzky-Str. 6  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 04 00 66

**Dr. Britta Waldmann**

Stöteroggestr. 50  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 77 87

**Dr. med. Henning Winter**

Kefersteinstr. 5  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 34 49  
[www.hausarzt-lueneburg.de](http://www.hausarzt-lueneburg.de)

**Dr. med. Christa-Marie Zachow**

SoItauer Str. 80  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 58 50

**Innere Medizin****Dr. med. Jürgen Bolte**

Schildsteinweg 30 B  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 6 02 77

**Dr. med. Dirk Bruns**

**Dr. med. Michael Leidert**  
Haagestr. 3  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 92 91

**Dr. med. Rolf Bünthe**

Volgerstr. 34  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 63 40

**Dr. med. Thomas Buller**

**Dr. med. Joachim Schenck**  
**Dr. med. Konrad Zimmermann**  
Gravenhorststr. 23  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 22 22  
[www.luenedoc.de](http://www.luenedoc.de)

**Dr. med. Marc Engelbrecht**

**Dr. med. Gunnar Jochimsen**  
Am Galgenberg 26/Ecke Hopfeng.  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 11 42  
[www.praxis-am-hopfengarten.de](http://www.praxis-am-hopfengarten.de)

**Dr. med. Christian Gade**

**Dr. med. Oliver Struck**  
Bei der St. Johanniskirche 12  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 60 46

**Dr. med. Holger Glasenapp**

Kefersteinstr. 37  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 25 46

**Dr. med. Goldmann**

**Dr. med. Heinkele**  
Schildsteinweg 26  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 08 68 60

**Dr. med. Dieter Graf**

**Dr. med. Petra Naber-Carstens**  
Auf dem Meere 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 04 10  
[www.auf-dem-meere.de](http://www.auf-dem-meere.de)

**Dr. med. Manfred Haseloff**

SoItauer Str. 15  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 33 03

**Internisten-Praxis**

**Dr. Doßmann, Dr. Steinbach**  
Vor dem Bardowicker Tore 49  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 41 91  
[www.praxis-bardowicker-tor.de](http://www.praxis-bardowicker-tor.de)

**Dr. med. Margret Konle**

**Dr. med. Oliver Konle**  
Kefersteinstr. 11  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 40 99

**Dr. med. Christoph Kreiker**

Schießgrabenstr. 5  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 60 44 74

**Andreas Kuhlmann**

**Dr. Classen**  
Münzstr. 4  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 22 55

**Apotheken in Lüneburg****Apotheke am Kurzentrum**

SoItauer Str. 6, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 37 40

**Löwen Apotheke**

Bardowicker Str. 19, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 13 65

**Apotheke am Moldenweg**

Moldenweg 18, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 39 16 22

**Apotheke am Schrangengplatz**

Schröderstr. 11, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 20 91

**Wasserknecht - Apotheke im Loewe-Center**

Wulf-Werum-Str. 2, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 89 92 66

**wir leben Apotheke**

Feldstr. 2a, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 89 90 70

Am Sande 32, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 24 49 80

Häcklinger Weg 66, Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 6 84 87 90

**Ihre Praxis** ist umgezogen oder nicht im Verzeichnis? Dann rufen Sie uns an! Wir nehmen Änderungen gerne auf. Diese Verzeichniseinträge sind kostenlos.

**Tel. 0 41 31 - 247 21 08**



**Rat und Hilfe im Trauerfall**

Bestattungsinstitut  
**ahorntrauerhilfelips GmbH**  
Lüneburg - Reppenstedt - Bardowick - Deutsch Evern

21335 Lüneburg - Auf dem Wüstenort 2  
21357 Bardowick - Pieperstraße 2  
21391 Reppenstedt - Lüneburger Landstr. 1  
[www.ahorntrauerhilfelips.de](http://www.ahorntrauerhilfelips.de)

(0 41 31) **24 33 0**

**Apotheken Umland****Apotheke am Kirchweg**

Kirchweg 46, Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 40 04 40

**Apotheke am Rathaus**

Böttcherstr. 2, Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 70 33

**Apotheke Amelinghausen**

Lüneburger Str. 24, Amelinghausen  
Tel. 0 41 32 / 2 23

**Ilmenau Apotheke**

Hinter der Worth 1A, Bardowick  
Tel. 0 41 31 / 12 12 14

**Löwen-Apotheke**

Pieperstr. 12A, Bardowick  
Tel. 0 41 31 / 9 23 10

**Linden Apotheke**

Lüneburger Straße 10, Barendorf  
Tel. 0 41 37 / 80 80 06

**Eichen-Apotheke**

Lüneburger Str. 7, Kirchgellersen  
Tel. 0 41 35 / 82 07 31

**Apotheke am Bach**

Uelzener Str. 15, Melbeck  
Tel. 0 41 34 / 82 44

**Landwehr-Apotheke**

An der Landwehr 11, Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 64 45 0

**Lerchen Apotheke**

Lüneburger Str. 10, Vögelsen  
Tel. 0 41 31 / 1 24 33

**Lüneburg****Innere Medizin****Dr. med. Christoph C. Laage**

Kurt-Huber-Straße 4  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 69 00

**Dr. med. Dirk Langer**

Stöteroggestr. 71 a und b  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 42 44

**Dr. med. Müller**

Feldstr. 2 a  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 37 20  
www.praxis-feldstrasse.de

**Dr. med. Stephan Piwowarczyk**

Schießgrabenstr. 5  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 14 77

**Dr. med. Jan Rutjes**

Schildsteinweg 26  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 08 68 60

**Dr. med. Hans-E. Sarnighausen**

Auf der Höhe 69  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 22 32 22

**Dr. med. Angela Schäfer**

Barckhausenstr. 57  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 74 11 44

**Rolf-Hermann Schmahl**

Am Sande 16/17  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 80 21

**Dr. med. A. Schnitzler****Dr. med. Michael Claaßen****Dr. med. M. Claaßen**

Oedemer Weg 3 a  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 24 30 70

**Dr. med. Cornelius Spangenberg**

Hinter der Saline 31  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 46 44 45

**Dr. med. Marianne Steinbach**

Vor dem Bardowicker Tore 49  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 41 91

**Dr. med. Thomas Wätzold**

Planckstr. 69  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 47 63

**Dr. med. Manfred Weingart**

Schießgrabenstr. 1  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 83 85

**Dr. med. Hans-Martin Werner**

Brückensteig 2  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 6 66 03

**Hals-, Nasen- und  
Ohrenheilkunde****Dr. med. Alexander von  
Boetticher**

Willy-Brandt-Straße 2  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 71 78

**Ute Dost**

Bei der St. Johanniskirche 6  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 19 19

**B.S./Vietn Anh-Tam Maria Ha  
Thi**

Bei der St. Johanniskirche 6  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 19 19

**Stefanie Kamlade**

Schießgrabenstr. 19  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 37 68

**Dr. med. Marcus Möller**

Willy-Brandt-Straße 2  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 71 78

**Kerstin Marlies Ramke****Philipp Raschke**

Schießgrabenstr. 19  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 37 68

**Margarete Victoria Weber**

Moldenweg 18  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 39 12 60

**Augenheilkunde****Dr. med. Thomas Damms**

**Dr. med. Firuse Sistani**  
**Dr. med. Ludolf Stamer**  
Moldenweg 18  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 76 70 00

**Dr. med. Klaus Ellendorff**

**Dr. med. Gabriele Scharenberg**  
Soltauer Str. 6 a  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 79 52

**Dipl.-Med. Michael Kießling**

Dr. med. Markus König  
Barckhausenstr. 42  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 33 20

**Kajetan Kreft**

Am Sande 40 - 41  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 16 26

**Orthopädie****Dipl.-Med. Fred Dahl**

Kleine Bäckerstr. 1  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 40 74

**Dr. med. Rainer Garve**

An der Roten Bleiche 1  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 46 16 41

**Andreas Hammermeister**

Lessingstr. 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 40 88

**Dr. med. Matthias Keese****Dr. med. Karin Neusüß**

Volgerstr. 4  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 13 77

**Dipl.-Med. Andreas Köhler**

Ostpreußenring 29  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 24 00

**Dr. med. Rainer Nitsch**

Soltauer Str. 6 A  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 66 00

**Dr. med. Heinrich Schleth**

Ginsterweg 6  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 62 00

**Zahnmedizin****Dr. med. dent. Thomas Artt**

Grapengießer Str. 41  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 34 09

**Dr. Ansgar Baeumer**

Grapengießerstr. 16  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 20 21 76

**Dr. Stephan Dietrichs**

Am Sande 13  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 11 47

**Ortrud Doll**

Erbstorfer Landstr. 13  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 55 55

**Jörg Dombrowski**

Bardowicker Str. 19  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 32 27

**Dr. Antje Bremer-Fenske****Prof. Dr. Christian Fenske**

Schießgrabenstraße 18  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 16 68

**Dr. med. dent. Florian Fischer**

An den Brodbänken 1A  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 7 70 21

**Reiner Fischer, Mareike Klatte**

Wulf-Werum-Str. 2  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 67 56

**Dr. Carsten Fuhrmann**

Altenbrückertorstr. 8  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 17 83

**Dr. Klaas Hansen**

Rote Straße 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 18 92

**Judith Henkel**

Auf der Höhe 69  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 03 08 42

**Bernd-Peter Hildebrandt**

Auf dem Meere 1  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 39 02 40

**Implantat Centrum Lüneburg****Dr. Heinrich Meyer, Dr. Gunnar****Vahrenholz**

Moldenweg 18  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 22 20

**Dr. med. dent. Florian Klemt**

Am Teich 2A  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 40 13 48

**Ingo König, Tina König,  
Annika Schelwis**

Dahlenburger Landstr. 1  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 38 88

**Dr. Rainer Köpsell**

Auf dem Kauf 16  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 77 33

**Marcus Mohr**

Pulverweg 1A  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 15 19

**Ina Niebuhr**

Barckhausenstr. 50  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 21 85

**Dr. med. dent. Gerd Peters**

Georg-König-Str. 3  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 32 88

**Jetzt auch online!**

Alle hier aufgeführten Praxen und  
Adressen finden Sie auch in unserem  
Online-Portal:

www.mein-senioren-magazin.de

Sie möchten Ihre Praxis stärker  
präsentieren? Rufen Sie uns an!

**Tel. 0 41 31 - 247 21 08**

**Ambulante Pflege**

Wir stehen Ihnen und Ihren Angehörigen mit professioneller Hilfe zur Seite. Sie erhalten bei uns Beratung:

zur ambulanten Pflege, zum Einsatz von Hilfsmitteln, zum Hausnotruf-System, zur Krankenversicherung/Pflegeversicherung, zur Medizinischen Fußpflege, zur Pflegeeinstufung, zur stationären Pflege, zum Wohnen mit Service.

Eine unverbindliche Beratung ist jederzeit möglich.

Wir freuen uns auf Sie



*Aus Liebe zum Menschen.*

Kreisverband Lüneburg e.V.

