

Shopping & Service **FROHNAU** Nr. 155 - Dez. 2013





Zu unserem Titelbild Adventsbasar im Centre Bagatelle

Das Kulturhaus in der Zeltlinger Straße 6 lädt wieder zum traditionellen Adventsbasar vor dem 1. Advent ein:

Freitag, 29. November 2013, 15 - 19 Uhr, Eintritt frei.

Dieser von Bernd & Annemarie Granzin sowie Barbara Witt-Sowinski im Erdgeschoss des Hauses organisierte Markt erfreut sich seit vielen Jahren beim Frohnauer Publikum und anderen Gästen großer Beliebtheit, weil er sich äußerst wohltuend von den großen kommerziellen Weihnachtsmärkten abhebt und das Centre Bagatelle davon profitiert.

Dicht am Zeltlinger Platz werden die Besucher bei diesem Basar vorweihnachtlich eingestimmt: Die mit dem Weihnachtsbaum geschmückte Terrasse des Hauses, der Duft von Kaffee, Kuchen und Punsch laden zum Adventsbesuch ein, die liebevoll mit Weihnachtsdeko, Trödelschätzen, Nostalgie-Puppen und individuellen Geschenkideen präsentierten Tische zum Stöbern.

Notieren Sie diesen Nachmittag in Ihrem Terminkalender und lassen sie sich ganz entspannt in guter Gesellschaft in Adventsstimmung versetzen.

Kulturhaus Centre Bagatelle

Zeltlinger Straße 6, 13465 Berlin-Frohnau

Text Karin Brigitte Mademann/k.ult-made: Fotos & mehr - Agentur für Fotografie, Festbegleitung, Künstlervermittlung, Buch-Unikate & Schreibwerkstatt für individuelle Aufträge.

Drei Partner, ein Ziel

**Gutes Sehen für Kinder und Jugendliche
des Elisabethstifts in Berlin**

Bereits seit 1826 engagiert sich das Elisabethstift in Berlin für Kinder und Jugendliche und bietet diesen ein sicheres, neues Zuhause sowie Halt im Leben. Für diese erfolgreiche Arbeit erhielt Sr. Edith stellvertretend für das Elisabethstift im letzten Jahr sogar den BAMBI.

Der Berliner Optiker „decker optic“, die Brillenmarke „Silhouette“ und der Unternehmensbereich Vision Care (Augenoptik) von ZEISS unterstützen seit Februar 2013 den wohlthätigen Gedanken der diakonischen Einrichtung und stellen den Kindern und Jugendlichen kostenlos Brillen zur Verfügung.

Das Zwischenergebnis nach sechs Monaten:

13 Brillen hat das Stift bereits für die Kinder erhalten.

Silhouette stellt die Brillenfassungen zur Verfügung, ZEISS die Brillengläser und Andreas Heinrich, Geschäftsführer von decker optic in Berlin, kümmert sich vor Ort um die Umsetzung: „Wir beraten die Kinder und Jugendlichen des Stifts bei der Auswahl und planen gemeinsam mit ihnen ihre Brille, damit in Zukunft richtiges Sehen kein Problem mehr ist! Und wir helfen sehr gerne, denn Engagement rund ums gute Sehen ist uns wichtig. Wir unterstützen nicht nur das Elisabethstift, sondern auch Sportvereine in der Region, allen voran die Frohnauer Batzen“, erzählt Herr Heinrich.



Unser Team wünscht seinen Kunden und allen Frohnauern ein schönes Weihnachtsfest und ein glückliches, erfolgreiches Jahr 2014.

decker·optic
BRILLEN · CONTACTLINSEN
BERLIN · FROHNAU

Andreas Heinrich
Staatl. gepr. Augenoptiker
Augenoptikermeister
Ludolfingerplatz 9 · 13465 Berlin
Frohnau · Tel. 030/401 28 30
Mo.-Fr. 9-19 Uhr · Sa. 9-14 Uhr

Die Förderung für das Elisabethstift

Warum fördern zwei internationale Unternehmen eine Einrichtung in Berlin? Die Antwort ist einfach: Die Brillenmarke Silhouette ist seit Jahren Partner von BAMBI und TRIBUTE TO BAMBI. Bei der letztjährigen BAMBI-Verleihung hat Sr. Edith auf sehr sympathische Art und Weise auf das Stift aufmerksam gemacht. „Und schon war die Idee geboren. Die nächsten Schritte waren einfach: Herr Heinrich war schnell für die Aktion zu begeistern, auch ZEISS hatten wir sofort mit im Boot“, betont Josef May, Geschäftsführer von Silhouette Deutschland.

**Decker Optic, Ludolfingerplatz 9, 13465 Berlin
Frohnau, Tel. 401 28 30**

Bildschirm-Arbeitsplatz

Kennen Sie das Problem von Ihrem Arbeitsplatz: Sie sitzen am Bildschirm und suchen mit Ihrer Gleitsichtbrille den richtigen Schärfebereich? Oder schlimmer noch: Sie leiden oftmals unter tränenden Augen oder Kopfschmerzen? Doppelt- oder Verschwommensehen sind Ihnen auch nicht fremd? Falls ja, so könnte eine der Ursachen eine „falsche“ Sehhilfe sein. Denn die „normalen“ Brillen genügen oftmals nicht den Anforderungen der Bildschirmarbeit.

So ist die klassische Lesebrille für eine Distanz von rund 40 cm konzipiert. Die Bildschirmarbeit findet aber in Entfernungen von 50 cm bis 70 cm statt.

Weder die Lesebrille noch das Arbeiten ohne Brille hilft Ihnen. Deshalb gibt es mittlerweile ein umfassendes Angebot an sogenannten „Bildschirmarbeitsplatzbrillen“, die speziell für die Tätigkeit am Computer konzipiert sind.

Besonders interessant für Sie: Wenn im Rahmen einer Un-

tersuchung die Notwendigkeit einer Bildschirmarbeitsplatzbrille bei Ihnen festgestellt wird, so ist Ihr Arbeitgeber zur Übernahme von Anschaffungskosten verpflichtet. Dies ist in



Bildschirmbrille.
Entspannt mehr leisten

FRAGEN KOSTET NICHTS

der sogenannten „Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge“ (ArbMedVV) geregelt.

Sowohl im Bereich des vorgeschriebenen Sehtests als auch hinsichtlich der Versorgung mit einer entsprechenden Arbeitsplatzbrille möchten wir Ihnen folgendes Weihnachtsangebot machen:

Komplettangebot ab 189,- Euro incl. Fassung und gehärteten superentspiegelten Officegläsern* und Sehanalyse, Stärkenbereich sph +/- 4,0 cyl +2,0; Fassung aus unserem Angebotssortiment

Ihr decker optic Team berät Sie gern.

**Decker Optic, Ludolfingerplatz 9
13465 Berlin, Frohnau, Tel. 401 28 30**

FROHNAU Shopping & Service

Herausgeber: Verlag Werbung in Frohnau
Auflage: 13.000 Stück. Redaktion: Peter Bauer
Zeltinger Platz 2 13465 Berlin, Tel. 401 14 12
E-Mail: peter.bauer.design@t-online.de

FROHNAU Shopping & Service erscheint acht mal im Jahr und wird kostenlos an Haushalte in Frohnau, Hermsdorf und Glienicke verteilt.

Artikel der Mitglieder der Interessengemeinschaft Frohnauer Geschäfte (IFG) stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Sie werden in der Verantwortung der unterzeichnenden Betriebe und Geschäfte veröffentlicht.




ELCH-APOTHEKE

Apothekerin **Martina Seitz**
Ludolfingerplatz 2 · 13465 Berlin-Frohnau
Tel 030 - 40 63 28-91 · Fax 030 - 40 63 28-92
www.elch-apotheke-frohnau.de

Aus unserem Serviceangebot:

- Messung von Blutdruck • Blutzucker
- Teemischungen • Homöopathie • Biochemie
- Anmessung von Kompressionsstrümpfen

Verleih von:

- Inhalationsgeräten (Pari-Boy)
- Milchpumpen (Medela) • Baby-Waagen

Kundenkarte

- Mit Zahlungserfassung und Ausdruck für die Krankenkasse • Kundenkartenrabatt
- Monatsrechnungslegung

Kosmetikberatung

Ihrer individuellen Wünsche und Bedürfnisse nehmen wir uns gern an. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Elch-Apotheke Verwöhnwochen in der Adventszeit

**Sie erhalten auf diese Kosmetikprodukte
in der Vorweihnachtszeit 10% Rabatt**

Vom 25. bis 30. November 2013 auf alle Produkte von
Avène und Furterer

Vom 2. bis 7. Dezember 2013 auf alle Produkte von
Louis Widmer

Vom 9. bis 14. Dezember 2013 auf alle Produkte von
Caudalie

Vom 16. bis 21. Dezember 2013 auf alle Produkte von
Eucerin

Wir wünschen unseren Kundinnen und Kunden eine schöne Adventszeit und ein besinnliches Weihnachtsfest.

**Elch-Apotheke, Ludolfingerplatz 2
13465 Berlin, Frohnau, Tel. 40 63 28 91**

Kunst trifft Handwerk

Unter dem Motto: „Gartenstadt Frohnau - erleben & genießen“ organisiert Cornelia Hasler mit „Kunsthand Berlin“ schon im 11. Jahr die Frohnauer Kunsthandwerkermärkte.

Der herbstliche Markt, eine Open-Air-Plattform für Aussteller aus den Bereichen Kunst, Design und Kunsthandwerk, verwandelte am 21. und 22. September als Teil der Berlin Art Week das Frohnauer Zentrum zwischen Kirche und Kasinoturm in eine einzigartige Open-Air-Galerie - ein Forum für Künstler, die nicht über die Mittel und Kontakte verfügen, sich in Galerien und Messen zu präsentieren.

**Der diesjährige Weihnachtliche Kunstmarkt
findet am 7. und 8. Dezember 2013 von 11-18 Uhr
auf dem Zeltinger Platz und im Edelhofdamm statt.**

Dieser beschauliche kunsthandwerkliche Weihnachtsmarkt hebt sich wohltuend von den übrigen kommerziellen in der Stadt ab. 140 Kunsthandwerker präsentieren bei stimmungsvollem Lichterglanz ihre Werke. Die Geschenkideen aus Künstlerhand sind Unikate und Kleinserien, die im Handel nicht erhältlich sind.

Lassen Sie sich verzaubern von diesen ausgefallenen Angeboten, vom Duft der Lebkuchen und gebrannten Mandeln. Genießen Sie frische Maronen und andere vorweihnachtliche Köstlichkeiten.

Es ist mittlerweile schon Tradition in Frohnau: Freunde treffen, gemeinsam über den Weihnachtsmarkt schlendern, Geschenke für Groß und Klein entdecken und einfach nur Frohnau genießen.

Wie man hört, soll dieser Weihnachtsmarkt einer der schönsten und beschaulichsten Weihnachtsmärkte in Berlin sein.

Mit dabei die zahlreichen karitativen Organisationen wie KIWANIS Frohnau, LIONSCLUB Leipziger Platz, Rotary Berlin-Humboldt, das Kulturhaus Centre Bagatelle, der Berliner-Bürgerverein und natürlich die Freiwillige Feuerwehr Frohnau mit der großen Gulaschkanone. Sie informieren, sammeln Spenden für wohltätige Projekte und geben Impulse für und mit Frohnau.

