



Das kostenlose Monatsmagazin als Papierzeitung in den Briefkästen & als Hochglanzheft in den Läden!
30.000+ Zeitungen für Falkensee, Dallgow-Döberitz, Seeburg, Groß-Glienicke & Schönwalde

falkensee

aktuell

Geschichten aus dem Havelland

März 2010 · Nr. 48 · Redaktion & Anzeigen: 03322-5008-0
Mail: info@falkenseeaktuell.de · Internet: www.falkenseeaktuell.de

3430 Stimmen: Die Wahl zum besten Restaurant

Hong Shun gewinnt



Die Idee war eine gute: Vor über einem Jahr riefen wir unsere Leser dazu auf, das beste Restaurant der Stadt zu wählen. Über 200 Leser haben sich an der Wahl beteiligt und wir kürten das **Mister Vu** zum Gewinner des Jahres 2008.

Unser Gastro-Award kam so gut an und entfachte so viele kreative und nützliche Diskussionen um den gastronomischen Standard in der Stadt, dass wir beschlossen haben, die Wahl jedes Jahr zu wiederholen. Die Notwendigkeit einer solchen Wahl sehen anscheinend auch die Falkenseer. Beim Voting für das Jahr 2009 haben sich dieses Mal **3430 Personen** beteiligt. Die Stimmzettel wurden in den Restaurants eingesammelt, uns mit der Post geschickt, gefaxt und uns persönlich überreicht. Manche Leute haben nur ein Restaurant bewertet, andere gleich den ganzen Zettel ausgefüllt. Es wurden zahllose Einsen verteilt, aber auch wieder hemmungslos Fünfen und Sechsen verteilt - den Schulnoten entsprechend.

Um die Stimmzettel auszuwerten, haben wir über einen Monat gebraucht und extra für die Eingabe der Daten eine eigene Software entwickeln lassen. Es war überaus spannend, noch bei der Eingabe der Stimmen zu sehen, wie die einzelnen Restaurants mal in der Wertung gewannen oder verloren. Bis kurz vor Schluss stritten sich das **Mister Vu** und das **Hexenhaus** um den ersten Platz, dann schaffte es das **Hong Shun** doch noch, den Sieg davonzutragen: Es erhält von uns die Auszeichnung „Bestes Restaurant 2009“. Übrigens hat das Hong Shun auch die meisten Stimmen auf sich vereinen können: 1.126 Restaurantgänger stimmten für das Hong Shun.

Das Team von Falkensee aktuell gratuliert den drei Gewinnern. Alle Ergebnisse finden sich in diesem Heft auf den Seiten 20 und 21.

Autohaus Ehl Falkensee
www.bmw-ehrl.com

Berlin
Falkensee
Halle
Dessau
Eitnerfeld

Freude am Fahren

Spandauer Str. 16-20
14612 Falkensee
Tel. 03322-2989-0

BMW Financial Services

EHL

Boettger & Scheffler
IMMOBILIEN

- Unsere Firma sucht ständig -

Ein-, Zwei-, Mehrfamilienhäuser / Baugrundstücke in Falkensee - Schönwalde - Dallgow - Brieselang

Immobilien
...erfolgreich kaufen !
...erfolgreich verkaufen !

Wir bieten Ihnen über **17** Jahre Erfahrung und einen umfangreichen Service

14612 Falkensee, Falkenhagener Straße 14 a
Tel. 0 33 22 - 20 17 17

www.Boettger-Scheffler-Immo.de

Auto Punkt Falkensee
GmbH

Vertragshändler Service · Verkauf
Neu-, Jahres- und Gebrauchtwagen
Preiswerte Kfz-Reparaturen aller Art und Typen mit TÜV · Dekra u. AU im Haus

Coburger Straße 8
14612 Falkensee · ☎ (03322) 35 35

Wir kratzen an den Preisen!
z. Bsp.: Der Hyundai i20 1.2 Comfort.

Erstzulassung 09/2009, rot, ESP, Servolenkung, Klima, ABS, ZV u.v.m.

Viele weitere top Modelle im Angebot!

Ihr CSB-Angebot:
UPE: 14.800 EUR
Hauspreis: 10.490 EUR*

CSB Car Service in Berlin GmbH
SPANDAU: Am Juliierturm 15-29,
13599 Berlin, Telefon: 030/30 39 83 12,
E-Mail: postfach@car-service-berlin.de,
www.car-service-berlin.de

20 JAHRE CSB
DAS AUTOHAUS IHRES VERTRAUENS

HYUNDAI www.hyundai.de

Fahrzeugaufbildung enthält aufpreispflichtige Sonderausstattung. * inkl. Überführung
Kraftstoffverbrauch (l/100 km) und CO₂-Emission (g/km): innerorts 6,4 l, außerorts 4,5 l, kombiniert 5,2 l und 124 g.

Falkensee: Hauseinbrüche haben im Winter Hochkonjunktur

Einbrecher: Nein Danke!



Der Falkenseer Polizeibericht meldet in den Wintermonaten wieder einen Hauseinbruch nach dem anderen. Meist gehen die Einbrecher sehr brutal und ohne Hemmungen vor - und nutzen die Abwesenheit der Hauseigentümer, um Türen und Fenster aufzubrechen. So viel Aufwand für so wenig Lohn: In der Regel stehlen die Diebe immer nur ein wenig Technik. Mal eine Kamera, mal einen Notebook. Unglaublich, dass die Täter für die wenigen Hehler-Euro ein so großes Risiko auf sich nehmen.