**Ambulante Pflege**

Schnellenberger Weg 42  
21339 Lüneburg  
Tel. 04131/ 67 36-13  
Fax 04131/ 67 36-31

pflge@drk-lueneburg.de  
www.drk-lueneburg.de

## Kliniken

## Tagesklinik am Kurpark

Lüneburg GmbH  
Uelzener Straße 1-5  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 72 37 00

- Rehabilitation
- Physio- und Ergotherapie
- Prävention & Fitness

Städtisches Klinikum Lüneburg  
gemeinnützige GmbH

Bögelstraße 1  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 77-0

- Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie
- Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie
- Medizinisches Zentrum
- Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Gastroenterologie
- Klinik für Kardiologie und Zentrum für Herzrhythmusstörungen
- Klinik für Anästhesiologie
- Klinik für Neurologie
- Klinik für Urologie
- Frauenklinik mit Brustzentrum und Gynäkologischem Krebszentrum
- Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
- Klinik für Strahlentherapie und Radioonkologie
- Institut für Radiologie
- Institut für Pathologie
- Belegabteilungen

## Dr. Holger Pfeifer

Wallstr. 51, 21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 27 22

## Praxis am Sande

Am Sande 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 2 19 71 50

## Profilaxezentrum Lüneburg

## Dr. med. dent. Hermann Gundlach

Am Berge 34, 21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 15 28

## Dr. Bechly Ralf

Schröderstr. 5B  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 00 64 0

## Dr. Beate Reida

Volgerstr. 56, 21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 55 55

## Dr. Konrad Reithmayer

Am Sande 8 21335  
Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 35 91

## Dr. Uwe-Karsten Rosenau

Haagestr. 3d  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 15 40

## Sawinsky Ruthild

Dahlenburger Landstr. 77  
21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 86 01 66

## Dr. Klaus Karau, Annette

## Rambuschek

Grapengießerstr. 44  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 82 82

## Dr. Volker Saul, Dr. Kristian Saul

## Dr. Astrid Saul

Thorner Str. 21  
21339 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 33 88 0  
www.praxiskreideberg.de

## Dr. Christoph Schlendermann

Bei der Abtspferdetränke 7  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 63 66

Dr. med. dent. Arnold Spallek,  
Wisgard

Am Sande 50, 21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 75 20

## Dr. Joachim Wieg

Barckhausenstr. 17  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 4 36 69

## Dr. med. dent. Ulrich Zennecke

Neue Sütze 4a  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 3 44 49

## Zahnarztpraxis Heinicke

Hügelstr. 3, 21337 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 5 31 21

## Adendorf

## Allgemeinmedizin

## Dr. med. Jörg Berling

Markus Bette, Michael Otto  
Böttcherstr. 2 a, 21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 99 00  
www.hausarztpraxis-adendorf.de

## Beate Friederike Block

Dr. med. Mechthild Petersen  
Dorfstr. 23, 21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 77 72 99

## Dr. med. Peter Gerke

Bonnestr. 2, 21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 73 19

## Dr. med. Gerzmann

Kirchweg 50, 21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 1 81 12

## Dr. med. Kristian Jacobi

Dorfstr. 64 a, 21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 40 50 01

## Innere Medizin

## Dr. med. Jörg-Friedr. Gerzmann

## Dr. med. Michael Dröge

Kirchweg 50  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 1 81 12

## Dr. med. Alexander Link

Böttcherstr. 2 a  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 02 14

## Dr. med. Eberhard Schröder

Kirchweg 19 a  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 2 24 36 00

Hals-, Nasen-,  
Ohrenheilkunde

## Stefan Drumm

## Bernd Rohmeyer

Kirchweg 24 a  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 98 10 81

## Zahnmedizin

## Dr. Marcus Feddersen

Sandweg 5  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 82 18

## Dr. Matthias Geschwandtner

Neue Strasse 2  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 180 120

## Dr. Magdalena Seifert

Von-Stauffenberg-Straße 1a  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 775 170

## Praxis Goosmann-Stein

Kirchweg 50  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 00 01

## Dr. K. Utesch

Schwarzer Weg 1  
21365 Adendorf  
Tel. 0 41 31 / 18 77 88

## Barendorf

## Allgemeinmedizin

## Valentina Makowski

Beim Imkerhause 2  
21397 Barendorf  
Tel. 0 41 37 / 71 77

## Innere Medizin

## Dr. med. Frank Lehnhoff

Beim Imkerhause 2  
21397 Barendorf  
Tel. 0 41 37 / 71 77

## Zahnmedizin

## Henryk Romuald Schroeder

Drohenweg 2  
21397 Barendorf  
Tel. 0 41 37 / 81 00 85

## Angela Strobel und Bejamin

## Weißenborn

Am Mühlenkamp 1  
21397 Barendorf  
Tel. 0 41 37 / 81 00 71

## Kirchgellersen

## Allgemeinmedizin

## Dr. med. Mirwais Karimi

In der Peul 16  
21394 Kirchgellersen  
Tel. 0 41 35 / 77 97

## Innere Medizin

## Dr. med. Christian Doobe

In der Peul 16  
21394 Kirchgellersen  
Tel. 0 41 35 / 77 97

## Melbeck

## Allgemeinmedizin

## Dr. med. Göran Lönngren

Am Diemel 19  
21406 Melbeck  
Tel. 0 41 34 / 2 48

## Dr. med. Axel Schußmann

Zur Ohe 2  
21406 Melbeck  
Tel. 0 41 34 / 90 03 13

## Innere Medizin

## Dr. med. Jörg Burmeister

Am Diemel 19  
21406 Melbeck  
Tel. 0 41 34 / 2 48

## Reppenstedt

## Allgemeinmedizin

## Dr. med. Stephan Blunck

Eulenbusch 8  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 50 82

## Anna Hartwich

## Dr. med. Wolf Lüsebrink

An der Eulenburg 28  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 20 72

## Katrin Kahmann

Eulenbusch 6  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 50 81

## Ulrich Magiera

Brockwinkler Str. 2  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 31 66

## Jochen Timmermann

Eulenbusch 4, 21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 80 67 80

## Innere Medizin

## Dr. med. Peter Strohmaier

## Maren Wilder

Eulenbusch 6, 21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 50 81

## Zahnmedizin

## Dr. med. Karin Beyer

Böhmsholzer Weg 2  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 60 82

## Dr. med. dent. Klaus Krause

Lüneburger Landstr. 1  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 45 46

## Dr. med. dent. Lennart Matthaei

An der Eulenburg 28  
21391 Reppenstedt  
Tel. 0 41 31 / 6 11 10

## Kliniken

## Tagesklinik am Lambertiplatz

Salzbrückerstraße 1–4  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 78 99 05 - 0

- Rehabilitation für suchtkranke Menschen

## ORTHOKLINIK Lüneburg GmbH

Ginsterweg 5–7  
21335 Lüneburg  
Tel. 0 41 31 / 7 22 - 0

- Orthopädie und Unfallchirurgie
- Rheumathologie
- Sportmedizin
- Anästhesie, Intensivmedizin

## Krankenhaus Scharnebeck

Hauptstraße 19  
21379 Scharnebeck  
Tel. 0 41 36 / 9 19 - 0

- Chirurgie
- Pflegeeinrichtung
- Physiotherapie

DIE ALTERNATIVE ZUM PFLEGEHEIM



**Alt & Jung GbR**

AMBULANTER PFLEGEDIENST  
BETREUTES WOHNEN ÜBER 24 STD.  
PFLEGE NACH WUNSCH UND BEDARF

TELEFON 0 41 31 - 70 73 74

ALT & JUNG BIETET HOCHQUALIFIZIERTE PFLEGE UND VERSORGUNG ÜBER 24 STUNDEN VOR ORT. LEBEN IN DER GEMEINSCHAFT UND IN DER EIGENEN WOHNUNG ALS ALTERNATIVE ZUM PFLEGEHEIM. ÜBER DIE PROFESSIONELLE GESICHERTE VERSORGUNG ALLER PFLEGESTUFEN (AUCH HÄRTEFALLREGELUNG) IST EIN UMZUG IN EIN PFLEGEHEIM BEI AUFTRETENDER SCHWERSTPFLEGE NICHT NOTWENDIG. AMBULANTE VERSORGUNG NACH WUNSCH UND BEDARF. (BIELEFELDER MODEL) WIR SIND VERTRAGSPARTNER ALLER PFLEGEKASSEN, KRANKENKASSEN UND DEM SOZIALHILFETRÄGER.

**ALT & JUNG GBR**  
LÜNEBURGER STRASSE 4  
21360 VÖGELSEN  
TELEFON: 04131 - 70 73 74  
INTERNET: WWW.ALTUNDJUNGGBR.DE  
MAIL: ALTUNDJUNGGBR@T-ONLINE.DE



## Lustige Trolle, die Spaß in Haus und Garten bringen

In Sachen Dekoration gibt es auch in diesem Jahr wieder Neuigkeiten. Diese Trolle sind lebendig gewordene Blätter. Ihre Gesichter sind lustig und verbreiten einfach gute Laune. Es gibt sie in zig Variationen und verschiedenen Größen. Sie sind aus frostfestem Material und welken nicht, wenn es regnet. Wer also ein originelles Geschenk für Gartenfans sucht, der findet hier bestimmt das passende Gesicht. Für alle, die es bunt mögen, gibt es hier auch Eulen, Geckos und Vögel in prachtvollen Farben für drinnen und draußen.

Gefunden bei:  
Helmrath  
Pflanzenhandel,  
in Ebersberg



## Möglichkeitenvielfalt mit Stiefmütterchen

Die großblumigen Stiefmütterchen (Viola F1 Hybriden) erfreuen sich seit Jahren großer Beliebtheit. Vielleicht mag das an der Farbenvielfalt liegen, denn diese ist genauso groß wie die Verwendungsmöglichkeiten. Diese Blume kann in Beeten, Kübeln und Ampeln, oder auch auf dem Friedhof gepflanzt werden. Wer sich besonders lange an der Farenpracht der Stiefmütterchen erfreuen möchte, liegt mit dem Kauf der F1 Hybriden genau richtig, sie eignen sich für frühe Pflanzungen durch ihre Frosthärte und blühen bis in den Sommer.

Gefunden bei:  
Wrede Servicegärtnerei



## Moderne Strandkörbe aus hochwertigsten Materialien

Die Strandkörbe aus dem Sortiment der Winsener Firma 1001-Sommer.de bestechen durch hochwertigste Materialien wie Aluminium-Untergestell, frostfestem HULARO®-Geflecht, Edelstahl-Beschlägen und wetterfesten, herausnehmbaren Polstern. Der Korb lässt sich durch die integrierte Rückholfeder kinderleicht verstellen. Ein Drehtisch bietet genug Platz für das Stück Kuchen und Kaffee. Optional können Rollen unter den Korb montiert werden. Die Polster gibt es übrigens auch in grau.

Gefunden bei:  
Gartenmöbel  
1001-Sommer.de  
in Winsen



## Mit Prominenten vegan kochen

PETA Deutschland feiert 20 jähriges Jubiläum und präsentiert aus diesem Anlass das neue Kochbuch. Zahlreiche Prominente stellen ihre veganen Lieblingsrezepte vor: Sänger Peter Maffay zum Beispiel verrät das Rezept für seine leckeren Kekse und Sänger Thomas D löst das Geheimnis seiner schwäbische Maultaschen. Denn sie wissen: Vegan zu Essen ist gesund, hält fit und schmeckt einfach gut. Pflanzliche Nahrung ist mehr als ein Trend.

Das facettenreiche Kochbuch nimmt Sie mit auf eine kulinarische Weltreise durch die pflanzliche Küche – kreiert vom veganen Gourmet-Restaurant „Adam und Körle“.

Gefunden bei:  
www.peta50plus.de



## Radio für Fans von „Rote Rosen“

Das Tivoli Audio „Model One“ wurde als das bestklingende Tischradio aller Zeiten bezeichnet. Mit nur drei Knöpfen gibt sich das Gerät optisch schlicht, hinter seiner schlichten Fassade verbirgt sich jedoch eine ausgereifte, diversifizierte Technik, die durch Empfangsqualität und Klangwiedergabe punktet. Jetzt ist es als limitierte Rote-Rosen-Sonderedition in exklusiver Lackierung erhältlich.

Dieses edle und stilvolle Gerät ist für die Zuschauer der beliebten Telenovela Rote Rosen, die in und um Lüneburg spielt, ein Fanartikel der aus dem Wohnzimmer oder der Küche nicht mehr wegzudenken ist.