In der Johanneskirche gibt es ein interessantes Programm: Zuhören, Basteln und Mitmachen (Posaunenchor, Holzschnitzen, Ballettvorführung und Mitmachaktionen). Das sollten Sie unbedingt im Terminkalender vormerken!

Text & Foto: Karin Brigitte Mademann / k.ult-made (Agentur für Fotografie, Festbegleitung, Künstlervermittlung, Buch-Unikate & Schreibwerkstatt für individuelle Aufträge)



Plastiken von Bildhauer Ritter

60 Jahre BETTEN WINKLER in Frohnau Goßes Firmenjubiläum



In diesem Herbst blicken wir auf über 60 erfolgreiche Jahre in Frohnau zurück, davon allein 10 Jahre am „neuen Geschäftsstandort“ im Maximiliankorso 76.

Als besonderes Dankeschön für unsere Kundinnen, Kunden und interessierte Leserinnen und Leser aus Frohnau und Umgebung bieten wir Ihnen aus diesem schönen Anlass **für 10 Tage vom 27. Nov. - 7. Dez. 2013**

10% auf das gesamte Sortiment.

Außerdem erwartet Sie eine kleine vorweihnachtliche Überraschung.



Gerne beraten wir Sie in allen Fragen über Bettdecken, Matratzen und Textilien verschiedenster Art. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Bettenfachgeschäft Winkler

**Betten Winkler, Maximiliankorso 76
13465 Berlin, Frohnau
Tel. 030/401 46 56**

Die Galerie Kleines Fenster

in der Welfenallee zeigt im Dezember Bilder von der Künstlerin Sarah Morgenstern.

Störrig, grau und faul – so kennt der Volksmund den Esel. Die Künstlerin Sarah Morgenstern kennt die andere, echte Seite dieser Tiere. Aufgewachsen auf einem Gestüt für Großesel an der Loreley, schätzt sie besonders die Ruhe, die Gelassenheit und die Souveränität, die Esel ausstrahlen. So

nimmt das Motiv des Esels in den Werken von Sarah Morgenstern seit jeher einen wichtigen Platz ein.

Nach einem erfolgreich absolvierten Architekturstudium und Arbeitsjahren für unterschiedliche Firmen und Büros, widmet sich Sarah Morgenstern seit 2010 wieder der Kunst. Ihre Bilder vereinen Reduzierung und Emotionalität. Die derzeitige Eselsreihe zeigt Tuschbilder in Grautönen mit einzelnen Lichtpunkten. Sarah Morgenstern lebt bei Frankfurt am Main.

...weiter auf Seite 6



Eselreihe No. 3, Ink on Paper, about: 15 x 35 cm

Außer den Bildern der Künstlerin Sarah Morgenstern sind weitere Werke von Nord-Berliner Künstlern im Dezember in der Ausstellung zu sehen.

Aufgrund der großen Nachfrage, gibt es Armbänder und Ketten mit Perlen und vielen Naturmaterialien von Abries Endrulatis, Goldschmiedemeister aus Tegel, in der Galerie Kleines Fenster zu erwerben. Als besonderes Weihnachtsangebot gilt im Dezember „drei“ Weihnachtskarten aussuchen und „zwei“ bezahlen. Außerdem wird der Bestand an Kunstdrucken geräumt, diese sind ab sofort bis zu 80% reduziert.

Ein Besuch lohnt sich immer in der

Galerie Kleines Fenster

Angelika Springer, Welfenallee 9

13465 Berlin, Frohnau

Öffnungszeiten: Mo.- Fr. 15-18 Uhr

Fr. und Sa. 10-13 Uhr u. n. Vereinb.

Der Jugendbuch-Tipp

John Boyne, „Die unglaublichen Abenteuer des Barnaby Rooket“

Familie Rooket ist absolut normal - und stolz darauf. Über alle, die anders sind, rümpfen sie die Nase. Doch dann kommt Barnaby Rooket auf die Welt, und zum Entsetzen seiner Eltern ist er absolut nicht normal: Barnaby schwebt!

Der Junge wünscht sich nichts sehnlicher, als die Zuneigung seiner Eltern zu gewinnen, und er versucht alles, um mit beiden Beinen auf dem Boden zu bleiben. Aber er schafft es einfach nicht. An einem schicksalhaften Tag haben die Rookets genug von diesem Kind, das sich in ihren Augen doch nur ein bisschen anstrengen müsste, um normal zu sein. Sie lassen ihn los. Mutterseelenallein schwebt Barnaby davon - und kreuzt den Weg eines Heißluftballons, dessen Insassen, zwei etwas schrullige, aber herzensgute alte Damen, ihn bei sich aufnehmen. So beginnt eine magische Reise durch die Welt, auf der Barnaby eine ganze Reihe außergewöhnlicher neuer Freunde findet und schließlich begreift, dass nichts ihn glücklicher machen kann, als einfach er selbst zu sein. *Verlag KJB*

Buchhandlung Haberland

Zeltinger Platz 15, 13465 Berlin,

Frohnau, Tel. 401 37 47



Seidler

PHYSIOTHERAPIE

Gesundheit im Gleichgewicht

Galileo® Trainingstherapie
Muskel- und Knochenaufbau,
Fitness- und Koordination

Manuelle Therapie

Krankengymnastik
Klassische, Triggerpunkt-,
Fußreflexzonen-Massagen
Manuelle Lymphdrainage
KG ZNS - nach Bobath und PNF

Hausbesuche - Termine für Berufstätige



Frohnau - Nähe Zeltinger Platz
Markgrafenstr. 66 Ecke Mehringer Str.

www.physio-in-frohnau.de

Tel. 401 30 51



"Käthe-Dorsch-Haus" ❁

umsorgt - betreut - gepflegt

Charlottenburg
Tharauer Allee 15
14055 Berlin

Sozialdienst:
Tel: 3 15 11 -244, Fax: -344

in

"Haus Rixdorf" ❁

Neukölln
Delbrückstr. 25
12051 Berlin

Sozialdienst:
Tel: 6 28 84 -508/9, Fax: -522

Ausschnitte aus unserem Leistungsangebot:

- Vollstationäre aktivierende Pflege, auch vorübergehend
- Umfangreiche Ergotherapieangebote
- Hauseigene Küche, diätgerechte Kost

Verwaltung: Seniorenheim am Lietzensee GmbH, Donnersmarckallee 8, 13465 Berlin
verwaltung@sal-pflegeheime.de / www.sal-pflegeheime.de



RISTORANTE

LANDHAUS AM POLOPLATZ

Am Poloplatz 9 · 13465 Berlin · Fon 401.90.35

Dienstag - Freitag 16 - 24 Uhr/ Sonnabend, Sonntag 12 - 24 Uhr

www.landhausampoloplatz.de

Weihnachtsmenü-Vorschläge zum Mitnehmen

Günstige Menüs für Ihre betriebliche Weihnachtsfeier

Der Ristorante Gutschein: Auf Nummer Sicher gehen!

Hotelzimmer (DZ 85,-/ EZ 60,-) für Ihren Besuch

Günstige Preise für Ihre Außer-Haus-Weine: ab 9,- Euro



Wilhelm R. Middendorf | Dr. Katharina Raca-Waßmann

(angestellte Zahnärztin)

Zahnärzte am Maximiliankorso



**Maximiliankorso 3
13465 Berlin
Frohnau
Tel. 401 50 06**

● Individualprophylaxe

Professionelle Zahnreinigung, Air Flow, Zahnaufhellung

● Füllungstherapie mit Kunststofffüllungen
unter Schonung der Zahnhartsubstanz (minimalinvasiv)

● Ästhetische Vollkeramikrestaurationen
Inlays, Kronen, Brücken, Veneers (Keramikverblendschalen)

● Implantatberatung und Versorgung

● Wurzelbehandlung

● Parodontologie

Behandlung und Erhaltung des Zahnhalteapparats

● Kinder- und Jugendzahnheilkunde

● Eigenes Praxislabor

● Hochwertiger & individueller Zahnersatz

Alle guten Wünsche für die Feiertage und das neue Jahr

Zum Weihnachtsfest und zum Jahreswechsel wünschen wir unseren Patientinnen und Patienten alles Gute. Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen für 2014 viel Gesundheit und Wohlergehen.

Ihr Praxis-Team

www.zahnmedizin-frohnau.de

Alle Jahre wieder im Ristorante Landhaus am Poloplatz



Ganz besonders im Ristorante Landhaus am Poloplatz können Sie sich in der schönen Vorweihnachtszeit verwöhnen lassen. Einen Vorgeschmack auf die Weihnachtsfeiertage erhalten Sie schon heute:

Weihnachtsmenü 1

- * Scheiben von mariniertes Entenbrust auf Birnen-Sellerie-Salat und geröstete Pinienkerne
- * Petersilien-Knoblauchsuppe mit Schneckenragout und Shitake-Pilzen
- * Kross gebratenes Zanderfilet auf Kürbisrisotto mit getrockneten Tomaten und Stengelkohlsauce
- * Panettone-Panna cotta auf Quittenkompott und Calvados-Creme 41 Euro

Weihnachtsmenü 2

- * Gebackener Weißbrot-Cannelloni mit Auberginenfüllung, Mozzarellasauce und Basilikum
 - * Ravioli aus eigener Herstellung mit Ossobucofüllung auf Safransauce
- ...weiter auf Seite 8*



TISCHLEREI

HOPPE / MANKIEWICZ GbR

Holzbau · Innenausbau
Küchen · Altbausanierung

Dorfstraße 37 b · 16567 Schönfließ
Telefon: 03 30 56/744 45 · Fax: -/762 10
e-mail: jacques.hoppe@gmx.de

gut
bauen
mit
Holz

Taenzer Raumausstatter GmbH

Maximiliankorso 5
13465 Berlin-Frohnau

☎ 0 30/40 63 24 26
Fax 0 30/40 63 24 27

e-mail: taenzerghmbh@arcor.de
www.taenzer-raumausstatter.de

- Textile Wohnraumgestaltung
- Bodenbeläge
- Sonnen- und Insektenschutz
- Wasch- und Reinigungs-Service
- Polsterarbeiten
- Tapeten · Teppiche
- Rolladenreparatur

Dreschke Bestattungen

Fromageot GmbH · dreschke_bestattungen@web.de
Immer Ihr fairer Partner in Berlin, in Frohnau und in der Umgebung

13437 Berlin Oranienburger Str. 205
13509 Berlin Ernststraße 61

- ◆ Erd- Feuer- Seebestattungen
- ◆ Vorsorge - Hausbesuch - Begleitung
- ◆ Erledigung der Formalitäten-Beratung
- ◆ Anzeigen und Trauerkarten - Hilfe
- ◆ Gute Musik- und Blumenberatung
- ◆ Tag + Nacht 030 / 40 504 20



CompuLogic

Computer-Soforthilfe

Internet (DSL, WLAN, ISDN, Analog)
Internet-Telefonie · Beratung · Schulung
Installation · Administration · Netzwerke
Datenrettung · Virenbesetzung
Software-Entwicklung

24 h Vor-Ort-Service
Dipl.-Ing. J. Anvari **401 075 45**

Dr. med. Kerstin Anvari

Fachärztin für Neurologie/Psychiatrie
www.anvari.de · ☎ 433 6 222

Öffnungszeiten
Mo – Fr 9 – 12
Mo, Di, Do 15 – 18

Privat · Vorsorge · Gutachten
nach Vereinbarung
☎ 0179.931 32 25

Schloßstraße 22 · 13507 Berlin (Tegel)

Neurologie Tegel



- * Kalbsfilet an Rotwein-Schalottenmarmelade,
geschmorter Spitzkohl, sautierte Kräuterseitlinge
- * Bratapfel-Tirami Sú auf Amarettocreme
und karamellisierte Walnüsse 41 Euro

Weihnachtsmenü 3

- * Gebratene Riesengarnelen auf Mangosauce
und Salatbouquet
- * Pastinakencremesuppe mit Wildkräuterschaum
- * Traditioneller Gänsebraten mit Apfelrotkohl,
Kartoffelklößen und eigener Sauce
- * Lebkuchenparfait auf Zartbitter-Schokoladensauce
und marinierte Birnen 41 Euro

Bitte beachten Sie, dass die Menüs nur am 1. und 2. Weihnachtstagsfeiertag gültig sind.

Betriebliche Weihnachtsfeiern: Schauen Sie gern vorbei oder lassen Sie sich unsere Menüvorschläge für Ihre Weihnachtsfeier per E-Mail zusenden. Sie erhalten verschiedene dreigängige Menüs zu günstigen Preisen.

Das Jahr 2013 klingt im Ristorante Landhaus am Poloplatz traditionsgemäß ruhig mit einem **sechsgängigen Gourmet-Menü zum Preis von ca. 99 Euro** aus.

Den richtigen Treffer zu Weihnachten landen Sie garantiert mit dem **Ristorante-Gutschein**, den wir nach Ihren persönlichen Wünschen ausstellen.

Reservierungs- und Öffnungszeiten an den Feiertagen:

Montag, 23.12.13: Geöffnet ab 16.00 Uhr
Heiligabend: Geschlossen

Weihnachtsfeiertage: Reservierungszeit
am Mittag 12.00 Uhr oder 14.30 Uhr, nur Menüs
Am Abend ab 18.00 Uhr freie Zeitwahl – nur Menüs

27.12.2013: Geschlossen

Silvester: Gourmetmenü ab 19.00Uhr

Neujahr und 02.01.2014: Geschlossen

Betriebsferien: Dienstag, 4. bis einschließlich

Dienstag, 11. Februar 2014

Alle aktuellen Informationen können Sie auf unserer website unter www.landhausampoloplatz.de in der Rubrik „Termin“ einsehen. Wir freuen uns sehr auf Sie im Ristorante Landhaus am Poloplatz!

Attilio und Petra Maresca

Öffnungszeiten: Di.- Fr. 12-24 Uhr, Sa., So. ab 12 Uhr

Ristorante Landhaus am Poloplatz

Am Poloplatz 9, 13465 Berlin, Frohnau, Tel. 401 90 35



**Tischlerei
Hoppe/Mankiewicz
THM
WinterSPECIAL**



Nun hat die dunkle und kalte Jahreszeit Einzug gehalten. Wir haben uns ein paar Tage an der See den Wind um die Ohren wehen lassen und kommen mit frischen Ideen für Sie zurück!

Wir bieten Ihnen an, die Winterzeit für einen Tapetenwechsel im wahren Sinne des Wortes zu nutzen: bringen Sie mit neuer Farbe, neuem oder aufgearbeitetem Fußboden, neuer textiler Gestaltung und vielleicht sogar mit einem neuen Beleuchtungskonzept frischen Schwung in Ihr Zuhause! So verkürzen Sie die dunklen Monate und starten mit frischem Schwung in den Frühling, den Sie dann ohne anstehende Renovierungsarbeiten in vollen Zügen genießen können!



In den Wintermonaten können Renovierungs- und Sanierungsarbeiten in Innenräumen problemlos durchgeführt werden, die ggf. erforderlichen Trocknungszeiten für Maler- und Tapezierarbeiten sind nur unwesentlich länger bzw. die Trocknung wird durch Heizungswärme unterstützt und erfolgt gleichmäßig.

Nutzen Sie unser WinterSPECIAL und lassen Sie sich von uns ein kostenloses und unverbindliches Angebot für Malerarbeiten, Fußbodenverlege- bzw. Instandsetzungsarbeiten, Innenausbauarbeiten und textile Gestaltung in Zusammenarbeit mit der Fa. Taenzer Raumausstattung erstellen.



bauarbeiten und textile Gestaltung in Zusammenarbeit mit der Fa. Taenzer Raumausstattung erstellen.

Unsere Leistung beginnt, wenn Sie dies wünschen, mit dem Beiseiteräumen Ihrer vorhandenen Möbel, dem Schützen der angrenzenden Flächen vor Staub und Schmutz und endet nach Ausführung der vereinbarten Maler-, Tischler-, Fußbodenverlege- bzw. Dekorations-Arbeiten mit dem Einräumen Ihrer Möbel an den gewünschten Platz und der Reinigung aller Flächen.

Wenn Sie möchten, kann dieser Service auch während Ihres Winterurlaubs ausgeführt werden: Sie genießen die Wintersonne und kehren in ein frisch renoviertes Ambiente zurück!

Falls wir Ihr Interesse geweckt haben, erreichen Sie uns unter Tel. 033056/74445 und zu den Öffnungszeiten am:

Maximiliankorso 5, 13465 Berlin, Frohnau
E-Mail: jacques.hoppe@gmx.de
Tischlerei, Innenausbau
Hoppe/Mankiewicz GbR

Herrmann Moden

Das führende Fachgeschäft für
Damen- und Herrenmode seit 1979



Betty Barclay

BRAX

bugatti

M

MEXX

monari

olsen

ROSNER

KAPALUA®

OUI

WILVORST

Wir wünschen allen Kundinnen und Kunden
frohe Weihnachten und ein glückliches neues Jahr

Zeltinger Platz 5 · 13465 Berlin · Frohnau
Tel. 030/401 32 69





Kulturhaus Centre Bagatelle

Das kulturelle Juwel im Norden Berlins

Die Angebote des Nordberliner Kulturzentrums erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Das vom gemeinnützigen Trägerverein organisierte Programm bietet ein vielfältiges Kurspektrum, wissenschaftliche und künstlerische Vorträge, Filmvorführungen, Kinderveranstaltungen sowie ein facettenreiches Konzertangebot aus den Bereichen Klassik, Chanson, Jazz und Folklore.

Das komplette Dezember-Programm finden Sie auf Veranstaltungs-Flyern sowie im Internet unter „www.centre-bagatelle.de“

Im November beeindruckten vier Solisten aus der Musikervereinigung PROFOLK, die zum wiederholten Mal ein treues Stammespublikum und begeisterte neue Konzertbesucher in ihren Bann zogen. Ein weiteres Highlight war der traditionelle Büchermarkt zugunsten des Hauses, der bei Kaffee, Tee und Kuchen gemütlich zum Stöbern einlud. Der Erlös des Marktes hilft bei der Finanzierung der laufenden Unterhaltungskosten. Weitere Einnahmen erhält der Verein durch die Eintrittsgelder, Erlöse aus den Kursen und Vermietung für private Veranstaltungen. Die repräsentativen Räume eignen sich für vielfältige Nutzung.

Auf Wunsch kann auch professionelle Veranstaltungsbegleitung, Fotografie und mehr dazu gebucht werden.

Die denkmalgeschützte Gründerzeitvilla, die der gemeinnützige Verein vor über 5 Jahren erworben hat, um das Kulturhaus für Frohnau zu erhalten, erfordert jedoch auch Instandhaltungsmaßnahmen. Die dringend erforderliche Dachsanierung muss so bald wie möglich in Angriff genommen werden, weil im Dachgeschoss bereits Wasserschäden aufgetreten sind. Der Kostenschlag dafür hat Gesamtkosten in Höhe von 265.000 Euro ergeben. 165.000 Euro Lottomittel werden beantragt. Für die fehlenden 100.000 Euro startet der Verein deshalb eine Spendenaktion, damit der geforderte Eigenmittelbetrag im Zuwendungsantrag nachgewiesen werden kann.

Spenden werden auf folgendes Konto erbeten. Empfänger: Kulturhaus Centre Bagatelle e.V., Stichwort: „Spende Dachsanierung“, Berliner Commerzbank, Konto 922 966 700, BLZ 100 400 00. SEPA-Überweisung: **BIC:** COBSDEFFXXX, **IBAN:** DE08 1004 0000 0922 9667 00

Geplant ist, alle Spender, die damit einverstanden sind, unabhängig von der Spendenhöhe auf einer Tafel zu würdigen.

Kartenvorbestellungen: Tel. 868 70 16 68,
E-Mail: kartenvorbestellung@centre-bagatelle.de

Kurse: Lothar Herbig, Tel. 688 35 659
E-Mail: kurse@centre-bagatelle.de

Vermietung: Monika Fogt: Tel. 411 84 23
E-Mail: vermietung@centre-bagatelle.de

Angebot Festbegleitung: Mademann; Tel. 401 94 22
E-Mail: k.ult-made@gmx.de

Spenden für Märkte: Barbara Witt-Sowinski
Tel. 40 10 50 60, E-Mail: info@centre-bagatelle.de

**Kulturhaus Centre Bagatelle, Zeltinger Straße 6
13465 Berlin, Frohnau**

Text: Karin Brigitte Mademann/k.ult-made

Zu Gast bei interessanten Frohnauern Bernd Granzin und Barbara Witt-Sowinski

Stellungswechsel beim „Marktmeister“



Bernd Granzin

Bernd Granzin, seit Jahren eine Institution im Frohnauer Leben, organisiert mit viel Engagement, Fachwissen, Herzblut und literarischer Schelmerei Märkte im „Centre Bagatelle“ mit unterschiedlichem Motto: Advent, Edeltrödel, Bücher und Wäsche.

Nach gründlicher Recherche versteigert er als wortgewandter und gewitzter Auktionator die gespendeten Schätze zugunsten des Frohnauer Kulturhauses. Dabei

assistiert ihm ebenfalls mit großem Fachwissen zur rechten Hand seine Ehefrau Annemarie, zur linken Hand die Finanzfachfrau Barbara Witt-Sowinski.

Bernd Granzin, der demnächst seine Silberhochzeit und den 75. Geburtstag feiert, möchte im nächsten Lebensabschnitt mehr Freizeit genießen und befand die Zeit reif für einen Wechsel.

Das Ehepaar Granzin beschloss, in die zweite Reihe zu wechseln und der Jüngeren nun die erste zu überlassen.

Es fügt sich, dass Barbara Witt-Sowinski gerade ihre Freizeit durch den Eintritt der Frühpension erweitert hat und nun gern die Hauptrolle übernehmen kann. Sie vereint Erfahrungen aus allen bisherigen Märkten und Nutzung neuerer technischer Medien.

Neben ihrem liebsten Hobby, alten Puppen, frönt auch sie der Leidenschaft für Trödelmärkte, hat sich in vielen Jahren ebenfalls ein breites Fachwissen über Stempel, Signaturen und sonstige Echtheitsnachweise angeeignet. Nach sonntäglichen Trödelmarkttouren tauscht sie ihre Erfahrungen gern mit Bernd Granzin aus, gemeinsam wird mit der Lupe nach Beweisen gesucht und gefachsimpelt.

Dieser Erfahrungsaustausch und Zusammenarbeit bei künftigen Märkten wird auch weiter praktiziert werden. Beide „Marktmeister“ können sich dabei auf ein sehr engagiertes eingespieltes Team verlassen, das wie eine große Familie seit Jahren eine zuverlässige Gemeinschaft bildet.