Gefunden im:  
Cafe am Reiterhof, in Neetze/OT Sütthorf

## So bleibt das kühle Getränk auch im Glas kühl

Die Weintrinker unter Ihnen werden das Problem kennen. Da kühlt man stundenlang den weißen Rebensaft im Kühlschrank, stellt die Flasche auf dem Tisch in den Cooler, doch der Wein im Glas ist schneller warm als man es leeren kann, besonders im Sommer. Doch gerade dann ist solch ein kühler edler Tropfen so beliebt.

Wir haben einen Wein- oder Sektkooler gefunden, mit dem Sie das Getränk im Glas länger kühl halten, ohne es zu verwässern wie beispielsweise durch Eiswürfel. Der Stab wird vorher ins Eisfach gelegt und kommt dann direkt ins Glas.



Gefunden in Brietlingen bei:

**Von Herzen**  
Geschenke & Café



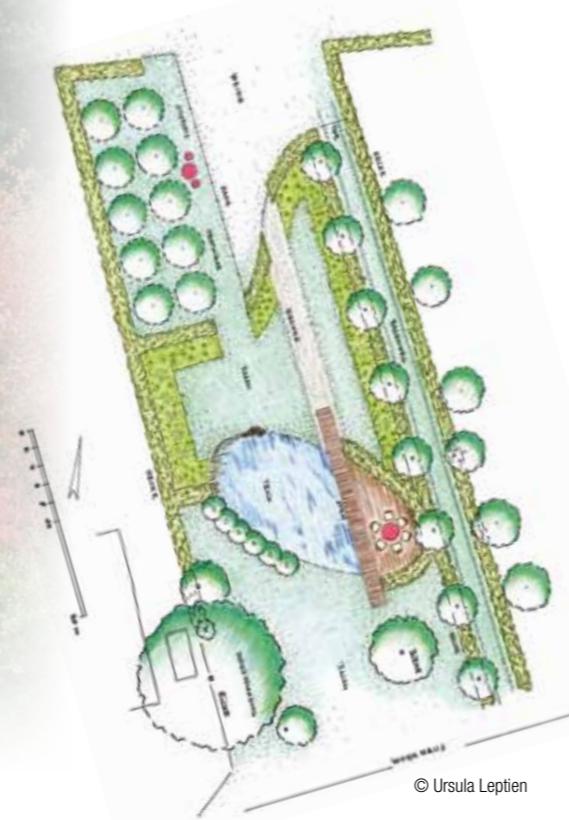
© Ursula Leptien

## Die Kunst der Gartengestaltung

*Gärten und Parks sind idealerweise Orte der Freude und Schönheit. Sie erinnern uns an den Garten Eden und sind gleichzeitig von großem Nutzen.*

Garten- und Landschaftsarchitekten entwickeln Konzepte für kleine und große Gärten mit liebevollen Details wie kunstvolle Beete, Terrassen-, Brunnen- und Teichanlagen, Einfriedungen und vieles mehr. Ein guter Landschaftsarchitekt achtet auf eine interessante Material- und Pflanzenauswahl. Viele bevorzugen Kombinationen von modernem Design mit historischen

Elementen. Inspirationen geben die großen Gartenkunstwerke des 17. und 18. Jahrhunderts. Peter Josef Lenné, Herrmann Fürst von Pückler-Muskau als auch zeitgenössische Landschaftsarchitekten wie zum Beispiel Martha Schwartz und Dieter Kienast. Je nach Wunsch übernimmt der Landschaftsarchitekt auch die technische Ausführungsplanung, Ausschreibung der



© Ursula Leptien

Bauleistungen und Bauleitung. Ideen, Entwürfe, Planungsschritte und Kosten werden sorgfältig mit den Vorstellungen der Auftraggeber abgestimmt. Eine kreative Planungszeit im vertrauensvollen Dialog ist bereichernd und fördert die Freude auf den eigenen Garten.

### Ob groß oder klein ...

Private Gärten sind eine besondere Herausforderung. Damit das persönliche „Gartenreich“ gelingt, planen Landschaftsarchitekten, wie Ursula Leptien aus Lüneburg, immer in enger Kommunikation mit den Bauherren.

Der besondere Wert an individuell geplanten Gärten ist ihr perfekter Zuschnitt auf das Grundstück und dessen Bewohner und damit ihre Alltagstauglichkeit. ■

## Der Mensch zeigt sich im Garten

*(GMH/BdS) Das Jahr 2013 war ein großes Jubiläumsjahr: 200 Jahre Guisepepe Verdi und Richard Wagner, 100 Jahre Albert Camus und Ernst Pagels. Ernst Pagels? Diesem bedeutenden Staudenzüchter geht es wie vielen innovativen Menschen: Wir nutzen ihre Neuerungen, kennen die Urheber aber nicht.*

Pagelsche Züchtungen sind in fast jedem Garten zu finden: Gräser, Salbei, Schaublatt, Elfenblumen ... Wie viele andere Pflanzenzüchter war auch Pagels, der am 9. Oktober in Lübeck als Sohn eines Gärtners geboren wurde, ein

Lebensphilosoph und Gartengestalter. Passion lag dem Lebenswerk des Staudenzüchters Ernst Pagels zu Grunde, kombiniert mit großer Sortenkenntnis, viel Geduld, einem begnadeten Auge und viel Gefühl für die Pflanzen. „Es

Bildnachweis: GMH/VVG



## BLUMENHAUS LÜNEBURG

*Wir gestalten Erinnerungen*

- BLUMEN UND PFLANZEN FÜR BALKON UND GARTEN – SCHÖNE GESTALTUNG RUND UMS HAUS
- FLORISTIK FÜR JEDEN ANLASS
- GRABPFLEGE UND DAUERGRABPFLEGE
- ERINNERUNGSGARTEN AUF DEM LÜNEBURGER WALDFRIEDHOF IN ZUSAMMENARBEIT MIT STEINMETZEN

041 31 / 5 11 22

GÖXER WEG 21  
21337 LÜNEBURG

INFO@BLUMEN-IN-LUENEBURG.DE  
WWW.BLUMENHAUS-LUENEBURG.DE

war oft so“, schrieb er selbst, „als ob die Pflanzen meine Wünsche erhört hätten, aber nur unter der Bedingung, dass man sich sehr intensiv mit ihnen beschäftigte“.

Gartenarchitekten nehmen Pagelsche Sorten oft als Grundbestandteile in der Gestaltung: Drei seiner *Salvia nemorosa*-Sorten stehen im Lurie Garden in Chicago. Diese Kombination von Lila-Blautönen wurde auch im Dream Park in Enköping/Schweden eingesetzt. Der in Fachkreisen hoch geschätzte niederländisch Gartengestalter Piet Oudolf verwendet in fast allen seinen Entwürfen Sorten von Ernst Pagels. So auch Anke Mattern, Gartensdesignerin aus Steyerberg, Niedersachsen, die bereits 2005 den Gedenkgarten Ernst Pagels im „Park der Gärten“ in Bad Zwischenahn geschaffen hat. Sie war

langjährige Betriebsleiterin der Pagelschen Staudengärtnerei in Leer. Ernst Pagels stellte eine Wunschliste mit seinen Lieblingszüchtungen zusammen, die er in Bad Zwischenahn gepflanzt haben wollte. Anke Mattern kombinierte sie mit ausgesuchten Begleitstauden in farblich abgestufte Themen, was sich gut in andere Gärten übertragen lässt:

- Citronengelb – Grün – Weiß
- Apricot – Hellblau – Lila
- Violettblau – Tiefes Pink – Scharlach
- Rot - Orange – Goldgelb
- Weinrot – Weiß – Grau

**Wir alle profitieren von seinem Werk**  
Über 6.000 Stauden wurden im Pagels Gedächtnisgarten in Bad Zwischenahn gepflanzt. In den begleitenden Randbereichen des Gartens mischen sich viele Pagel'sche Züchtungen mit Neuheiten

Pagelsgärten:

Gedächtnisgarten Ernst Pagels im Park der Gärten in Bad Zwischenahn, [www.park-der-gaerten.de](http://www.park-der-gaerten.de)  
Ernst Pagels Garten in Leer (Ostfriesland), [www.pagels-garten.de](http://www.pagels-garten.de)

und Neueinführungen, die zeitgleich weltweit Karriere machten. Über Amerika kamen im Zuge des neuen Ornamental Grass Gardening neue Gräser Sorten nach Deutschland, wie die *Miscanthus sinensis*-Sorten „Yakushima“, die weißgrün gestreifete „Cosmopolitan“ oder die feinblättrige „Morning Light“.

„Für mich als ehemalige Betriebsleiterin der Staudengärtnerei Pagels in Leer und heute selbstständig tätige Gartensdesignerin war es eine besonders große Freude, sein Lebenswerk in Form eines Gartens gestalten zu können. Staudengärtner, Gestalter und Staudenfreunde

unterstützen das Projekt mit Leidenschaft. Wir alle profitieren von seinem Werk auch heute noch und viele auch, weil sie ihn als Menschen sehr schätzten“, berichtet Anke Mattern.

Zum 100. Geburtstag gestaltete Piet Oudolf ein Staudenbeet im jüngst entstandenen Ernst-Pagels-Garten in Leer. Damit drückt auch er seine Verbundenheit mit dem Staudenzüchter aus. Hier, in der ehemaligen Gärtnerei von Ernst Pagels, sind Stauden- und Gräserkompositionen im naturalistischen Stil angelegt. Dies spiegelt das Naturverständnis und die Lebenshaltung von Ernst Pagels wider. Auch die „Mitmachbeete“ in diesem Garten, die Mitbürger mieten und bearbeiten können, entsprechen dem Lebensweg von Ernst Pagels. Er förderte kollegial Gartenfreunde, Staudengärtner und Gestalter und hinterließ sein Geld und seine Gärtnerei einer Stiftung. Gewinnmaximierung war nicht sein Ziel. Im heutigen Sprachgebrauch waren seine Ansätze integrativ und nachhaltig, also zutiefst menschlich und tief Sinnig.

Im Garten zeigt sich oft das eigene Lebensgefühl. Ein Besuch in beiden Pagelsgärten lohnt sich daher nicht nur aus gärtnerischer Sicht. Wer sich darauf einlässt, erhält einen Einblick in das Zusammenschwingen der tanzenden Gräser, in die unendlichen Meerestiefen der blauen Salbeisorten, in das Sonnenspiel farbenfroher Kompositionen und in die Offenheit Neuem gegenüber. Ernst Pagels hat zeitlebens vielen Menschen Vieles gegeben. Piet Oudolf und Anke Mattern haben sich mit den Ernst Pagels Gedächtnisgärten persönlich bedankt und tragen darin die Pagelsche Freude an Garten und Leben weiter. ■

## Architektur im GARTEN

*Aus Leidenschaft zur Gestaltung als ganzheitliches Projekt ist die Architektin Ursula Leptien zu Ihrem Beruf gekommen.*

Gespräche mit ihren Auftraggebern führten sie oft in das große Feld der historischen Gartenkunst und in die spannende, aufregende, geniale Sprache und Ausdruckskraft der zeitgenössischen Garten- und Landschaftsarchitektur. Die Einzigartigkeit der Garten- und Parkkunstwerke, die gesellschaftlichen und persönlichen Hintergründe ihrer Entstehung und ihres Wandels sowie die Betrachtung der individuellen Facetten der Gartenkünstler beziehungsweise -architekten begeistern sie immer wieder auf Neue.

Oftmals springt der Funke über und der Wunsch, die Stätten der Gartenkunst zu besuchen, steht im Raum. Sie greift diesen Wunsch auf und bereiten Ausflüge zu den Garten- und Parkanlagen von Gartenkünstlern der Vergangenheit und Gegenwart vor. Ihre Reisen führten sie bisher nach Potsdam, Bad Muskau an der Neiße, Cottbus/Branitz aber auch in Anlagen der näheren Umgebung sowie nach Hamburg und Hannover.

*Interessenten für Ausflüge zum Thema Gartenarchitektur können sich bei Ursula Leptien melden, Tel. 0 41 31 - 5 88 52*

BÜRO  
LEPTIEN

Garten- und  
Landschaftsarchitektur



Dipl.-Ing. Ursula Leptien  
Landschaftsarchitektin BDLA  
Erbstorfer Landstr. 20  
21337 Lüneburg  
Tel.: 04131 - 58852  
E-Mail: [bueroleptien@t-online.de](mailto:bueroleptien@t-online.de)

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

Fliesen · Naturstein · Mosaik

Fliesenverlegung  
Henning Soltau

Henning Soltau  
Am Ilmenautal 1  
21357 Barum/Horburg  
Tel. 0173 - 276 81 46  
Fax 04131 - 855 86 02  
[kontakt@fliesenleger-hs.de](mailto:kontakt@fliesenleger-hs.de)  
[www.fliesenleger-hs.de](http://www.fliesenleger-hs.de)

Siliconfugen · Sanierung

# Die Gemeinschaft im „Domspatz“ wächst

Gut 10 Jahre ist es her, dass Gerhard Brandenburg seine Vision vom gemeinschaftlichen aber eigenständigen Wohnen im Alter der Öffentlichkeit bekannt gab. Seit 2012 steht das erste der sechs Häuser, in denen mehrere Mieter generationsübergreifend wohnen werden. In diesem Jahr sollen die Bauarbeiten weitergehen. Wird das Konzept aufgehen? Was sagen die Bewohner dazu? Wie lebt es sich? Wir haben einige Bewohner und Eigentümer befragt.



„Einen alten Zaun muss man anstreichen, damit man nicht sieht, wie alt er ist.“  
Brigitte Brüggemann



Brigitte Brüggemann, 77 Jahre

## Im „Domspatz“ blüht sie wieder richtig auf

Brigitte Brüggemann ist seit Sommer 2012 Eigentümerin und Bewohnerin im „Domspatz“. Ihr Haus in Wittorf hat sie verkauft. Die Kinder waren anfangs überrascht über diesen Entschluss, aber letztlich ist alles bestens verlaufen. „Ich habe mein Leben neu angefangen. Hier kann ich meine Zeit einteilen wie ich möchte, Sport, Chorsingen, KaloriCoaching – ich habe keine lange Weile und keine Pflichten. Mein alter Garten war sehr groß, das habe ich allein nicht mehr geschafft und habe mir Hilfe geholt. Dann kam auch noch die Haushaltshilfe dazu. Das wollte ich ändern.“

Hier werden die Grünanlagen gepflegt. Für die Wohnung habe ich eine Putzfrau, die sich schon beschwert, dass sie kaum etwas zu tun hat. Das Haus selbst ist super gebaut. Ich habe kaum Heizkosten.“ so Brigitte Brüggemann. Noch vor 3 Jahren ging sie am Rollator, der noch in der Wohnung steht. Kaum vorzustellen, wenn man sie heute sieht. Ihr Wohnzimmer ist fliederfarben gestrichen, mit weißen Möbeln eingerichtet. Das Auto bleibt oft vor der Tür stehen, sie geht lieber zu Fuß einkaufen.



Jochen Mohl (71 Jahre)

## Bardowick lockt mit guter Infrastruktur

Jochen Mohl ist Eigentümer einer Wohnung im „Domspatz“, die er zur Zeit aber vermietet. Später möchten er und seine Frau selbst einziehen. Noch leben sie in ihrem Haus mit Garten in Ochtmissen.

„Da hab ich Bewegung und frische Luft. Ich bekomme hier alles.“ Das nachbarschaftliche Miteinander im Haus gefällt ihr besonders gut. Es gibt viele nette Nachbarn und sie fühlt sich nicht allein. Sie findet es toll, dass auch junge Leute hier leben. „Dann fühlt man sich nicht so alt! Schließlich sind wir hier kein Altenheim.“ Die Wohnung bietet alles, was man im Alter benötigt. Breite Türen, ebenerdige Zugänge, eine große Dusche und bald auch einen Betreuungsdienst. Den will sie auch nutzen, wenn sie es wirklich braucht. Doch das liegt noch fern.

„Das Konzept ist fantastisch. Ich kann selbstbestimmt leben und habe, wenn alles fertig ist, die Möglichkeit, eine 24-Stunden-Betreuung ins Haus zu bekommen. Das gibt uns ein sicheres Gefühl.“ so der Ingenieur für Kernphysik und ehemalige Berufsschullehrer.

Besonders gefallen hat ihm, dass er bei der Gestaltung der Wohnung mitwirken konnte, wie etwa bei den Fliesen, den Türen oder der Terrasse. Auch seine Mieter sind einbezogen worden. Alles lief sehr harmonisch und reibungslos ab. „Herr Brandenburg war dabei der ruhende Pol und Garant für alle Absprachen. Wohl dem, der so einen Partner habe.“

Jochen und Renate Mohl sind heute noch sportlich sehr aktiv. Er spielt im TSV Bardowick Tennis. Da kommt ihm die Wohnung in Bardowick sehr gelegen. Aber das kann warten! Er hat seinen Mietern keine Zeitgrenze gesetzt.



Alfred und Erika Menz (78 und 74 Jahre)

## Das ist das Richtige für uns

Als sie vor 10 Jahren von der Idee erfuhren, waren sie sofort begeistert.

Die 5 Kinder waren alle aus dem Haus, gründeten inzwischen eigene Familien. Haus und Garten wurden ihnen zu groß. Der „Domspatz“ war die ideale Lösung. Erika und Alfred Menz verfolgten die Entstehung der ersten Wohnanlage und kümmerten sich um den Verkauf des eigenen Hauses in Bardowick, um im

„Domspatz“ als Mieter einzuziehen. So können der Urbardowicker und seine Frau in ihrem Heimatort bleiben und alle Vorzüge einer modernen, seniorenrechtlichen Wohnung genießen.

„Natürlich ist es eine Umstellung. Früher hatten wir viel Platz, den wir heute mit 13 En-

keln und 3 Urenkeln gut gebrauchen könnten. Aber die Entscheidung haben wir nicht bereut.“ so Erika Menz.

Alfred Menz war seit 1969 bis zur Rente bei der Deutschen Bahn. Heute ist er bequemer geworden und klönt gern mit Freunden. Erika Menz ist noch aktiv beim DRK Bardowick, geht zum Seniorensport und trifft sich mit Freundinnen. „Es ist sehr angenehm, keine Gartenpflichten mehr erfüllen zu müssen, wengleich ich gern ein paar mehr Büsche und Bäume vor dem Fenster hätte.“ so Alfred Menz.

## der Bardowicker Domspatz mausert sich

2. Bauabschnitt begonnen!



Bardowicker Domspatz Tel. 04131 / 923360 [www.bardowicker-domspatz.de](http://www.bardowicker-domspatz.de) Email: [info@bardowicker-domspatz.de](mailto:info@bardowicker-domspatz.de)

... ein **einzigartiges** Wohlfühlkonzept für Jung und Alt

-  individuelles, barrierefreies Wohnen in vielen Varianten
-  Kfz 70 Standard, Aufzug, Fußbodenheizung
-  Parkanlage und Freiraum ohne Grenzen
-  aktive Baubegleitung für die Erwerber
-  Ärzte, Apotheken, Banken, Post sowie div. Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe, zu Fuß erreichbar

## Der Sommer kommt!

# Draußen leben und genießen

*Sobald die ersten Sonnenstrahlen die Pflanzen aus ihrem Winterschlaf erwecken, locken sie auch uns Menschen nach draußen. Wie gern genießen wir die frische Frühlingsluft und den warmen Sommer. Sind die Temperaturen mal nicht ganz so hoch, ist ein Wintergarten die ideale Lösung für alle Naturfreunde. Möbel für drinnen und draußen gibt es aus Holz, Aluminium und hochwertigem Kunststoffgeflecht.*

## Gartenmöbel auf 2.000 m<sup>2</sup>







**Direkt an der A39**  
 Porschestr. 13, 21423 Winsen (Luhe)  
 Telefon: 04171 - 60 70 88-0

**www.1001-sommer.de**

**M**öbel für Wintergärten, Terrassen und Gartenplätze sind heute mehr als nur Sitzgelegenheiten. Sie sind ein Ausdruck von Lebensgefühl. Daher ist es verständlich, dass die Ansprüche an Funktion und Design steigen.

Sie sollen in Form und Farbe zum eigenen Stil passen, aber dennoch von hoher Qualität sein – und genau darauf kommt es an. Denn Garten- und Terrassenmöbel bleiben meist das ganze Jahr über bei Wind und Wetter draußen stehen. Sie müssen allen Temperaturextremen standhalten, der Nässe trotzen und immer noch schön aussehen.

Für diese hohen Ansprüche gibt es Geflechtmöbel. Doch sollte man sich nicht von günstigen Angeboten locken lassen. Auch bei Geflecht gibt es große Qualitätsunterschiede. HULARO® ist einer der drei besten Markenhersteller

und der einzige, der 3 Jahre Garantie gibt. Das Geflecht ist sehr resistent gegen UV-Strahlung und dadurch extrem langlebig. Bei der Herstellung durchläuft es mehrere Härte- und Entflammbarkeitstests.

### Jedes Stück ist ein Unikat

Die Möbel aus HULARO®-Geflecht werden ausschließlich von Hand geflochten. So kann es vorkommen, dass das Geflecht an einem Stuhl beispielsweise nicht exakt genau so verläuft wie beim nächsten, obwohl sie in Form und Design identisch sind. An Kanten kann man ganz geringfügige Unterschiede sehen. Doch sind das keine Qualitätsmängel, sondern eher ein Beweis des Handwerks.



Geflechtmöbel haben viele Vorteile gegenüber Holz. Sie sind in vielen verschiedenen Farben erhältlich, ganz ohne Farbanstrich. Das Material wird bei der Herstellung direkt eingefärbt. Im Gegensatz zu schweren Holzmöbeln, lassen sich diese Möbel ganz einfach bewegen, denn sie besitzen eine leichte Aluminium-Unterkonstruktion. Diese Eigenschaften machen die Möbel

äußerst beliebt. Sogar viele Strandkorbhersteller verwenden mittlerweile dieses Material.

Eine riesige Auswahl an Sitz- und Liegemöbel, an Formen und Design findet man in Winsen bei 1001-Sommer.de. Auf zwei Etagen und über 2.000 qm gibt es Anregungen und Inspirationen für die Möblierung und Gestaltung der schönsten Plätze im heimischen Garten. Die Auswahl reicht von der klassischen Sitzgruppe mit Tisch und Stühlen, über Lounchplätze bis hin zu den immer beliebteren Strandkörben.

Wer eine fachliche Beratung sucht, wird hier fündig, zum Beispiel bei Jörn Heesch, dem Verkaufsleiter. Er berät Sie gern und kann Ihnen viele Tipps geben, damit Sie lange Freude an Ihren

Möbeln haben. Natürlich werden alle Produkte auf Wunsch auch direkt in Ihren Garten geliefert.

■ Sabine Butenhoff

Mehr unter: [www.1001-sommer.de](http://www.1001-sommer.de)

oder in der Ausstellung:

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10:00 – 18:00 Uhr

und Sa. 10:00 – 15:00 Uhr



hier gibt es den  
Frühling - einfach so  
zum mitnehmen

- Haus- und Gartenpflanzen
- Schnittblumen mit Garantie
- Fleurop-Service
- Überwinterungsservice
- Grab- und Gartenpflege

und natürlich liefern wir  
auch - rufen Sie einfach  
an unter 04131.62140

Vor dem Neuen Tore 32 \* 21339 Lüneburg

[www.helmrath-pflanzen.de](http://www.helmrath-pflanzen.de)



seit **25** Jahren

- erstklassige Qualität zu fairen Preisen
- persönliche Beratung, auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause
- wir übernehmen die Garten- und Teichneuanlage sowie -umgestaltung, Baumschnitt, Fäll- und Pflanzarbeiten

**Wir kümmern uns um die kleinen und großen Gartenfragen.**

**Öffnungszeiten:**

Mo/Di/Do/Fr: 8.30 - 12.30 / 15.00 - 18.00 Uhr  
Mi: 14.00 - 18.00 Uhr / Sa: 09.00 - 13.00 Uhr  
An Sonn- und Feiertagen haben wir geschlossen.