Die Verantwortung für den Büchermarkt hat dabei schon Frau Erbe übernommen. Das Ehepaar Granzin konzentriert sich nun auf seine Spezialgebiete: Annemarie Granzin auf Glas, Porzellan und andere Schätze, die zwischen den Auktionen gespendet werden, Bernd Granzin auf Antiquarisches im Bereich Bücher und Bilder.

Die „Familie“ funktioniert also weiter, und wir wünschen der neuen „Marktmeisterin“ Barbara Witt-Sowinski viel Freude und Erfolg bei ihrer neuen Leitungsfunktion.

Text, Foto: Karin Brigitte Mademann / k.ult-made, Agentur für Fotografie, Festbegleitung, Künstlervermittlung



MS Azores – ein neues – altes – Schiff bei Ambiente Kreuzfahrten



AMBIENTE Kreuzfahrten präsentiert exklusiv für den deutschsprachigen Markt das 550-Passagier-Schiff MS Azores (ehemalige MS Athena), einen bestens bekannten und beliebten Klassiker. Neue, individuelle Routen und ein modernes Konzept an Bord prägen den frischen Stil der MS Azores. Der Katalog für 2014 ist ab sofort bei mir im Reisebüro verfügbar.

Intensiv war die Suche nach einem geeigneten Schiff – jetzt meldet sich die MS Azores mit einem neuen, attraktiven Programm für die Sommersaison 2014 zurück. Es handelt sich hier um ein klassisches Kreuzfahrtschiff im gehobenen Mittelklasse-Segment mit einem hervorragenden Preis-Leistungs-Verhältnis.

Vielen Stammgästen wird sie noch als ehemalige MS Athena bestens bekannt sein. Sie erfreut sich dank ihres maritimen Schiffstyps, der komfortablen Ausstattung, den geräumigen Teakholz-Außendecks und der überschaubaren Passagierzahl von maximal 550 Gästen einer großen Beliebtheit. Auch genießerisch kommen die Gäste voll auf ihre Kosten, angefangen beim klassischen Menü-Restaurant über ein tägliches Themenbuffet auf dem Panorama-Calypto-Deck bis hin zum besonderen Abend im Spezialitäten-Steakhouse ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Typisch AMBIENTE, typisch MS AZORES:

- Bordsprache Deutsch
- Getränkeauswahl/Softdrinks zu den Mahlzeiten inklusive
- Freundliche Wohlfühl-Atmosphäre
- Abwechslungsreiche Routen – auch kleinere, romantische Hä-

- fen
- Optimierte Hafen-Liegezeiten für erlebnisreiche Erkundungen an Land
- Vielseitiges Show- und Unterhaltungsprogramm auf angenehmen Niveau
- Informative Vorträge/Lektorate über Land und Leute
- Themenreisen und „Aktiv“-Ausflüge
- Kapitän-Empfang und Gala-Dinner
- Persönlicher, herzlicher Service
- Faire Nebenkosten

Natur, Kultur, Sehenswürdigkeiten – Erleben & Entdecken

Sobald Sie Ihre erste Kreuzfahrt erlebt haben, werden Sie in Zukunft vielleicht niemals mehr anders reisen wollen. Einfach bequem: nur einmal die Koffer packen und dann ziehen Sie ein in Ihr schwimmendes Hotel, Ihre kleine Ferieninsel. Es folgen abwechslungsreiche Tage, stets wechselt der Horizont, neue Entdeckungen warten auf Sie, von Hafen zu Hafen, immer zu ausgewählten Orten, zu den schönsten Plätzen der Welt. Ob auf eigene Faust oder mit den perfekt organisierten Landausflügen – lernen Sie Land und Leute kennen, wundervolle Landschaften und fremde Kulturen. Dann kehren Sie wieder zurück an Bord, wo Sie die freundliche Besatzung mit Ihrem Lieblingsdrink empfängt. Zwischen den einzelnen Reise-Stationen ist immer genügend Zeit, sich auf die nächsten Land-Abenteuer vorzubereiten. Dafür haben Sie schnell Ihren Lieblingsplatz gefunden, mal zurückgezogen auf einem Liegestuhl auf den Außendecks oder in geselliger Runde in einer der Bars oder Salons.

Reisen zu Polarlichtern oder in die Olympiastadt Sotschi

Zu den Routenhighlights des 550-Passagier-Schiffs zählen die Polarlichter in

Norwegen, die weißen Nächte in St. Petersburg sowie eine Reise in die Olympiastadt Sotschi.

Exklusiv und sehenswert: Für das einzigartige Kreuzfahrt-Erlebnis sorgt im März 2014 die Reise zu den Polarlichtern nach Norwegen, „Polarlicht-Zauber & Fjord-Erlebnis“.

Die 14-tägige Tour ab/bis Bremerhaven bietet AMBIENTE Kreuzfahrten als einziger Anbieter auf dem deutschen Markt an – zur besten Jahreszeit für dieses Naturschauspiel. Während der berühmten weißen Nächte im glanzvollen St. Petersburg steuert die MS Azores die „Höhepunkte der Ostsee“ an – darunter die Hansestädte des Baltikums und Kaliningrad, das heutige Königsberg.

Für zwei Sonderreisen nach Grönland im Hochsommer punktet der Kreuzfahrt-Spezialist mit der Begleitung durch ein wissenschaftliches Lektorenteam, das zusätzlich zu den Naturschauplätzen vor Ort hilfreiches Hintergrundwissen beisteuert. Auch im Herbst erwartet Reisende des bekannten Hochsee-Klassikers ein besonderes Highlight: Als eines der wenigen Schiffe fährt die MS Azores im Rahmen der großen Schwarzmeer-Reise die russische Schwarzmeer-Perle Sotschi an, die Austragungsort der Olympischen Winterspiele 2014 sein wird.

Einige Beispiele für das attraktive Preis-Leistungs-Verhältnis :

6-tägige Kurzreise „Frühlingsküsten & Weltmetropolen“, Abreise am 29. März 2014 mit Ausflugsmöglichkeiten nach London, dem historischen Brügge und Amsterdam ab 599 Euro pro Person in der 2-er Belegung.

15-tägige Sonder-Kreuzfahrt am 10. Juli 2014 „Arktischer Polarsommer auf Grönland & Island“ mit wissenschaftlicher Begleitung an Bord ab 2.359 Euro pro Person in der 2-er Belegung.

Buchen Sie Ihre nächste Traumreise auf der MS Azores bei mir im Reisebüro. Da ich das Schiff noch als MS Athena kennen- und lieben gelernt habe, freue ich mich darauf, Sie exklusiv beraten zu dürfen. Ihre Daniela Krienke

**Berliner Flugdienst Reisebüro
Ludolfingerplatz 1-3, 13465 Berlin
Frohnau, Tel. 261 10 61**

Shopping & Service in Frohnau

Interessengemeinschaft Frohnauer Geschäfte IFG

Apotheken

Elch-Apotheke, Martina Seitz
Ludolfingerplatz 2, Tel. 40 63 28 91

Ludolfinger Apotheke, Ruth Kröger
Ludolfingerplatz 8, Tel. 401 10 33
www.ludolfinger-apotheke.de
mail@ludolfinger-apotheke.de

Park-Apotheke
Zeltinger Platz 7, Tel. 401 10 58

Architektur-Büros

Architekt Dierk Mumm
Welfenallee 7, Tel. 40 10 41 74/75

Dipl.-Ing. Architekt Claus Schenning
Am Rosenanger 73, Tel. 69 59 82 81

Dipl.-Ing. Architektin Ulrike Wolf-Adelt
Alemannenstraße 37, Tel. 40 10 48 05
www.wolf-adelt.de

Ärzte

Dr. Oleg Surminski
Orthopädische Privatpraxis
Zeltinger Straße 3-5, Tel. 40 60 79 01
www.privat-orthopaedie.de

Heike Fischer
Arztpraxis, Hausärztliche Versorgung
Karmeliterweg 8, Tel. 401 67 37

Urologische Praxis
für Reinickendorf und Umland
Dr. med. Friedhelm Blömers
Dr. med. Jan Gelhaus, Catarina Weiß
Tannenstraße 3, Tel. 406 326 00
www.urologie-frohnau.de

Augenoptiker

Decker Optic, Inh. Andreas Heinrich
Brillen, Contactlinsen, Ludolfingerpl. 9
Tel. 401 28 30
E-Mail: info@decker-optic.de

Optikhaus Frohnau
Inh. Till-Eric Dietzler
Brillen & Contactlinsen
Zeltinger Platz 7, Tel. 40 10 35 67
E-Mail: info@optikhaus-frohnau.de

Ballett-Studio in Frohnau

Polina Grossmann-Benderskaja
Dipl. Choreografin, Dipl. Pädagogin
Ballett - auch für Erwachsene ab 45,
Studio: Fürstendamm 32, Büro:
Gawanstraße 39a, Tel. 401 87 92

Ballett- und Bühnentanz-Studio Unterwalder

Tel. 333 38 52, 0173/622 31 84

Banken

Berliner Volksbank
Ludolfingerplatz 7, Tel. 30 63 33 00

Berliner Volksbank - Beratungscenter
Ludolfingerplatz 5, Tel. 30 63 78 33

Banken

Berliner Bank
Zeltinger Platz 9, Tel. 31 09 90 90

Bestattungen

Dreschke Fromageot GmbH
Oranienburger Straße 205
Tag und Nacht: Tel. 411 12 98
Ernststraße 61, Tel. 40 50 420

Bestattungen

Grieneisen Bestattungen
Ludolfingerplatz 8 a, Tel. 78 78 29 06
Tag und Nacht: Tel. 78 78 20

Betten/ Textilien für Tisch & Tafel

Betten Winkler
Maximiliankorso 76, Tel. 401 46 56

Blumen

Blumen Fiebich
Zeltinger Straße 1, Tel. 401 69 69

Bücher

Buchhandlung Haberland
Zeltinger Platz 15, Tel. 401 37 47

Bilder/Galerien

Galerie „Kleines Fenster“
Angelika Springer
Welfenallee 9, Tel. 401 56 56
E-Mail: angelikaspringerberlin@web.de

Dachdecker

Dachdeckermeister Bernhard Keiling
Lichtungsweg 19, Tel. 406 21 38

Damenmoden

Lana e Seta
Maximiliankorso 1, Tel. 40 10 85 55
E-Mail: www.lanaeseta.de
kontakt@lanaeseta.de

Boutique „En Vogue“
Zeltinger Platz 2, Tel. 401 37 38
E-Mail: en.vogue@gmx.de
www.envogue-frohnau.de

Rondo Frohnau
Mode, Schuhe, Accessoires
Zeltinger Platz 16, Tel. 401 20 84

Damen- und Herrenmoden

Herrmann-Moden
Zeltinger Platz 5, Tel. 401 32 69

Damenmode/Miederwaren

„Wäsche für Tag und Traum“
Ingeborg Mauruschat
Miederwarenfachgeschäft
Zeltinger Platz 13, Tel. 401 24 84

Kindermoden

„Bienenkorb“, Exklusive Kindermoden
Maximiliankorso 1, Tel. 401 04 281

Ergotherapie

Ergotherapie Frohnau
Oranienburger Chaussee 62
Tel. 40 63 61 81
E-Mail: ergotherapie-frohnau@gmx.de

Ernährungsberatung

**Ideaform Frohnau, Institut für
Gesundheit und Wohlbefinden**
Hannelore Bettenhäuser, www.ideaform.de
Ludolfingerplatz 8, Tel. 40 60 54 16/18