**Tel. 0 41 31 / 5 07 20**

Erbstorfer Landstr. 31 · 21337 Lüneburg

## Entdecken Sie die **Liebe** zum **Detail**

*Der Garten ist mehr als nur Erholungsort, Freizeitbeschäftigung oder Pflichterfüllung. Er ist unser kleines Idyll, um der Phantasie freien Lauf zu lassen.*

Seit 25 Jahren bekommen Sie im Pflanzenhandel Helmvrath nicht nur Beratung und Pflanzen, sondern auch jede Menge Accessoires und Gestaltungsideen für Ihren Garten. Ein besonderes Highlight im Gartenkalender ist die „Nacht der offenen Gartenpforte“. Dann laden Heidi und Axel Helmvrath Ihre Besucher ein, in eine andere Gartenwelt einzutauchen. Lustige Kobolde, wunderschöne Lichtspiele und hübsch arrangierte Pflanzengruppen geben Anregungen für den heimischen Garten. Die Ausstellung ist klein aber liebevoll zusammengetragen. Ist eine gewünschte Pflanze einmal nicht vorrätig, so kann sie bestellt werden und ist in kürzester Zeit erhältlich.

Unter all den Pflanzen sind es besonders die Kräuter, die man in unseren



Breitengraden zwar anbauen kann, die aber selten bekannt sind. So gibt es beispielsweise ein Kraut namens Brahimi, das das Gedächtnis in Schwung hält. Es wird als Tee aufgebriiht und hilft wirklich. Oder auch das Jiaogulan-Kraut, das den Cholesterienspiegel senkt. In einem Kräuterseminar bei Heidi Helmvrath erfahren das und noch vieles mehr.

*Seminare bei Helmvrath: „Garten für die Sinne“, „Garten für den intelligenten Faulen“. Bitte immer anmelden. Fragen Sie nach den Terminen!*

## Exklusive Möbel für Haus & Garten

*Wer das Besondere für sein Zuhause sucht und Lust zum Stöbern hat, der ist im Lagerhaus Bardowick & Börnsen richtig. Hier gibt es ein ständig wechselndes Sortiment mit modernen und klassischen Möbel für Haus, Terrasse und Garten.*

Die Auswahl an Sitz- und Tischmöbel ist groß, vom kleinen Hocker, über den DeckChair bis zur Eckcouch, vom Beistelltischchen über den Esstisch bis zum großen Tafeltisch – was das Herz begehrt. Dazu findet man auch gleich das passende Schränkchen oder Regal sowie Dekoartikel, die das neue Ambiente perfekt machen.

Im Lagerhaus in Bardowick und Börnsen gibt es auf insgesamt 1.000 m<sup>2</sup> Möbel zum Mitnehmen und in 1. Wahlqualität. Wir bieten traditionelle und hochwertige Teak-Gartenmöbel wie Gartentische, Hochlehner und Stühle sowie Lounge-Serien in großer Auswahl an. Aktuelle Materialien und Materialkombinationen wie Alu, Edelstahl und

wetterfestes Geflecht runden unser Angebot ab.

Die massiven Esstische für den Innenbereich werden aus Eiche, Teak, Akazie und Sheesamholz gefertigt. Das sind extrem formstabile und schöne Hölzer. Stilvolle Lounge-Serien runden unser Angebot für den Innenbereich ab.

Seit dem Frühjahr 2010 sind auch wetterfeste Geflechtmöbel der Firmen Rehau und Polystrand mit im Programm. Im Bezug auf Design und Optik findet hier jeder Geschmack das passende Stück für Haus und Garten.

■ Lagerhaus, Jan Ziegert

[www.lagerhaus-teak.de](http://www.lagerhaus-teak.de)



**LAGERHAUS**  
BARDOWICK & BÖRNSEN

**REINSCHAUEN LOHNT SICH!**

EXKLUSIVE OUTDOOR-GEFLECHTMÖBEL, TEAKHOLZ- UND GARTENMÖBEL

**LAGERHAUS BARDOWICK**

Daimlerstraße 2  
21357 Bardowick  
T 04131 - 266 162  
info@lagerhaus-teak.de

**LAGERHAUS BÖRNSEN**

Schwarzenbeker Landstr. 3a  
21039 Börnsen  
T 040 - 85405601  
info@lagerhaus-teak.de

**ÖFFNUNGSZEITEN**

Mo. - Fr. 11 - 18 Uhr  
Sa. 10 - 15 Uhr



# Haushaltsnahe Dienstleistungen

Seit dem Jahr 2003 gibt es die Möglichkeit, sogenannte Haushaltsnahe Dienstleistungen steuerlich geltend zu machen. Der Gesetzgeber möchte damit dem Ziel näher kommen, die „offizielle“ Beschäftigung attraktiver und die Schwarzarbeit unattraktiver zu machen. Immer wieder gab es seitdem eine Reihe von Ergänzungen oder Einschränkungen, aber auch Urteile zu diesem Gesetz. Ganz aktuell wurde jetzt ein neues Anwendungsschreiben vom 10. Januar 2014 des Bundesfinanzministeriums (kurz BMF) hierzu veröffentlicht.

steuer an, kann entsprechend kein Abzug erfolgen und die Begünstigung entfällt somit.

## Haushaltsnahe Beschäftigungsverhältnisse

Hier werden geringfügig Beschäftigte, also Mini-Jobber und kurzfristige Beschäftigte, steuerlich begünstigt. Angemeldet werden diese über das sogenannte Haushaltsscheckverfahren und es sind Abgaben in Höhe von rund 15 % des Arbeitslohnes monatlich an die Bundesknappschaft abzuführen. Von den Gesamtaufwendungen (Jahresgehalt und Abgaben) können 20 %, maximal 510 Euro, steuermindernd berücksichtigt werden.

*Beispiel:*

Einkommenssteuer	4.800,00 Euro
Sozialabgaben	693,12 Euro
Aufwand	5.493,12 Euro
davon 20 %	1.098,63 Euro
aber maximal 510,00 Euro Abzug von der Einkommenssteuer	

Begünstigt sind bei den Haushaltsnahen Dienstleistungen drei Bereiche:

- haushaltsnahe Beschäftigungsverhältnisse mit geringfügig Beschäftigten,
- haushaltsnahe Dienstleistungen
- Handwerkerleistungen

Bei allen drei Aufwendungssparten besteht die Möglichkeit, einen prozentualen Anteil dieser Aufwendungen direkt von der zu leistenden Einkommensteuer abzuziehen. Fällt keine Einkommen-

## Haushaltsnahe Dienstleistungen

Werden Personen sozialversicherungspflichtig für haushaltsnahe Tätigkeiten eingestellt oder werden Dienstleister/Firmen für diese Tätigkeiten in Anspruch genommen, können von diesen Aufwendungen 20 %, höchstens jedoch 4.000 Euro pro Jahr, von der Einkommensteuer abgezogen werden. Sowohl für die Beschäftigungsverhältnisse als auch für andere Anbieter müssen die erbrachten Dienstleistungen im engen Bezug zum Haushalt stehen. Hierzu gehören u.a. die Zubereitung von Mahlzeiten, die Reinigung der Wohnung, die Gartenpflege, der Winterdienst, die Versorgung und Betreuung von Kindern sowie von kranken oder pflegebedürftigen Personen. Voraussetzung ist immer, dass die Leistung im eigenen Haushalt des Steuerpflichtigen erbracht wird. Dazu gehört auch die Ferienwohnung oder das Zimmer bzw. die Wohnung im Altenwohnheim.

**Wichtig!** Bedingung für die Abzugsfähigkeit ist eine Rechnung über die erbrachte Dienstleistung und die Bezahlung auf ein Konto der Dienstleistenden. Barzahlungen werden nicht anerkannt!

Umstritten war bisher, ob die Verpflegung in einem Altenwohnheim, die nicht in den eigenen Räumlichkeiten sondern in Gemeinschaftsräumen eingenommen wird, unter diesen Abzug fällt. Mit dem neuen BMF-Schreiben wird dem Abzug jetzt stattgegeben. Dafür ist weiter strittig bzw. vom BMF vorgegeben worden, dass Winterdienste nur dann abzugsfähig sind, sofern sie das eigene Grundstück oder aber Gemeinschaftsflächen betreffen. Nicht

abzugsfähig sollen hingegen die Anteile für die öffentlichen Gehwege sein. So wurde auch entschieden (wenn auch nur zum Schmunzeln), dass grundsätzlich Aufwendungen für Dog-Sitten abzugsfähig sind. Geht der Dog-Sitter jedoch mit dem Hund vom Grundstück, ist der Aufwand nicht mehr abzugsfähig.

## Handwerkerleistungen

Abzugsfähig sind auch alle handwerklichen Tätigkeiten für Renovierungs-, Erhaltungs- und Modernisierungsmaßnahmen, die in dem Haushalt des Steuerpflichtigen erbracht werden. Ausgeschlossen sind Aufwendungen, wenn sie der Erweiterung oder dem Neubau eines Hauses dienen. Weiterhin wird nur die Handwerkerleistung (Lohn) begünstigt, nicht jedoch das Material.

Von den Handwerkerleistungen sind 20 %, maximal 1.200 Euro je Haushalt und Jahr, abzugsfähig.

Diese drei Abzugsmöglichkeiten gelten nebeneinander und schließen sich nicht aus. Die Kosten dürfen jedoch nicht gleichzeitig als Werbungskosten, Betriebsausgabe oder außergewöhnliche Belastung steuerlich geltend gemacht werden können (dann hat diese Abzugsmöglichkeit den Vorrang). Das kann z. B. der Fall sein, wenn gleichzeitig ein Behindertenpauschbetrag berücksichtigt wird, der auch einen Pflegeanteil mit einschließt. Inwieweit der Behindertenpauschbetrag die Möglichkeit der Abzugsfähigkeit von haushaltsnahen Dienstleistungen ausschließt, ist strittig. Hier bleibt ein endgültiges Urteil des Bundesfinanzhofs abzuwarten.

■ Kerstin Ostermann

Ob Kapitalgesellschaft, Dienstleistungsunternehmen, Freiberufler oder Handwerksbetrieb – wir beraten Sie individuell und persönlich.

Mit 18 Mitarbeitern und 3 Steuerberatern führen wir die Finanz- und Lohnbuchhaltung und erstellen Ihre Jahresabschlüsse sowie private und betriebliche Steuererklärungen.

## Nutzen Sie unsere Fachkenntnisse !

Dipl.-Kfm.  
Hans-Ulrich Wilke  
und Kerstin Ostermann  
Stadtkoppel 31/33  
21337 Lüneburg  
**Tel. 0 41 31 - 86 31 - 0**  
steuern@wilke-ostermann.de  
www.wilke-ostermann.de

**Wilke**  **Ostermann**  
Steuerkanzlei · Lüneburg · Hamburg



- ◆ Steuerliche Gestaltungsberatung
- ◆ Unternehmensnachfolge
- ◆ Existenzgründungsberatung
- ◆ Finanz- und Betriebsberatung
- ◆ Verfahrens- und Steuerstrafrecht

## Gräber bedroht vom **Erdrutsch**

*Der Michaelisfriedhof ist der älteste Lüneburgs, der noch immer belegt wird.*

*Doch er liegt mitten im Zentrum eines geologischen Phänomens unserer Gegend.*

*Er ist von der Erdbewegung so stark bedroht, dass Gräber schon verlegt werden mussten. Dabei liegen hier große Persönlichkeiten und viele Geschichten Lüneburgs, die es Wert sind, auch über Jahrhunderte erhalten zu werden.*



Im Jahre 1651 wurde das erste Grab auf dem Michaelisfriedhof, damals noch vor den Toren Lüneburgs, belegt. Anfangs war er ein kirchlicher Friedhof und wurde über die Jahre hin so belegt, dass er zeitweise für neue Bestattungen gesperrt werden musste. Die heutige kleine Kapelle auf dem Michaelisfriedhof ist nicht der Kirche zuzuschreiben. Sie wurde im Jahre 1791 als reines Begräbnishaus errichtet. 1968 kam er in städtische Regie und wurde erst 1983 wieder für neue Bestattungen freigegeben.

Nun mussten schon wieder Teile des Friedhofes für Gräber gesperrt werden. Diesmal ist der Grund ein nicht zu kontrollierendes Ereignis. Der Boden rutscht hier den Besuchern und Toten im wahrsten Sinne unter den Füßen weg. In den letzten 10 Jahren ist er auf einer Länge nur von etwa 50 Metern über 2,5 Meter tief abgerutscht. An der roten Linie, oben auf unserem Foto, kann man sehen, wie sich der Boden gesenkt hat. Einst lief die Linie (gelb) ganz gerade. Auch die Wohnhäuser, die direkt neben dem Friedhof stehen, im Senkungsgebiet, sind davon betroffen. Es droht Einsturzgefahr. Viele Gräber wurden umgebettet, andere wieder gerichtet, soweit es möglich ist.

Ganz besonderes Augenmerk haben viele Historiker auf die Grabstätten stadtgeschichtlicher und künstlerischer Persönlichkeiten, die hier auf dem Michaelisfriedhof begraben sind, wie zum Beispiel Charlotte Huhn (1865 – 1925). Sie wurde als jüngstes von fünf Kindern

eines Friseurs geboren und wuchs in der Grapengießerstraße auf. An ihrem Elternhaus findet man heute eine Gedenktafel.

„Netzwerke sind ... keine Erfindung unserer Zeit. Es gab sie schon Ende des 19. Jahrhunderts. Da unterstützten reiche Frauen ärmere, talentiertere. So sponserte zum Beispiel die Bürgermeister-Gattin Marie Gravenhorst als Mäzenin die Altistin Charlotte Huhn, damit

die junge Frau sich überhaupt das Studium in Köln leisten konnte, um nach einer langen Lebens- und natürlich auch Schiffsreise später in New York auf der Bühne zu stehen.“<sup>1</sup>

„Knapp 3 Jahre gehörte sie zur Metropolitan Oper in New York, aber auch Boston und Chicago, wo sie verschiedenste Rollen sang. Sie spielte nicht nur in der Opernwelt eine große Rolle, sondern war auch eine gefeierte Konzertsängerin. Es folgten viele Stationen wie Bresslau, Berlin, Dresden, Köln ... Niederlande, Skandinavien und Südamerika.“<sup>2</sup>

Bis heute ist Charlotte Huhn in der Fachwelt eine angesehene Künstlerin geblieben.

1) Carolin George, Hamburger Abendblatt, 27.01.2009  
2) Dr. Uwe Plath, Charlotte Hun, berühmte Sängerin Lüneburgs (Artikel im LZ Magazin vom 15./16.09.1990)



**PEHMÖLLER**  
Bestattungshaus



das gute Gefühl, es geregelt zu haben.

An seinen eigenen Tod zu denken fällt uns in jeder Altersstufe schwer. Finanzielle Vorsorge in Form einer Sterbegeldversicherung ist für viele Altersgruppen und bestimmte Lebenssituationen von Vorteil. Wir unterscheiden verschiedene Möglichkeiten der Vorsorge:

- Grundvorsorge
- Bestattungsvorsorgevertrag
- Vorsorge-Patientenverfügung

Wir beraten Sie gern in einem persönlichen Gespräch.

Wir sind  
Tag und Nacht  
für Sie da.

Bestattungshaus  
Pehmöller GmbH

21335 Lüneburg  
Rote Straße 6  
Tel.: 0 41 31/4 30 71  
www.pehmoeller.de





**MENCKE**  
Naturstein

*Wir geben dem Stein Persönlichkeit.*

- Grabmalberatung
- Natursteintechnik
- Restaurierung

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf**  
☎ **04131-52329**

Göxer Weg 8 & 19 (Am Waldfriedhof) · 21337 Lüneburg · www.mencke-naturstein.de

stationäre Pflege

*Es ist nahezu egal,  
wo man alt wird,  
von Bedeutung ist nur  
mit wem.*

Dr. Michael Kloska



**Tel. 04131/97710**

Waldfrieden  
Alten- und Pflegeheime GmbH

Georg-Soltwedel-Straße 16-20  
21407 Deutsch Evern

info@waldfrieden.org  
www.waldfrieden.org

**Lüneburg**

**Domizil Bockelsberg I**  
Wichernstraße 36-38  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/405674

**Domizil Bockelsberg II**  
Nelly-Sachs-Straße 14  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/48374

**Domicil-Seniorenpflegeheim**  
Stresemannstraße 17  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/97870

**GBS Senioren-Residenz Lüneburg**  
Neue Sülze 25/26  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/7190

**Posener Altenheim**  
Bernhard-Riemann-Straße 30  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/8544617

**Seniorenzentrum Alte Stadtgärtnerei**  
Olof-Palme-Straße 4-29  
21337 Lüneburg  
Tel. 04131/861826

**Senioren- und Pflegezentrum Am Lambertiplatz**  
Vor der Sülze 4  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/7280

**Seniorenpflegeheim Christinenhof**  
Auf der Hude 60  
21339 Lüneburg  
Tel. 04131/24740

**Seniorenheim Lüner Hof Alten und Pflegeheim e.V.**  
Auf dem Kauf 9  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/38888

**Wohnpark an der Alten Saline**  
Vor der Sülze 1  
21335 Lüneburg  
Tel. 04131/26380

**Wohnpark Schlüter**  
Bülows Kamp 11  
21337 Lüneburg  
Tel. 04131/84435

**Adendorf**

**Ratsdomizil Adendorf**  
Drechslerstraße 2-6  
21365 Adendorf  
Tel. 04131/180727

**Alt Garge**

**Senioren- und Pflegeheim „Elbuferpark“**  
Hermann-Löns-Ring 24  
21354 Alt Garge  
Tel. 05854/96980

**Amelinghausen**

**Seniorenzentrum Lopaupark GmbH**  
Lerchenweg 11  
21385 Amelinghausen  
Tel. 04132/93200

**Altenpflegezentrum Haus Hoheneck**  
Wohlenbüttler Straße 18  
21385 Amelinghausen  
Tel. 04132/91390

**Bardowick**

**St. Marianus Hospiz Zentrum**  
Schlöpkeweg 8  
21357 Bardowick  
Tel. 04131/9251542

**Betzendorf/Drögenindorf**

**Haus Herbstrose**  
Alter Wanderweg 4  
21386 Betzendorf/  
Drögenindorf  
Tel. 04138/51070

**Bleckede**

**Alten- und Pflegeheim Koch**  
Hittberger Str. 41  
21354 Bleckede  
Tel. 05857/291

**Seniorenpflege „Haus Tetzlaff“**  
Barförder Str. 1  
21354 Bleckede  
Tel. 05857/254

**Boltersen**

**Seniorenpflegeheim „Zum Alten Gutshof“**  
Dorfstr. 2  
21379 Boltersen  
Tel. 04136/9080

**Erbstorf**

**Alten- und Pflegeheim Rosengarten**  
Hauptstr. 36 - 40 a  
29574 Ebstorf  
Tel. 05822/3043

**Häcklingen**

**Wohnpark Häcklingen**  
Am Dorfplatz 47 a+b  
21335 Häcklingen  
Tel. 04131/855870

**Kirchgellersen**

**bella-Vita „Haus Hilsen“**  
Böhmsholzer Weg 13-15  
21394 Kirchgellersen  
Tel. 04135/809888

# Rekonvaleszenzpflege nach einem Krankenhausaufenthalt in der Residenz Dahlke

*Die Dauer eines Krankenhaus- oder Rehaaufenthaltes wird immer kürzer. Besonders ältere Menschen fühlen sich nach der Entlassung jedoch häufig nicht genesen genug, um sich zu Hause schon wieder selbständig versorgen zu können.*

Die Residenz Dahlke in Bad Bevensen bietet daher seit vielen Jahren die Rekonvaleszenzpflege an: Als Gast in komfortablen, barrierefreien Pflege-Hotelzimmern haben Senioren die Möglichkeit, in einer entspannten Atmosphäre und mit angenehmem Service umsorgt zu werden und so neue Kräfte zu sammeln. Eine kompetente Betreuung ist durch hauseigene examinierte Pflegemitarbeiter rund um die Uhr gewährleistet.



Weitere Informationen oder die Hausbroschüre erhalten Sie unter Tel. 05821/504-0, per E-Mail: info@residenz-dahlke.de oder im Internet: www.residenz-dahlke.de

Die Behandlungspflege und eventuelle krankengymnastische Behandlungen erfolgen nach ärztlicher Verordnung; die Mahlzeiten werden auf Wunsch auf dem Zimmer serviert. Darüber hinaus haben Hotelgäste die Möglichkeit, alle Veranstaltungsangebote des Hauses sowie die kostenlosen Busfahrten ins Stadtzentrum wahrzunehmen.



## Wohnen & Pflege individuell und persönlich

- ▶ Service-Wohnen mit viel Komfort in der eigenen Wohnung in der Residenz
- ▶ Kurzzeit- und Verhinderungspflege, auch langfristig im Voraus buchbar
- ▶ Rekonvaleszenzpflege für Personen ohne Pflegestufe zur Nachsorge und Mobilisierung nach einem Krankenhausaufenthalt
- ▶ Langzeitpflege in großzügigen Pflegezimmern oder Einzelpflegeappartements durch ein qualifiziertes Mitarbeiterteam
- ▶ für alle Pflegebereiche bestehen Versorgungsverträge mit Pflege- und Krankenkassen
- ▶ elegantes Restaurant mit abwechslungsreicher frischer Küche und Cafétterasse
- ▶ umfangreiches Veranstaltungs- und Freizeit- und Gesundheitsprogramm
- ▶ Wellness- und Kosmetikstudio mit vielfältigen wohltuenden Anwendungen



RESIDENZ DAHLKE

Residenz Dahlke Bad Bevensen GmbH · Amselstieg 17-23 · Tel. 05821/504-0

www.residenz-dahlke.de

In unserer Trauerhalle können im angemessenen Rahmen Trauerfeiern stattfinden.



In unserem Trauercafé können die Angehörigen nach der Trauerfeier mit der Familie und Freunden bei Café und Kuchen Erinnerungen austauschen.