Friseure

Lars Cordes Hairdesign
Zeltinger Platz 2, Tel. 40 10 40 06

Gartencenter

Preiss Gartencenter GmbH
Gollanczstraße 144, Tel. 401 10 28

Hauskrankenpflege

Mobile Hauskrankenpflege GmbH
Grund-, Behandlungs-Pflege, Haushalts-
hilfe, Oranienburger Chaussee 62
Tel. 401 47 81

Hegistai - Praxis für klassische Homöopathie

Dr. phil. Claudia Rieck
Ludolfingerweg 5, Tel. 91 57 62 63
0172/790 32 48
www.hegistai-homoeopathie.eu

Heilpraktikerin

Heilpraktikerin Stefanie Lemmer
Life Coaching & Gesundheit
Lipizzanerweg 20, Tel. 510 53 116
www.lifecoaching-gesundheit.de

Hörgeräte Akustik

Flemming & Klingbeil GmbH & Co. KG
Zeltinger Platz 5, Tel. 30 60 12-20
www.flemming-klingbeil.de

Immobilien

terrapian Immobilien Edeltraud Philipp
RDM, Ihre Partnerin im Norden
Zeltinger Platz 4, Tel. 401 10 23

Immobilien Dirk Wohltorf
S-Bahnhof Frohnau, Tel. 401 33 46

Engel & Völkers Wohn-Immobilien
Welfenallee 7, Tel. 406 38 500
E-Mail: Bjoern.Fritsch@engelvoelkers.com

Kinderatelier

Kreative Kurse, Barbara Zech
Dipl. Designerin, Psychoanalytische
Kunsttherapeutin, Ludolfingerplatz 5
Tel. 406 17 21

Körpertherapie/Yoga

Das gelbe Haus - Haus der Bewegung
**Sabine Auhagen-Brdiczka, Körperthera-
peutin, Burgfrauenstraße 69**
Tel. 404 46 79, E-Mail:
sabine_auhagen@freenet.de

103 Jahre **Gartenstadt**
...und im Internet:



Frohnau 1910 - 2013
www.frohnau-berlin.de

Anna Fonos-Fabritius
Yogalehrerin Dipl. Soz. Päd.
Tel. 40 10 86 84, www.yoga.jimdo.com

Kosmetik/Fußpflege/Wellness

Casa WellArte, Anita-Gabriele Axt
Biokosmetik und ShenDo Shiatsu
Lipizzanerweg 7, Tel. 67 94 60 06
anitaaxt@googlemail.com

Kosmetik/Wellness

Patrizia Pisano-Dreher
Ludolfingerplatz 5, Tel. 40 10 85 95
www.beauty-frohnau.de

Kosmetik

Kosmetik Berenyi
Esthétique du Corps - Centre de Beauté
Welfenallee 3-7, Tel. 401 07 688

Kunsthändler-Märkte Kultur- und Geschäftsstraßen- Management

Cornelja Hasler
Tel. 40 63 70 31, 0173/216 66 88
www.kunsthändler-berlin.de
E-Mail: info@kunsthändler-berlin.de

Künstler

Rino Axt, Welfenallee 3
Tel. 030/6794 5004

Nagelstudio

Nagelstudio Petra Rojko
Ludolfingerplatz 5, Tel. 40 20 94 06

Obst und Gemüse

Frohnauer Obst- & Gemüsegarten
Inh. Bettina Neuendorf
Zeltlinger Platz 15, Tel. 40 63 99 28

Physiotherapie

Physiotherapeutin Beate Fischer
Ludolfingerplatz 5
Tel. 40 10 44 34, 0176/26 10 58 85

Praxis für Physiotherapie Seidler
Markgrafenstraße 66, Tel. 401 30 51
0178/78 323 78, Fax 401 079 60
E-Mail: info@Physio-in-Frohnau.de
www.Physio-in-Frohnau.de

Physiotherapie & Prävention
Robert Pickroth, Physiotherapeut
Zeltlinger Platz 2
Tel. 40 60 77 71, 0170/311 48 25
www.physiotherapie-pickroth.de

Raumausstatter

Raumausstatter Taenzer
Maximiliankorso 5
Tel. 40 63 24 26

Rechtsanwälte

Kanzlei Ziegler, Peters & Partner
Rüdesheimer Straße 1, Tel. 406 368 10
Fax 406 368 11, www.zpp-kanzlei.de

Rechtsanwälte

Leonore Möller-Harder
Zerndorfer Weg 30, Tel. 26 30 83 83/84
E-Mail: l.moeller-harder@t-online.de

Rechtsanwaltskanzlei Thomas Wesch
Zeltlinger Platz 7, Tel. 40 63 99 60,
Fax -62, info@kanzlei-wesch.de

Reformhaus

Reformhaus Demski
Welfenallee 1, Tel. 401 37 15
www.demski.de, info@demski.de

Reisebüros

DER Reisebüro, ATLAS Reisen
Ludolfingerplatz 4, Tel. 401 10 54
E-Mail: Andreas.Werblow@atlasreisen.de

**Berliner Flugdienst & Britain
für Dich Reisebüro**

Ludolfingerplatz 1-3, Tel. 261 10 61
E-Mail: bfd-reisebuero@arcor.de

Restaurants/Cafés

Kaffeehaus Zeltinger
Terrasse, Sommer- & Wintergarten
Veranstaltungen, Catering, Außer-Haus-
Verkauf, Zeltlinger Platz 1 A
(Frohnauer Brücke), Tel. 401 10 17
www.kaffeehaus-zeltinger.de

Piccadilly, Kaffee und Tee
Zeltlinger Platz 2 a (Frohnauer Brücke)
Tel. 40 10 96 69
www.piccadilly-berlin.de

Ristorante Pantalone
Italienische Spezialitäten
Ludolfingerplatz 2, Tel. 401 91 32

Ristorante Landhaus am Poloplatz
Am Poloplatz 9, Tel. 401 90 35

Tafelfürst
Fürstendamm 1a, Tel. 53 79 49 65
www.tafelfuerst.de

Sanitätshaus

Sanitätshaus Hoffmann
Ludolfingerplatz 9, Tel. 401 47 09

Schuhreparaturen

Pongo's Absatzbar
Ludolfingerplatz 1-3 (Pavillon)
Tel. 0151/283 13 442

Seniorenbetreuung / Pflegedienst

**Philomena Seniorenbetreuung
& Pflegedienst GmbH**
Häusliche Pflege / Wohngemeinschaft
Zeltlinger Platz 5, Tel. 40 60 54 93
www.philomena-pflege.de

Seniorenheime

Käthe-Dorsch-Haus GmbH
Pflege- und Seniorenheim
Donnersmarckallee 8, Tel. 40 60 55-0

Seniorenheime

Vitanas Senioren Centrum Frohnau
Welfenallee 37-43, Tel. 406 39-101
www.vitanas.de

Spedition

Wohltorf Fachspedition für Umzüge
Tel. 432 11 00

Steuerberatung

Regina Albrecht, Zeltlinger Platz 11
Tel. 401 92 40, Fax 401 92 44
www.steuerberatung-kanzlei-albrecht.de

Tischlerei, Innenausbau

Hoppe / Mankiewicz GbR
Maximiliankorso 5
Tel. 033056/74445, Fax -/76210
E-Mail: Jacques.hoppe@gmx.de

Unterricht/ Nachhilfe & Lerntherapie

lehrreich - fördern und begleiten
Edelhofdamm 53-55, Tel. 40 108 208

Weine

Wein & Vinos OHG, Wein aus Spanien
Ludolfingerplatz 1, Tel. 74 74 33 76

Winetrader Vieux Moulin GmbH
Weineinzel- & Weingroßhandel
Weisingenstraße 10
Tel. 401 73 46, 401 20 27
weinetrader-vieuxmoulin@t-online.de

Yoga - Pilates - Kosmetik

**Jyotis - Zentrum für Körper &
Bewusstsein, Königsbacher Zeile 23**
Tel. 406 373 57
www.koerperundbewusstsein.de

Zahnärzte

Dr. med. dent. Matthias Thuma
Welfenallee 6, Tel. 401 77 76
www.dr-thuma.de

Wilhelm R. Middendorf
Dr. Katharina Raca-Waßmann
Maximiliankorso 3, Tel. 401 50 06
www.zahnmedizin-frohnau.de

Zoohandlung

Zoohandlung Frohnau Antje Maatz
Zeltlinger Platz 15, Tel. 401 36 83

Der Frohnau-Gutschein ...das besondere Geschenk

für alle hier gezeigten Geschäfte und
Service-Betriebe ist erhältlich:

Buchhandlung Haberland
Zeltlinger Platz 15
Boutique Lana & Seta
Maximiliankorso 1
Kaffeehaus Zeltinger
Zeltlinger Platz 1 A
Optikhaus Frohnau
Zeltlinger Platz 7





Tafelfürst

BERLIN | FROHNAU
Feine Genuss- & Tafelkultur

Delikatessen
erlesene Weine
Degustationen
Küchenhelfer
Tafeldekorationen

Besuchen Sie uns am Fürstendamm 1a in Berlin-Frohnau und erleben Sie den Tafelfürst. Degustation & Verkauf erlesener Weine, Delikatessen zum Genießen vor Ort und zum Auftafeln in den eigenen Wänden, Tafeldekoration für individuelles Gestalten und Küchenhelfer besonderer Qualität.

Mo. – Sa. 10–22 Uhr · Sonntag Ruhetag

030 - 53 79 49 65 www.tafelfuerst.de

Digitaldruck | Folientechnik | Schilder & Schriften
Fahrzeug- & Schaufensterbeschriftung
Leucht- & Werbetafeln & Banner
Plastikkarten & T-Shirtdruck | Baupläne & Poster

WERBUNG | DRUCK | MONTAGEN

**DRUCK&KOPIERWERK
MARCEL WOLLIN**
Heimestraße 42 | 13467 Berlin
030-481 30 11 | druckundkopierwerk.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr. 9:00 - 19:00 Uhr
Sa. 9:00 - 13:30 Uhr

**Poster-Aktion
A0 Poster 9,- Euro**

**Buchhandlung
Haberland**

Zeltinger Platz 15
Frohnau · 13465 Berlin
Tel. 401 37 47 · Fax 401 18 95

Belletristik · Berlin
Kinder- & Jugendbücher
Politik · Geschichte · Kochen

Bücher-Tipps

Jeannette Walls, „Die andere Seite des Himmels“

„Wir haben Grund zu feiern - von heute an ändert sich unser Leben.“ Diesen Satz aus dem Mund ihrer Mutter haben Liz und Bean schon oft gehört. Zu oft. Denn ihre Mutter, eine Folksängerin, die sich von allen verkannt fühlt, möchte immer dann ihr Leben grundsätzlich ändern, wenn Probleme am Horizont auftauchen. Nicht selten ist ein Ortswechsel damit verbunden. Dass sie die Mädchen für längere Zeit allein lässt, ist jedoch neu.

Als die Fürsorge hellhörig wird, machen Liz und Bean sich schnellstens aus dem Staub. Mutterseelenallein legen sie den langen Weg nach Byler, Virginia, zurück, dem Heimatort

ihrer Mutter und dem einzigen Zufluchtsort, der ihnen einfallt. Dort betreten sie eine Welt, die anders ist als alles, was sie bisher erlebt haben. Sie lernen ihren verschrobene, aber liebenswerten Onkel Tinslev kennen, erfahren erstmals, dass ihre Mutter aus einer wohlhabenden Familie stammt und dass sie ihnen fast alles über ihre Herkunft verheimlicht hat. Bean und Liz gefällt es in Byler, doch sie ecken in dem stockkonservativen Ort bald an. Und plötzlich haben sie den mächtigsten Mann des Ortes gegen sich. Für die beiden Teenager jedoch kein Grund, sich einschüchtern zu lassen.

Ein mitreißender Roman über zwei mutige Mädchen, die sich gegen die Welt der Erwachsenen auflehnen.

Verlag Hoffmann und Campe

Joachim Gauck, „Nicht den Ängsten folgen, den Mut wählen“

„Bürger trifft Bürger“, so beschreibt Joachim Gauck sein Verständnis auch der öffentlichen Auftritte, die er als Bundespräsident wahrnimmt. Dabei geht es ihm nicht darum, der Bevölkerung nach dem Mund zu reden, sondern eine klare Haltung zu wichtigen Fragen einzunehmen, die unser Leben und unsere Gesellschaft betreffen. Er hütet sich vor vermeintlichen Patentrezepten und sagt deutlich, wo ideologische Fallen lauern. Gerade dadurch hat er die Herzen und Köpfe in Deutschland für sich eingenommen, über Parteigrenzen hinweg.

Mit seinen großen Reden will Gauck uns dazu ermutigen, unser Leben und das Nachdenken darüber, ja das Schicksal unseres Landes selbst in die Hand zu nehmen. So spricht



er über Anpassung und Widerstand, darüber, wie schwierig es ist, Freiheit zu gestalten und warum Deutschland und Europa eine lebendige Erinnerung brauchen. Und nicht zuletzt sagt er, wie aus Untertanen engagierte Bürger werden.

Siedler Verlag

**Buchhandlung Haberland, Zeltinger Platz 15
13465 Berlin, Frohnau, Tel. 401 37 47**

Neu: Das erste Frohnau-Hörbuch als Doppel-CD

Warum wurde einst der Cecilienplatz in Zeltinger Platz umbenannt? Stimmt es, dass ein von der Havel abzweigender Kanal bis nach Frohnau geplant war? Weshalb hat der Front-



Sänger der Rockband „Die Ärzte“ den Spitznamen „Herr Senheimer“? Und aus welchem Grund beginnt jedes Heimspiel des Frohnauer FC mit dem Gang durch ein ehemaliges Friedhofstor?

Antworten auf diese und viele andere Fragen bekommen Sie im Hörbuch „Alles im Grünen Bereich –

Unerhörtes aus Frohnau“. Die Hörbuchsprecher Sven Matthias und Melanie Wirtz erzählen von den wendungsreichen Geschichten der Frohnauer Straßennamen, den erstaunlichen Ideen der Planer während der Gründungszeit, den ersten Siedlern, gestrengen Lehrern und ausgebüchsten Affen. Mit frohnautypischen Klängen und musikalischer Unterma- lung aus mehreren Jahrzehnten ist dieses Hörbuch ein ideales Geschenk für alle Frohnau-Liebhaber.

Das erste Hörbuch über Frohnau ist ab sofort im Kaffeehaus Zeltinger erhältlich. Freuen Sie sich auf einen kurzweiligen, fast zweistündigen Ausflug durch die Geschichte des Ortes!

Unser Angebot zur Adventszeit:

In den kommenden Wochen serviert Ihnen das Kaffeehaus Zeltinger weihnachtliche Genüsse aus der Adventskarte sowie ein spezielles Weihnachtsfrühstück. Für einen guten Jahresbeginn empfehlen wir Ihnen das Zeltinger-Katerfrühstück am Neujahrstag. Ihre Reservierungen nehmen wir gerne telefonisch entgegen. Unsere Kuchen und Torten erhalten Sie wie gewohnt, auch während der Feiertage, im Außer-Haus-Verkauf. Auch stellen Ihnen unsere Mitarbeiter gerne unsere Geschenkgutscheine vor.

Wir danken Ihnen herzlich für Ihre Treue und wünschen Ihnen frohe, besinnliche Feiertage und einen guten Rutsch ins Neue Jahr.

Unsere Öffnungszeiten während der Feiertage: Heiligabend 8:30 bis 14:00 Uhr, 1./2. Weihnachtsfeiertag 10:00 bis 17:00 Uhr, Silvester 8:30 bis 15:00 Uhr, Neujahr 9:30 bis 18:30 Uhr.

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8:30 bis 18:30 Uhr, Sa./So. 9:00 bis 18:30 Uhr.

**Kaffeehaus Zeltinger, Zeltinger Platz 1a
13465 Berlin, Frohnau, Tel. 401 10 17
www.Kaffeehaus-Zeltinger.de**

Ludolfinger APOTHEKE
Apothekerin Ruth Kröger
Ludolfingerplatz 8 • 13465 Berlin Frohnau
Fon 030 / 401 10 33 • Fax 030 / 401 05 70 4
www.ludolfinger-apotheke.de • mail@ludolfinger-apotheke.de

Urologische Praxis für Reinickendorf und Umland

Die urologische Praxis Dr. Friedhelm Blömers, Dr. Jan Gelhaus und Catarina Weiß ist in Frohnau umgezogen in die Tannerstraße 3, ca. 250 m entfernt von dem alten Standort Ludolfingerweg.

Wir freuen uns gleichzeitig über die Verstärkung unseres ärztlichen Teams durch Herrn Dr. Jan Gelhaus, zuletzt Funktionsoberarzt im Bundeswehrkrankenhaus Berlin. Herr Dr. Gelhaus bildet seit September 2013 durch seine gleichzeitige operative Tätigkeit im Humboldt-Klinikum eine Schnittstelle zwischen ambulanter und operativ stationärer Behandlung.

Ambulantes Leistungsspektrum:

- Waschsterilisation beim Mann in Lokalanästhesie
- Ambulante Eingriffe des äußeren Genitale beim Mann in Lokalanästhesie
- Medikamentöse Tumorthherapie
- 3D-Dopplersonographie der Prostata
- Krebsvoruntersuchungen
- Andrologie (Hormonstörungen, Potenzstörungen, Kinderwunsch)
- Inkontinenzbehandlung



Sprechzeiten				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8 - 12 Uhr 16 - 18 Uhr	8 - 12 Uhr 16 - 18 Uhr	8 - 12 Uhr	8 - 12 Uhr 16 - 18 Uhr	8 - 12 Uhr

Zügige und unkomplizierte Terminvergabe unter der Rufnummer 030 - 406 326 00
Fax: 030 - 406 326 60, eMail: info@urologie-frohnau.de, homepage: www.urologie-frohnau.de
Urologische Praxis Dr. Friedhelm Blömers/Dr. Jan Gelhaus/Catarina Weiß jetzt Tannerstr. 3, 13465 Berlin

KÄUFER GESUCHT?

Wenn Sie Ihre Immobilie veräußern möchten, finden wir den passenden Erwerber mit geprüfter Bonität und ehrlichem Interesse. Dafür sorgen unsere Fachkompetenz, unsere sorgfältig gepflegte Datenbank und unsere persönliche Betreuung.

Für nähere Informationen wählen Sie bitte die 432 11 00 oder besuchen Sie uns im Internet.

Dirk Wohltorf | Bahnhof Frohnau | 13465 Berlin
www.frohnau-immobilien.de | www.wohltorf.com

Umrug & Immobilie

facebook.com/wohltorf
twitter.com/wohltorf



Zeltinger Platz 7 • 13465 Berlin Frohnau
Fon 030 / 401 10 58 • Fax 030 / 401 10 59

www.park-apotheke-frohnau.de • mail@park-apotheke-frohnau.de



Lipizzanerweg 20
13465 Berlin

Tel.: 030 - 51 05 31 16

Stefanie Lemmer info@lifecoaching-gesundheit.de
Life Coaching und Gesundheit www.lifecoaching-gesundheit.de



Anita-Gabriele Axt

Biokosmetik

Fußpflege

Shendo Shiatsu

Systemcoaching

Tel.: 6794 6006

0173 7035 245

Lipizzanerweg 7, 13465 Berlin anitaaxt@gmail.com

K.ult - made

arin brigitte mademann

agentur für künstler. events & erlebnis-photografie

Organisation

- Feiern
- Künstlerversammlung
- mobiler Service

Foto

- Begleitung
- Portraits
- Präsentation

Memories

- Buch-Unikate
- Karten
- Rahmen
- von Künstlerhand

telex: 030 4019422
mobil: 0176 43046094
email: k.ult-made@gmx.de
www.kult-made.de

Sigmundkornö 44
13465 Berlin-Frohnau

Die Welt
wacht einen Menschen Platz, den
weiß, wahn er geht



HEGISTAL

PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

Dr. phil. Claudia Rieck

Ludolfsgraben Weg 5, 13465 Berlin

Telefon: 030 / 91 57 42 43

Mobil: 0177 / 290 32 46

E-mail: info@hegista-homoeopathie.de

Internet: www.hegista-homoeopathie.de

Stressfrei zum Schulabschluss

Life Coaching für Schüler(innen) und Eltern

Spätestens zum Ende der Schulzeit, wird Schule durch die bevorstehenden Abitur- oder MSA-Prüfungen für die meisten Familien zum Thema Nr. 1. Was genau verbinden wir mit einem guten Schulabschluss? Er erleichtert den Start in ein erfolgreiches Berufsleben und für viele Menschen ist dies gleichbedeutend mit einem gesicherten finanziellen Einkommen und sogar mit einem glücklichen und erfüllten Leben. So verwundert es nicht, dass genau dieses Ziel alle Beteiligten unter enormen Druck setzt. Aber ist es denn nicht ganz normal und brauchen wir vielleicht sogar Stress um Höchstleistungen zu vollbringen? Schaut man sich die neurowissenschaftlichen Erkenntnisse der letzten Jahre an, so ist die Antwort eindeutig: Nein!

Lernen funktioniert dann am besten, wenn wir uns offen, entspannt und mit Freude an der Erfahrung den Dingen zuwenden. Befinden wir uns in einem guten emotionalen Zustand, kann unser Gehirn optimal und effizient arbeiten. Druck, Angst und hindernde Gedankenmuster blockieren das Lernen und die Aufnahme von Informationen. Diese drei Faktoren versetzen unser gesamtes System in Stress und Anspannung und wirken im Körper identisch einer akuten Gefahrensituation, wie wir sie aus dem bekannten Beispiel, der Begegnung mit dem Säbelzahntiger, kennen. Der Körper kann nicht unterscheiden, ob wir uns in Lebensgefahr befinden oder „nur“ Schulstress haben. Er reagiert auf die Information „Gefahr in Verzug“ über das vegetative Nervensystem und das Hormonsystem (Ausschüttung von Stresshormonen) mit Flucht, Kampf oder Schockstarre. Energie für höchste körperliche Anstrengung wird bereitgestellt, die Durchblutung der Muskulatur und die Atemfrequenz werden erhöht. Im Gegenzug kommt es zur Minderdurchblutung des Gehirns und der Verdauungsorgane. Denn Denken und Verdauen kann man, wenn man sich vor dem „Angreifer“ in Sicherheit gebracht und hoffentlich überlebt hat. In diesem inneren Alarmzustand sind keine kreativen Denkprozesse möglich. Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Konzentrations-schwierigkeiten, Verspannungen, Verdauungsprobleme, erhöhte Reizbarkeit und Infektanfälligkeit sind nur ein kleiner Auszug möglicher Symptome. Folglich nutzt man sein Lernpotential nur zu einem geringen Prozentsatz, was wiederum den Stresspegel weiter in die Höhe steigen lässt.