Phillip, Ines & Andree Berger



**Lüneburg, Stadtkoppel 8**  
**Tel.: 0 41 31- 60 60 110**  
 Bleckede & Barskamp & Dahlenburg  
[www.steinbauer.vc](http://www.steinbauer.vc)

Bestattungen **Steinhauer Berger** GmbH

**Reppenstedt**

**Heidberg Domizil**  
 Milanweg 55  
 21391 Reppenstedt  
 Tel. 0 41 31 / 6 50 88

**Seniorenzentrum „Haus Reppenstedt“ GmbH**  
 Eschenweg 1  
 21391 Reppenstedt  
 Tel. 0 41 31 / 26 30 - 0

**Vastorf**

**Alten und Pflegeheim „Haus Linda“**  
 Gifkendorferstr. 6  
 21397 Vastorf  
 Tel. 0 41 37 / 49 3

**Wittorf**

**Alten- und Pflegeheim „Talitha-kumi“**  
 Im Moor 4  
 21357 Wittorf  
 Tel. 0 41 33 / 2 00 90

**Westergellersen**

**Alten- und Pflegeheim „Haus Albers“**  
 Rentenstr. 15 A  
 21394 Westergellersen  
 Tel. 0 41 35 / 2 16

*ambulante Pflege*

**Lüneburg**

**Ambulanter Psychiatrischer Pflegedienst**  
 Am Wienebütteler Weg 1  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 60 23 30

**ASB Kreisverband Lüneburg**  
 Moldenweg 10+12, 14, 16  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 2 08 66 10

**Der Paritätische Lüneburg**  
 Altenbrücker Damm 1  
 21337 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 86 18 0

**DRK Augusta-Schwesternschaft e.V. Häusliche Krankenpflege**  
 Olof-Palme-Straße 4-29  
 21335 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 7 89 65 33

**DRK Kreisverband Lüneburg e.V**  
 Schnellenberger Weg 42  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 67 36 0

**GAR - Ganztags ambulante Rehabilitation Lüneburg GmbH**  
 Bei der St.Lambertikirche 12  
 21335 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 7 89 90 50

**Herz & Hand Pflege- und Betreuungsdienst**  
 Gut Wienebüttel Nr. 9  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 6 61 14

**MDT Agentur Marcel Modrzynski & Thorsten Hencke GbR**  
 Wichernstraße 36-38  
 21335 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 40 56 74

**Pflege- und Therapiezentrum Gut Wienebüttel GmbH**  
 Gut Wienebüttel 1  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 674 0

**Pflegedienst „Cura“ GbR**  
**Ambulanter Alten- und Krankenpflegedienst**  
 Wichernstr. 10  
 21335 Lüneburg  
 „Tel. 0 41 31 / 40 85 49

**PMK-Pflegedienst GmbH**  
 Herrman Löns Straße 30  
 21337 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 73 12 73

**Sozialkonzept Christinenhof GmbH**  
 Nelly-Sachs-Straße 14  
 21335 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 4 83 74

**Sozialkonzept Christinenhof GmbH**  
 Bülow's Kamp 11  
 21337 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 8 44 35

**TMK-Tagespflege mit Kompetenz GmbH**  
 Herrman Löns Straße 30  
 21337 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 73 12 73

**Verena Ruth Pflegedienst**  
 Auf der Höhe 70G  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 40 22 88

**Wir pflegen Sie e.V.**  
 Bei der Pferdehütte 16  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 32 111

**Adendorf**

**Ambulante Krankenpflege Körper & Seele**  
 Dorfstraße 168  
 21365 Adendorf  
 Tel. 0 41 31 / 5 91 36

**Sie suchen ...**

- ... ambulante Kranken- und Altenpflege
- ... psychosoziale Betreuung
- ... Familienpflege und Haushaltshilfe
- ... Beratung und Unterstützung bei eigener Betreuung der Angehörigen
- ... Urlaubs- und Verhinderungspflege

**Wir haben ...**

- ... eine einfache Botschaft
- ... einen hohen Anspruch
- ... ein ganzheitliches Konzept
- ... fachliche Kompetenz
- ... ein motiviertes Team

Timelostraße 8b, 21407 Deutsch Evern • [www.martin-beu.de](http://www.martin-beu.de) • [info@martin-beu.de](mailto:info@martin-beu.de)

**Kompetenz hat einen Namen:**



**Wir sind für Sie im Einsatz**  
**Tel. 04131/26343-0**

**Amelinghausen**

**Ambulante Hauskrankenpflege Fischer GmbH**  
 Oldendorfer Str. 14  
 21385 Amelinghausen  
 Tel. 0 41 32 / 81 44  
 24 Std. Pflegenotruf  
 01 72 / 3 07 31 39

**Ihr Pflegeteam**

Rathausplatz 6  
 21356 Adendorf  
 Tel. 0 41 31 / 24 53 53

**Bardowick**

**Bardowicker Pflegedienst GmbH**  
 Hinter der Worth 5a  
 21357 Bardowick  
 Tel. 0 41 31 / 26 56 57

**Marianus-mobil**  
 Schlöpkeweg 8  
 21357 Bardowick  
 Tel. 0 41 31 / 9 25 15 42

**Deutsch Evern**

**Marina & Vera Scherer GbR**  
 Bahnhofstr. 1  
 21407 Deutsch Evern  
 Tel. 0 41 31 / 8 20 34 24

**Pflegedienst Ilmenau**  
 Timelostr. 8b  
 21407 Deutsch Evern  
 Tel. 0 41 31 / 263 43 0

**Kirchgellersen**

**bella-Vita Haus Hilsen GmbH**  
 Böhmsholzer Weg 15  
 21394 Kirchgellersen  
 Tel. 0 41 35 / 2 67

**Mechtersen**

**Lüneburger Haus-und Familienpflege**  
 Am Bahndamm 5  
 21358 Mechtersen  
 Tel. 0 41 78 / 3 37

**Neetze**

**Alternative Pflege**  
 Am Gutshof 43  
 21398 Neetze  
 Tel. 0 58 50 / 97 13 42

**Reppenstedt**

**Senioren- und Behindertenpflege Birgit Etzen**  
 Beethovenstraße 17  
 21391 Reppenstedt  
 Tel. 0 41 31 / 67 10 92

**Südergellersen**

**Pflegeteam Südergellersen Petersen & Kelsen GmbH**  
 Stoppelweg 3  
 21394 Südergellersen  
 Tel. 0 41 35 / 80 89 03

**Vögelsen**

**Alt & Jung GbR**  
 Lüneburger Str. 4  
 21360 Vögelsen  
 Tel. 0 41 31 / 70 73 74

**Westergellersen**

**Pflegedienst Burmester & Tochter GbR**  
 Einemhoferweg 1  
 21394 Westergellersen  
 Tel. 0 41 35 / 83 83

**Der Pflegedienst Mackenthun**  
 Einemhofer Weg 4  
 21394 Westergellersen  
 Tel. 0 41 35 / 82 01 13

**Impressum**



**Herausgeber/Verlag**  
 BUTENHOFF  
 Werbeagentur und Verlag  
 Auf der Hude 87  
 21339 Lüneburg  
 Tel. 0 41 31 / 2 47 21 08  
 Fax 0 41 31 / 2 47 21 09  
[www.butenhoff-werbeagentur.de](http://www.butenhoff-werbeagentur.de)

**Onlineportal zum Magazin**  
[www.mein-senioren-magazin.de](http://www.mein-senioren-magazin.de)

**Redaktion**  
 Sabine Butenhoff  
[redaktion@mein-senioren-magazin.de](mailto:redaktion@mein-senioren-magazin.de)  
 sowie Gastautoren (am Beitrag gez.)

**Anzeigenverkauf**  
 Sabine Butenhoff, Katharina Hopp  
[anzeigen@mein-senioren-magazin.de](mailto:anzeigen@mein-senioren-magazin.de)

**Grafik/Satz**  
 Sabine Butenhoff, Jessica Peters

**Fotos**  
 © BUTENHOFF Werbeagentur und Bilder aus © Fotolia.com:  
 S. 3 Gabriele Rohde, S. 16 goodluz,  
 S. 33 sonne fleckl, S. 36 goodluz,  
 S. 42 Robert Kneschke

**Druck**  
 Häuser KG, Köln

**Anzeigenpreise**  
 Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 01

Der Inhalt dieses Magazins ist nach bestem Wissen und Kenntnisstand erstellt worden. Wir erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit in den Adressverzeichnissen. Haftung und Gewähr sind ausgeschlossen. Nachdruck und Reproduktion, auch auszugsweise, sind nicht gestattet.

## Müssen Kinder für ihre Eltern zahlen?

*So wie Eltern ihren Kindern zum Unterhalt verpflichtet sind, wenn diese nicht selbst in der Lage sind, ihren Lebensunterhalt zu bestreiten, so sind es Kinder ihren Eltern gegenüber.*

Zunächst haben die Eltern ihr eigenes Einkommen einzusetzen. Hierzu gehören auch Ansprüche aus einem Übergabevertrag, beispielsweise einem Altenteil, nicht aber aus einem höchstpersönlichen Wohnrecht, das nicht mehr ausgeübt werden kann. Reichen die Einkünfte nicht aus, ist das Vermögen zu verwerten, wobei das selbst genutzte Hausgrundstück in den meisten Fällen geschützt ist.

Bleibt danach ein ungedeckter Bedarf, wird im Regelfall hierfür zunächst der Sozialhilfeträger aufkommen. Der wiederum schickt dem Kind eine „Rechtswahrungsanzeige“, mitunter gleich verbunden mit der Aufforderung, Auskunft über die eigenen Einkommens- und Vermögensverhältnisse und die des Ehegatten zu erteilen. Ein unmittelbarer Auskunftsanspruch gegenüber dem

Ehegatten besteht zwar nicht. Dennoch muss das Kind auch für ihn Auskunft erteilen, da seine wirtschaftliche Situation die eigene Leistungsfähigkeit beeinflusst.

Zugrunde gelegt wird das, was das Kind und sein Ehepartner im Schnitt der letzten 12 Monate an Einkünften hatte. Dabei zählen nicht nur Erwerbseinkünfte, sondern auch Einnahmen aus Vermietung und Verpachtung, Kapitalvermögen usw.

Lebt es in einer eigenen Immobilie, ist hierfür der angemessene Mietwert zu ermitteln, von dem Zins- und Tilgungsleistungen abzusetzen sind. Der verbleibende Wohnwert wird wie ein zusätzliches Einkommen behandelt.

Absetzen kann das Kind berufsbedingten Aufwand, beispielsweise Fahrtkosten zur Arbeit. Weiter ist abzusetzen ein mitunter ganz erheblicher monatlicher Betrag zur Bildung einer zusätzlichen Altersvorsorge, dessen Höhe abhängig ist vom jeweiligen Bruttoeinkommen.

Hat das Kind unter dem Strich nicht mehr als 1.600 Euro, muss es keinen Unterhalt zahlen. Für seinen Ehegatten gilt ein Selbstbehalt von 1.280 Euro, sodass bei weniger als monatlich 2.880 Euro nichts gezahlt werden muss. Kann das Kind das, was den Eltern als Bedarf zusteht, nicht aus den Einkünften zahlen, ist zu prüfen, ob es verpflichtet ist, sein Vermögen zu verwerten. Eine selbst genutzte Immo-

lie muss das Kind nicht verkaufen. Bei sonstigen Vermögenswerten muss in jedem Einzelfall individuell geprüft werden, ob deren Verwertung zumutbar ist oder nicht, wobei häufig übersehen wird, dass dem Kind ein mitunter ganz erhebliches Altersvorsorgeschonvermögen zusteht, das nicht angegriffen werden muss.

Geschwister haften entsprechend ihrer jeweiligen Einkommens- und Vermögensverhältnisse anteilig. Kann danach ein Kind nichts zahlen, muss unter Umständen das andere Kind allein für den Unterhalt der Eltern aufkommen.

■ Gerhard Braune, Rechtsanwalt und Notar, Fachanwalt für Familienrecht, Lüneburg

## Wöbken, Braune & Kollegen

Rechtsanwälte • Notare • Steuerberater

Kanzlei und Notariat Kefersteinstr. 20 • 21335 Lüneburg

Tel. (041 31) 7895 00 • Fax (041 31) 7895 050

Anwaltliche Zweigstelle: Im Sande 8a • 21357 Bardowick

Tel. (041 31) 12 18 58

[info@woebkenbraune.de](mailto:info@woebkenbraune.de) • [www.woebkenbraune.de](http://www.woebkenbraune.de)

# Beratung finden Sie hier

## Betreuungsverein Lüneburg e.V.

Mo. und Fr. 9 – 11 Uhr,  
Do. 15 – 17 Uhr u. n. V.  
Tel. 0 41 31 / 7 85 98 - 0  
oder 0 41 31 / 7 85 98 - 10

## Beratung in Verlust- und Krisensituationen/Trauerbegleitung TABEA e.V.

Zentrale: Tel. 030 / 4 95 57 47

## Demenz-FRIDA

Freiwilligenhilfe für Demenzzranke und Alzheimerfamilien, Betreuung in Gruppen- und Einzelstunden, telefonische Beratung möglich, Demenz-Angehörigengruppe: je. letzten Di. im Monat, 15 Uhr  
Tel. 0 41 31 / 2 66 69 14

## Ehe- und Lebensberatung

(ev. und kath.) Sprechstunden in: Johannisstr. 36,  
Di. 17 – 18.00 Uhr  
Geschwister-Scholl-Haus,  
Mi. 15.30 – 17.30 Uhr  
tel. Anmeldung: Mo. – Fr. 8.30 – 9.30 Uhr, Di. 16 – 17.00 Uhr  
Tel. 0 41 31 / 4 88 98

## Seniorenbetreuung

Hohnstorf/Elbe  
Tel. 0 41 39 / 69 69 266

## AWO-Seniorenhilfen

Betreutes Wohnen,  
Hausnotruf und weiteres  
Tel. 0 41 31 / 75 96 16

## Weißer Ring

Hilfe für Kriminalitätsoffer  
Tel. 0 41 31 / 5 81 30

## Verbraucherberatung

Tel. 0 41 31 / 4 49 57

## Der PARITÄTISCHE

Tel. 0 41 31 / 86 18 - 0  
Sprechzeiten für alle Dienste  
Mo. - Do. 8 – 16 Uhr, Fr. 8 – 13 Uhr  
Ambulante Pflege  
Tel. 0 41 31 / 86 18 18 19  
Essen auf Rädern  
Tel. 0 41 31 / 86 18 15 16

## KIBIS des Paritätischen

Infos/Beratung zur Selbsthilfe  
Mo. – Mi. 9 – 12 Uhr,  
Do. 17 – 19 Uhr  
Tel. 0 41 31 / 86 18 20 21

## Caritasverband Lüneburg

Johannisstr. 36

## Dt. Rentenversicherung

## Braunschweig-Hannover

Mo.– Mi. 8 – 15 Uhr,  
Do. 8 – 18 Uhr, Fr. 8 – 13 Uhr  
Lessingstr. 2,  
Tel. 0 41 31 / 7 59 50

## Ichtys Lüneburg e.V.

zur Förderung des christl. Glaubens  
Tel. 0 41 31 / 18 89 85

## Pflegende Angehörige

über KIBISBetreuung

## Deutsches Rotes Kreuz

## Kreisverband Lüneburg

Schnellenberger Weg 42,  
Tel. 0 41 31 / 37 36 - 0  
Häusliche Krankenpflege,  
Tel. 0 41 31 / 67 36 13  
Alten- und Pflegeheim,  
Röntgenstr. 34, Adendorf,  
Tel. 0 41 31 / 9 88 - 0

## Deutsches Rotes Kreuz

## Ortsverein Lüneburg-Stadt

An den Reeperbahnen 1a,  
Tel. 0 41 31 / 26 66 90  
Erste-Hilfe-Kurse, Blutspende,  
Bewegung bis ins Alter,  
Häusliche Pflege und Beratung,  
Tel. 0 41 31 / 26 66 91 2

## DRK-Augusta-Schwesternschaft

Heinrich-Heine-Str. 48  
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 - 0,  
Alten- und Pflegeheim  
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 21  
Häusliche Krankenpflege  
Tel. 0 41 31 / 7 89 65 33

## Diakonische Werk

(Diakonieverband)  
An den Reeperbahnen 1  
Tel. 0 41 31 / 74 92 - 0

## Behindertenbeirat

Di. 15.30 – 16.30 Uhr u.n. V.,  
Hügelstr. 1, Tel. 0 41 31 / 76 09 07

## Dorfhelferinnen-Station

Christine Burmester  
Tel. 0 41 39 / 6 96 91 12  
Häusl. Krankenpflege  
Tel. 0 41 31 / 9 23 50  
Haus- und Familienpflege  
Tel. 0 41 78 / 3 37

## Hospiz Freundeskreis

Tel. 0 41 31 / 73 15 00

## Johann und Erika Loewe-Stiftung

Sozialpsychiatr. Versorgung  
Wohnen im Sonnenhof  
Tel. 0 41 31 / 67 90 24  
Ambulante Betreuung  
Tel. 0 41 31 / 67 90 24

## Johanniter in Lüneburg

Johanniter-Unfall-Hilfe:  
Diakoniestation, Häusliche  
Kranken- und Altenpflege,  
Betreutes Wohnen, Hausnotruf,  
Menüservice, Demenzgruppe,  
Haushaltsschutzbrief  
Volgershall 186,  
Tel. 0 41 31 / 75 74 10

## Posener Altenheim im Johanniterorden

Bernhard-Riemann-Straße 30,  
Tel. 0 41 31 / 85 44 60

## Alzheimer Gesellschaft

Haus der Stiftung Haus Schlüter  
Apfelallee,  
Tel. 0 41 31 / 76 66 56

## Altersgerechtes und barrierefreies Wohnen

Tel. 0 41 31 / 86 18 15

## Seniorenservicebüro und Pflegestützpunkt Lüneburg

Hospital zum Großen Heiligen Geist  
Heiligengeiststr. 29a, Lüneburg  
Frau Hermann,  
Tel. 0 41 31 / 3 09 - 32 13

Sprechstunde Seniorenbeirat  
Mi. 10 – 12 Uhr,  
Tel. 0 41 31 / 3 09 - 35 89

kostenlose Rechtsberatung  
14.30 – 16.30 Uhr  
jd 2. u. 4. Mittwoch im Monat  
Volljuristin u. Pflegerechtsdozentin  
Frau Ellwanger-Stache,  
Tel. 0 41 31 / 3 09 - 38 11

kostenlose Rentenberatung  
13.00 – 17.00 Uhr  
jeden Donnerstag u.n.V.  
Versichertenberater Herr Strohmeier,  
Tel. 0 41 31 / 3 09 - 31 92

## Senioren- und Pflegeheim Reiterhof

# Das Haus der *familiären* Gemeinschaft

*Ein Senioren- und Pflegeheim der ganz besonderen Art ist der „Reiterhof“. Hier kann man seinen Lebensabend mit Landliebe genießen. Fern ab von Hektik und Lärm inmitten der grünen Natur.*

Einst waren auf dem Hof viele Pferde zu Hause. Die großen Gebäude und das Eingangsportal erinnern noch an die Zeit der Gutsherren. Seit nunmehr 35 Jahren ist es ein Senioren- und Pflegeheim. Die Einrichtung ist ein familiengeführter Betrieb und bietet seinen Bewohnern genau dieses Gefühl in einer sehr gemütlichen Atmosphäre.

Im Haupthaus gibt es in 2 Etagen Zimmer. Über einen Fahrstuhl gelangen die Bewohner bequem nach oben. In der Mitte des Hauses ist die große Bauerndiele, die mit ihrem Kamin ein gern und viel genutzter Treffpunkt für alle ist. Fachlich qualifiziertes Personal versorgt die Bewohner rund um die Uhr. Sie pflegen die Bewohner nach neuesten pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen und in Anlehnung an die Pflegetheorien von Monika Krohwinkel. Um den hohen Standards des Qualitätsmanagements zu entsprechen, schult sich das Personal regelmäßig weiter.

Man kann zur Kurz- oder zur Vollzeitpflege hier wohnen. Die Betreuer und Pfleger sind hier sehr bemüht, für jeden Einzelnen in seiner veränderten Lebenssituation eine Vertraulichkeit zu schaffen. Die Umgebung leistet dazu sicherlich ihren Beitrag.

Bei der ganzheitlichen, aktiven Pflege sind die Mitarbeiter bemüht, bei den Bewohnern verlorene Fähigkeiten zurückzuerlangen beziehungsweise die vorhandenen Ressourcen zu erhalten und zu fördern.

Auf dem 6.000 m<sup>2</sup> großen Gelände, das parkähnlich angelegt wurde, befinden sich viele Sitzgelegenheiten und Wege für Spaziergänge. Es liegt abseits der Hektik inmitten der Natur in Sütthorf bei Neetze.

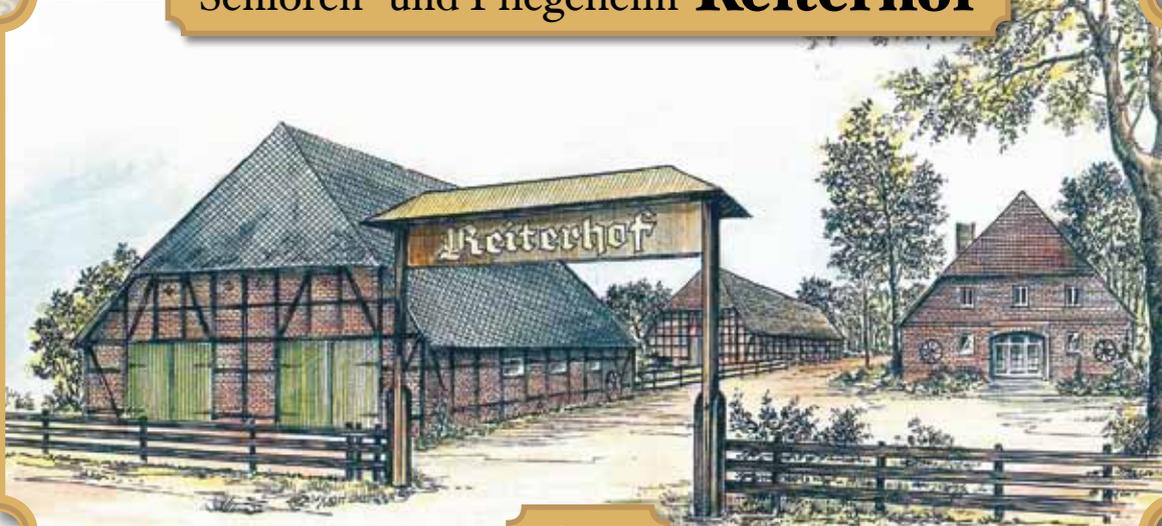
Direkt auf dem Gelände des Seniorenheims gibt es im vorderen Gebäude ein Café. Dort können sich Gäste und Besucher zu einem gemütlichen Kaffee zusammensetzen und angenehme Stunden verbringen. Langweilig wird es nie. Ist doch das Café hinter dem Drehort der Telenovela „Rote Rosen“.

*Senioren- und Pflegeheim „Reiterhof“  
Familie Malso*

*Am Eichenwald 1, 21398 Neetze/OT Sütthorf  
Tel. 05850 - 4 84, Fax 05850 - 12 40  
info@seniorenundpflegeheim.com  
www.seniorenundpflegeheim.com*

## seit 35 Jahren

# Senioren- und Pflegeheim **Reiterhof**



seit 1979



Unser Team betreut Sie nach neuesten pflegewissenschaftlichen Erkenntnissen liebevoll bei Tag und Nacht.

Unser Essen ist hausgemacht, abwechslungsreich und auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche abgestimmt.

Es gibt ein täglich wechselndes Beschäftigungsprogramm, das für viel Bewegung, soziale Kontakte und geistige Vitalität sorgt.

Aber der beliebteste Treffpunkt ist die gemütliche Bauerndiele mit Kamin und Großbild-TV.



Familie Malso  
Am Eichenwald 1  
21398 Neetze/OT Sütthorf  
Tel. 05850 - 4 84  
Fax 05850 - 12 40

[info@seniorenundpflegeheim.com](mailto:info@seniorenundpflegeheim.com)

[www.seniorenundpflegeheim.com](http://www.seniorenundpflegeheim.com)