Auch die Eltern sind betroffen. Sie machen sich Sorgen, möchten unterstützen, üben jedoch häufig (unbewusst) zusätzlichen Druck auf ihre Kinder aus. Natürlich ist die positive Absicht dahinter erkennbar, allerdings ist „gut gemeint“ leider nicht immer „gut gemacht“. Entspannte Kinder brauchen entspannte Eltern.

Die Zeit der Vorbereitung auf den Schulabschluss sollten Schüler(innen) so stressfrei wie möglich, in einem mental und emotional entspannten Zustand, verbringen und gleichzeitig motiviert und konzentriert sein. Aber wie geht das und was bietet in diesem Zusammenhang **Life Coaching**?

Coaching ist eine lösungsorientierte Begleitung und Beratung, die sich sehr individuell an den Bedürfnissen der Klienten orientiert. Die Atmosphäre ist hierbei geprägt durch



Vertrauen und Wertschätzung. Als guter Life Coach verfüge ich über ein umfangreiches Spektrum an professionellen Coaching-Methoden und ein fundiertes psychologisches Wissen, ohne zu psychotherapieren. Es geht um:

* Individuelle Stressbewältigung * Resilienz (Widerstandsfähigkeit gegen Stress) lernen * blockierende Denkmuster entlarven und auflösen * praxisnahe und alltagstaugliche Strategien entwickeln * Fähigkeiten und Stärken erkennen und nutzen * neue Möglichkeiten durch Perspektivwechsel.

Für Fragen und weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne telefonisch zur Verfügung. Ich freue mich auf Sie.

Herzlichst, Ihre Stefanie Lemmer

Life Coaching und Gesundheit
Stefanie Lemmer Lipizzanerweg 20
13465 Berlin, Tel. 510 531 16
www.lifecoaching-gesundheit.de

Studio WellArte

Weihnachtszeit – Zeit der Stille und der Besinnlichkeit

Mit dem Winter beginnt die Wandlungsphase „Wasser“. Die Sonne zeigt sich nur noch kurz, zu schwach um uns zu wärmen; die Nächte sind dunkel, kalt und lang. Das Leben wird langsam, still und besinnlich. Die Natur zieht sich zurück, die Tiere drosseln im Winterschlaf ihren Stoffwechsel auf ein Minimum, um Energie zu sparen und während der Zeit des „Wassers“ neue essentielle Energien aufzubauen.

Dem Element „Wasser“ werden in der Traditionellen Chinesischen Medizin unter anderem die Organe Blase und Niere mit ihren entsprechenden Meridianen (Energiebahnen) zugeordnet.

Der Blasenmeridian ist der längste Meridian in unserem Körper. Er beginnt im Gesicht an der inneren Augenhöhle, verläuft über die Stirn und den gesamten Hinterkopf, den Rücken entlang, trifft sich im unteren Rücken mit dem Ischiasnerv und verläuft mit diesem parallel an der Rückseite der Beine entlang bis zum kleinen Zeh.

Ganz in der Nähe beginnt unter der Fußsohle der Nierenmeridian, der an der Innenseite der Beine bis zum Sitzbein verläuft, dort in das Becken eintritt, Harn- und Geschlechtsorgane mit Energie versorgt, an der Schambeinkan-

Wir wünschen allen unseren Kunden und Geschäftspartnern frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr

Der führende Gartenfachbetrieb im Norden Berlins

Gollanczstraße 144 · 13465 Berlin
 Tel. 030/401 10 28 · Fax 401 90 26
 Im Internet: www.preiss-gartencenter.de

te wieder an die Oberfläche kommt, die Vorderseite des Rumpfes energetisiert und neben dem Brustbein unterhalb des Schlüsselbeins endet.

Beide Organmeridiane arbeiten wie Bruder und Schwester Hand in Hand und sorgen in ausgeglichenem Zustand für gesunde Nieren, Zähne, Haare und Knochen.

Mut und Selbstvertrauen, ein starker Lebenswille, Vitalität und Lebensfreude lassen uns auch in Stresssituationen einen klaren Kopf bewahren.

Ist unser „Wasser aus dem Gleichgewicht“, kann es im Meridianverlauf zu Spannungs-, Entzündungs- und Schmerzzuständen kommen. Erschöpfung, Antriebsschwäche, Lustlosigkeit, Frieren, Konzentrationsschwächen und Ängste sind häufig Anzeichen eines „geschwächten Wasserelements“.

Während einer **Entspannungskosmetik** in meinem Studio werden einige Akupressurpunkte auf dem Blasenmeridian im Gesicht, am Kopf und im Schulter- und Nackenbereich berührt, sodass sich dort angespannte Haut- und Muskelpartien glätten können.

Eine **Shendo Shiatsu Massage** an Rücken und Beinen entlang der Blasen- und Nierenmeridiane kann zu tiefer Entspannung führen, eventuelle Blockaden lösen und Ihre Energien wieder frei fließen lassen.

Bei der Ganzkörpermassage „**Bio Release Body**“ arbeite ich ebenfalls im Meridianverlauf, um den gesamten Körper optimal zu entspannen und die Haut mit wertvollen Wirkstoffen der Dr. Spiller Biocosmetic zu versorgen.

Darüber hinaus gebe ich Ihnen gerne Tipps, wie Sie mit entsprechenden Nahrungsmitteln, Körperübungen und anderen Aktivitäten Ihr Element „Wasser“ stärken können. Alle Behandlungen lassen sich auch wunderbar in Form von Gutscheinen verschenken. In diesem Sinne wünsche ich allen meinen treuen und zukünftigen Kunden eine entspannte Weihnachtszeit und berührende Festtage!

Anita-Gabriele Axt, Biocosmetikerin, Shendo Shiatsu Praktikerin, Systemcoach; Studio WellArte Lipizzanerweg 7, 13465 Berlin, Frohnau, Tel. 67 94 60 06



Dr. Jens Ziegler
 Rechtsanwalt und
 Fachanwalt für Erbrecht

- Erbrecht und Vermögensübertragung
- Handels- und Gesellschaftsrecht
- Allgemeines Vertragsrecht

zpsp
 ZIEGLER, PETERS & PARTNER

Rüdesheimer Straße 1
 13465 Berlin (Frohnau)
 Tel.: 030 | 406 368 10
www.zpp-kanzlei.de



Erinnern Sie sich noch?

Frohnau vor 10 Jahren

Am Sonnabend, dem 6. Dezember 2003, fand von 11 bis 18 Uhr der Frohnauer Weihnachtsmarkt auf dem Ludolfingerplatz und dem Zeltinger Platz statt. Dabei handelte es sich um einen traditionellen kunsthandwerklichen Weihnachtsmarkt, auf dem u.a. folgendes gezeigt wurde: Grafik, Filzarbeiten, Flechthandwerk, Floralkunst, Fotokunst-Design, Gewebtes, Grafik & Malerei, Holzschmuck, Keramik, Keramikschmuck, Metallkunst, Naturcollagen, Illustrationen, Papierdesign, Porzellanmalerei, Radierungen, Schmuckdesign, Skulpturen, Stoffpuppen, Textildesign, weihnachtliche Dekorationen.

Im Vorraum des Gemeindesaals der evangelischen Johanneskirche wurden Kinder von 12 bis 17 Uhr betreut. Es wurde gebastelt, Waffeln gebacken und es wurde Kakao ausgeschenkt. Dazu gab es einen Laternenumzug für Kinder, und die Bläsergruppe „Das junge Blech“ spielte.

Frohnau vor 20 Jahren

Klein-Frohnau ganz groß: Trödelspaß am Sonnabend, dem 13. November 1993. Die kleinen Frohnauer Mädchen und Jungen waren schon früh auf den Beinen, um sich einen günstigen Standplatz auf dem Kinder-Trödelmarkt mit Ski-Börse zu ergattern. Ab 10.00 Uhr begann der Handel mit gebrauchttem Spielzeug, Kinderkleidung und Wintersportgerät.

Frohnau vor 30 Jahren

Im November wurde angekündigt, dass ab 31. Dezember 1983 zum letzten Mal eine S-Bahn nach Frohnau fahren würde. Erst im August 1983 war das neue Dach des Bahnhofsgebäudes aus Mitteln des ehemaligen Reichsbahnvermögens fertig gestellt worden. Nun erinnerte der Bahnhof Frohnau nur noch daran, dass auch dieser Ortsteil einstmals an das Schienennetz angeschlossen war. Am 1. Januar 1984 wurde der Betrieb auf den drei noch verbliebenen Westberliner S-Bahnlinien ersatzlos eingestellt. Die DDR-Reichsbahnverwaltung betrieb nur noch einen Pendelverkehr zwischen Lehrter Bahnhof und dem Ostberliner Grenzübergang Friedrichstraße, um den Besuch Ostberlins und der DDR zu ermöglichen.

Das Mahnmal für die Gefallenen in der Wiltinger Straße wurde Ende 1983 von der Steinmetzfirma Eva Breuer gründlich restauriert. Schadhafte Stellen wurden ausgebessert, die Inschriften gereinigt und mit Steinfarbe neu ausgelegt. Die Mittel für die Restaurierung teilten sich der Haus- und Grundbesitzer-Verein Frohnau und die Bezirksverordnetenversammlung Reinickendorf.

Das neue Geschäft der Firma Reichelt am Zeltinger Platz wurde am Donnerstag, dem 1. Dezember 1983 mit Musik und Überraschungen eröffnet. Damit kehrte Reichelt nach einigen Jahren wieder in die Gartenstadt zurück. Das Geschäft hat eine Verkaufsfläche von circa 500 Quadratmetern. Gut für die Auto fahrenden Kunden: Auch der neue Parkplatz an der Burgfrauenstraße war rechtzeitig fertig geworden.

Frohnau vor 40 Jahren

Im November 1973 wurde im Jagen 95 des Frohnauer Waldgebietes eine mächtige Kiefer gefällt. Der Baumriese hatte einen Durchmesser von etwa zwei Metern und das stolze

Alter von 205 Jahren erreicht. Die Revierförsterei teilte die Gründe für die Fäll-Aktion mit: Danach war die Kiefer krank und wies im oberen Drittel mehrere Brüche auf.

Frau Gisela Blanke feierte im November 1973 ihr 25-jähriges Dienstjubiläum als Kindergartenleiterin. In einer Feierstunde im evangelischen Kindergarten Frohnau (Markgrafenstraße) dankten ihr Pfarrer Pohl und die Eltern der Kinder für ihre langjährige, aufopfernde Tätigkeit.

Ein besonderes Ereignis wurde im Haus des Verlegers und Druckereibesitzers Möller in der Mehringer Straße gefeiert. Anlässlich des 25-jährigen Bestehens der Zeitung „Der Nord-Berliner“ erhielt der 78 Jahre alte Adolf Möller auf Vorschlag des Regierenden Bürgermeisters das Bundesverdienstkreuz. Der Bezirksbürgermeister von Reinickendorf, Herbert Grigers, nahm die Ehrung vor. Er betonte die Verdienste der Heimatzeitung, besonders bei der Lösung lokalpolitischer Aufgaben.

Frohnau vor 50 Jahren

Am 7. November 1963 konnte die Park Apotheke am Zeltinger Platz ihr 10-jähriges Bestehen feiern. Unter Leitung von Apotheker Dr. Müller hatte sich die Apotheke in der Zeit seit 1953 in unserer Gartenstadt einen guten Namen geschaffen.

Nach Beobachtungen der Polizei waren an drei Stellen der DDR-Grenze zu Frohnau neue Fluchtsperren mit scharfen Wachhunden eingerichtet worden. Die auf Menschenjagd abgerichteten Bluthunde wurden abends mit einer ungefähr 80 Meter langen Kette im Grenzstreifen angebunden.

Ende 1963 gab es grünes Licht für den Ausbau des Flughafens Tegel. Die Stadt Berlin und der Bund standen vor dem schwierigen Problem der Finanzierung dieses gigantischen Projekts. Die Bausumme wurde damals mit 70 Millionen D-Mark kalkuliert. Die Pläne sahen vor, täglich 12 Düsenmaschinen in Tegel abzufertigen. Die Pisten sollten so verlängert werden, dass auch Interkontinentalmaschinen starten und landen konnten.

Der Schriftsteller Hugo Hartung („Wir Wunderkinder“, „Ich denke oft an Piroshka“) las am Freitag, dem 15. November 1963 für die Buchhandlung Violet Rudloff im Gemeindesaal der Evangelischen Kirche.

Mit dem Bau eines zweistöckigen Geschäftshauses mit einem modernen Selbstbedienungsladen von Nordstern-Reichelt wurde am Ludolfingerplatz begonnen. Gleichzeitig mit dem Ausheben der riesigen Baugrube erfolgte der Abriss des Verkaufspavillons.

Frohnau vor 60 Jahren

Am 29. November 1953, um 16.00 und 20.00 Uhr zeigte der Modesalon Marga Bree (Kurfüstendamm) im „Café Frohnau“, Zeltinger Platz 9-13, Tages- und Abendkleider in entzückenden Modellen, vorgeführt von reizenden Mannequins. Die Reisestelle des Bezirksamtes Reinickendorf gab bekannt, dass die Antragsformulare für „Die Erlangung eines kurzfristigen Interzonenpasses“ in allen Fällen vom Antragsteller eigenhändig zu unterschreiben seien. Unterschriften von Bevollmächtigten konnten anerkannt werden.

Nachdem es einige Überfälle auf Frauen gegeben hatte, die abends und nachts allein durch die Straßen an der Frohnauer Zonengrenze gegangen waren, beauftragte die Bezirksverordnetenversammlung das Bezirksamt Reinickendorf, in diesen unbeleuchteten Straßen für eine Notbeleuchtung zu sorgen.



Ergotherapie Frohnau

Inh. Corinna Trenz

Therapie für Kinder • Erwachsene • Senioren

Oranienburger Chaussee 62

13465 Berlin-Frohnau • Tel. 030/40 63 61 81

www.ergotherapie-frohnau-berlin.de

Sensorische Integrationstherapie • Konzentrationstraining
Schulische Teilleistungsstörungen • AD(H)S-Behandlung/-Beratung
Hirnleistungstraining • Neurologie • Handtherapie • systemische Beratung

Alle Kassen • BG • Privat • Hausbesuche

Regina Albrecht Steuerberaterin

Tel. 030/401 92 40

Fax 030/401 92 44

**Zeltinger Platz 11
13465 Berlin**

Steuerliche Beratung und Steuererklärungen speziell für:

- Renten-Einkünfte
- Grundstücks-Eigentümer (Vermietung/Verpachtung)
- Buchhaltung für freiberufliche u. gewerbliche Tätigkeit
- Lohn- und Gehaltsabrechnung
- Unternehmensgestaltung
- sowie Erbschaft- und Schenkungsteuer

www.steuerberatung-kanzlei-albrecht.de

Foto: P. B.



BALLET- UND BÜHNENTANZ *Studio*



... die ganz besondere Ballettschule



- Spaßklassen ab 2^{1/2} Jahren
- Klassisches Ballett
- Jazz / HipHop
- Steptanz – Showtanz

O' Damm Factory
Oranienamm 45, 13469 Berlin
Tel: 030-68 322 686 oder 030-33 33 852
Mobil: 0173-622 31 84

Die tanzbegeisterten Erwachsenen sind herzlich
Willkommen in unseren Klassen Ü 30, Ü 50, Ü 60!
Und natürlich weiterhin in unseren Zumba-Kursen.
Tanzspaß pur, ohne Vorkenntnisse!

Wiederholtes Umknicken

Es lässt sich nicht immer vermeiden mit dem Fuß ab und zu umzuknicken. Beim Sport kann es schnell passieren. Ein übersehenes Hindernis oder eine unerwartete Bodenvertiefung können ebenfalls die Ursache sein. Die Überdehnung wird beim gesunden Fuß bald ausheilen.

Wenn hingegen das Umknicken wiederholt auftritt, handelt es sich meist um einen schwachen Fuß. Nicht selten ist dabei der weit verbreitete Knick-Senkfuß die Schwachstelle. Durch das Umknicken entstehen Fehlbelastungen des Fußes mit unterschiedlichsten Beschwerdebildern. Die Gefahr ist groß, dass langjährige Komplikationen damit verbunden sein können.

Aktivitäten in der funktionellen Fußlängsachse können schwache Fußmuskeln recht schnell kräftigen. Die natürliche Längs- und Querwölbung des Fußes aktiv über die Muskeln zu stabilisieren wird in der Muskelbalance-Gymnastik bei jeder Übung mit einbezogen. Diese Wölbungen, die auch als Aufrichtung des Fußes bezeichnet werden kann, entwickeln sich über die wiederholte verschraubende Aktivität zwischen Vor- und Rückfuß. Das ist die Basis für die Gesamtkörperaufrichtung. Der kräftige Fuß verhindert dann das wiederholte Umknicken.

Da ein schwacher Fuß, der häufig umknickt, auch die Ursache für Beschwerden an anderen Körperregionen sein kann, ist es jedem anzuraten diese Schwachstelle zu behandeln.

Gerne gebe ich Ihnen telefonisch weitere Informationen über die Gruppen- und Einzelgymnastik.

Physiotherapeutin Beate Fischer

Villa am Ludolfingerplatz 5, 13465 Berlin, Frohnau

Tel. 40 10 44 34, 0176/26 10 58 85

Villa Wutke



**Kinderatelier
Barbara Zech**

Kindergeburtstage

Tel.: 4 06 17 21
Mobil: 0163 5 10 39 60



Zurück zur Leichtigkeit

Physiotherapie
Beate Fischer

Tel.: 40 10 44 34
Mobil: 0176 26 10 58 85

**PETRAS NAGELSTUDIO
& HOT STONE-MASSAGE**
20 Jahre

Petra Rojko
Schulungszentrum

Tel.: 40 20 94 06
Mobil: 0173 9 81 00 69



**Kosmetik
& Wellness**

Patrizia Pisano-Dreher

Tel.: 40 10 85 95

Ludolfingerplatz 5 · Eingang Weifenallee · 13465 Berlin

Wenn permanent – dann meinpermanent

Permanent Make-up, richtig ausgeführt, ist eine wahre Freude, die Sie jahrelang begleitet. Es erleichtert den Alltag, spart Zeit und schafft Wohlbefinden. Moderne Novox Mineralfarben der Firma LaBina,

innovative Geräte und eine ausgefeilte Technik bieten anspruchsvollen Kundinnen perfekte Resultate. Von nun an können auch die Frohnauer Kundinnen den meinpermanent Service in ihrer Nähe nutzen.



Anja Heinen

Augenbrauen sind nach wie vor der gefragteste Bereich, mit unwahrscheinlich vielen Möglichkeiten und Arbeitsmethoden. Heute gehen wir auf häufig gestellte Fragen ein. Wie sieht die perfekte Braue aus? Wie sieht die Farbe in einem Jahr aus? Und gibt es Korrekturmöglichkeiten für Farb- und Formveränderungen?

Ob eine Augenbraue mit kürzeren einzelnen Härchen für den

natural look, mit oder ohne vorheriger Schattierung, mit längeren Härchen für eine klare Außenkontur oder „nur“ komplett schattiert wird, hängt maßgeblich von der Dichte der eigenen Härchen sowie der gewünschten Optik des Resultates ab. Die meinpermanent-Methode verbindet die Vorteile marktüblicher Zeichentechniken in Kombination mit jahrelangem Know-how und verhilft Ihnen so zu absolut perfekten Augenbrauen.

Breit und langgezogen oder kurz und knapp – den Rahmen geben Stirn und Augenhöhle, zu der die Braue hinterher passen muss. Nach etwa einem Jahr darf die Farbe etwas nachlassen. Wichtig ist die Farbstabilität.

Das Ergebnis wird heller, bleibt aber seinem ursprünglichen Farbton treu. Nach 3-5 Jahren ist die Farbe stark verblasst. Aufgefrischt werden kann die Farbe jederzeit. Um ungewünschte Rot- oder Graustiche zu vermeiden, enthalten LaBina Farben keine Eisenoxyde, die z.B. zu unschönen rötlichen Verfärbungen führen. Leiden Sie schon unter verfärbten Pigmentierungen? Trauen Sie sich uns anzusprechen, Fr. Heinen bekommt fast alles wieder hin.

Ob Augenbrauen, Augenlider oder Lippen seit mehr als 7 Jahren hat sich Frau Heinen von der Firma meinpermanent ausschließlich dem Permanent Makeup verschrieben. Über 30 Partnerstudios, Friseure, Wellnesscenter und Praxen in Berlin und Brandenburg, arbeiten mit uns zusammen und holen sich die Fachfrau ins Haus. Wir möchten Sie kennenlernen und Sie für uns begeistern.

Wir starten mit einem Aktionstag in der Villa Wuttke mit 50% auf Neuarbeiten für angemeldete Kunden. Kommen Sie am 11.12.2013 zwischen 12h und 16h vorbei und genießen Sie kompetente Beratung in schönem Ambiente, einen leckeren Prosecco und Profi-Tipps gibt's gratis. Das Angebot gilt bis alle Termine vergeben sind. Selbstverständlich erhalten Sie auch einen Wunschtermin nach telefonischer Vereinbarung.

Bis bald im Nagelstudio, Anja Heinen

Nagelstudio Petra Rojko
Ludolfingerplatz 5, 13465 Berlin
Frohnau, Tel. 40 20 94 06



Große Weihnachtsveranstaltung des Ballett- und Bühnentanzstudios Unterwalder

am Sonntag, 8. Dezember 2013
 14.00 bis 17.30 Uhr im Gemeindesaal
 der Ev. Johanneskirche, Zeltinger Platz

Nach fleißigem Unterricht in unserer schönen neuen Schule feiern alle unsere Ballett- und Bühnentanzschüler nun unserer Weihnachtsveranstaltung entgegen. Sie freuen sich auf die schönen Kostüme, das Gelern-


te zu zeigen und natürlich auf das Daumendrücken und den Applaus der Zuschauer.

In unserem bunten Programm ist wieder ein Zuschauer-Mitmachprogramm enthalten. Wir freuen uns sehr auf alle kleinen und großen Zuschauer.



Alle sind herzlich eingeladen!





**Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern
ein frohes Weihnachtsfest und
ein glückliches neues Jahr 2014.**

Das Team von „Frohnau Shopping & Service“





Puppe und Puppenkleider vom Weihnachtsbazar im Centre Bagatelle Foto: Peter Bauer