Die Polizei meldet dennoch, dass die Anzahl der Einbrüche zurückgegangen ist: „Von Oktober 2009 bis Ende Januar 2010 wurden die Beamten zu insgesamt 71 angegriffenen Eigenheimen gerufen. In den Vergleichszeiträumen 2007/2008 sowie 2008/2009 waren noch 101 bzw. 77 solche Delikte registriert worden. In etwa 20 Prozent der Fälle blieben die Einbrüche im Versuchsstadium stecken. Die Täter waren an Sicherheitseinrichtungen gescheitert oder von aufmerksamen Anwohnern über-

www.naturalearning.de
Michaela Gemüth
 Heilpraktikerin - Psychotherapie
 Sport- u. Gesundheitslehre
 TierTherapien & Verhaltenstraining
 Tel. : 03322 / 21 31 727

Training / Kurse & Therapie
 Rücken-, Muskel-, Gelenkprobleme
 Schmerzen, Stress
 Erschöpfung, Angst

ab März: D.O.T. - dogs on trail ...
 Ausbildung, Spiel, Sport & Spaß

rascht worden und daraufhin verschwunden.“

Die Polizei hat die eigenen Anstrengungen verstärkt und über 15.000 Handzettel mit Präventivtipps verteilt. Außerdem investierten die Beamten an 36 Einsatztagen über 5.000 Einsatzstunden, um Präsenz zu zeigen, Bürgerhinweisen nachzugehen, Fahrzeuge zu kontrollieren und in den Nachtstunden verstärkt Streife in Wohngebieten zu fahren, die besonders häufig von Einbrechern heimgesucht wurden. Eine Festnahme auf frischer Tat konnte leider trotzdem nicht verkündet werden.

Inzwischen steigt in der Bevölkerung das Bewusstsein dafür, dass man gegenseitig aufeinander aufpassen muss. In der Mainstraße haben sich Einwohner zur „Aufmerksamen Nachbarschaft“ zusammengeslossen. Hier wird angeregt, Ungereimtheiten in der Straße nachzugehen, Telefonnummern auszutauschen, sich gegenseitig über Urlaube zu informieren und die Kennzeichen unbekannter Fahrzeuge zu notieren.

Ralf Mittag weist darauf hin, dass der beste Einbrecher der ist, der gar nicht erst ins Haus gelangt. Er bietet gern an, die Häuser der Falkenseer als Sicherheitsfachmann zu begutachten, um das Aufstellen einer Bublitz-Alarmanlage zu demonstrieren. Diese Alarmanlage kann jederzeit im eigenen Heim nachgerüstet werden. Sie braucht nur eine Steckdose und misst die Luftschwingungen im Haus. Während sich die Bewohner frei im Haus bewegen können, schlägt die Anlage sofort Krach, sobald die Haustür oder ein Fenster gewaltsam geöffnet werden.



Bublitz Vertriebs- und Servicezentrum Ost,
 Ralf Günther Mittag,
 Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 74, 14612 Falkensee, Tel.: 03322 - 400 452, www.bublitz-alarm.de

Liebe Havelländer,
 der Gastro Award ist endlich gezählt. Wir gratulieren dem **Hong Shun zum Sieg.**

Erschreckt sind wir in der Redaktion, dass von 30 teilnehmenden Restaurants sechs schon wieder zugemacht haben - nur drei Monate nach dem Ende der Befragung.

Erstaunt bin ich auch darüber, wie gut unser Special „**Gesundheit & Wellness**“ angenommen wurde. 12 Seiten haben wir am Ende für das Thema reservieren dürfen. Klarer Fall: Die nächsten Sonderthemen stehen bereits fest. Aber wir verraten noch nix.

Wichtig: Noch zwei Monate bis zur **Jubiläumsnummer 50**. Wir sind aufgeregt. **Carsten Scheibe für das Team**

Impressum

Falkensee aktuell erscheint immer am letzten Mittwoch eines Monats. Das Heft wird kostenfrei als Zeitung in die Haushalte in Falkensee, Schönwalde, Dallgow-Döberitz, Seeburg und Groß-Glienicke verteilt und liegt als Hochglanzmagazin in vielen Läden aus.

Verlag:
 Pressebüro Typemania GmbH
 Carsten Scheibe (Geschäftsführer)
 Werdener Str. 10, 14612 Falkensee
 HRB: 18511 P (Amtsgericht Potsdam)
 Telefon: 03322-5008-0
 Telefax: 03322-5008-66
 Mail: info@falkenseeaktuell.de
 Web: www.falkenseeaktuell.de

Chefredaktion + Texte:
 Carsten Scheibe (verantwort.)

Redaktionelle Mitarbeit:
 Heike Rattunde

Anzeigenannahme:
 Carsten Scheibe (03322-50080) und
 Heike Rattunde (03322-1286431)
 Wolfgang Kneissl (03322-200005)

Druck: Ossidruck (Zeitung)
 Global Print (Hochglanz)

Vertrieb: DVB GmbH, Potsdam
Auflage: 30.000+
 Es gilt die Anzeigenpreisliste 3 vom 3. August 2007.

Dies ist Ausgabe 48, 5. Jahrgang

NOSSACK BESTATTUNGEN

Inh. Liane Nossack

Bahnhofstr. 2a Ketziner Str. 10
 14612 Falkensee 14641 Nauen
 Tel.: 03322/20 61 60 Tel.: 03322/46 420

Bereitschaft Tag & Nacht: 03322/28 42-0

www.nossack-bestattungen.de / e-mail: nossack-bestattung@arcor.de

Komplette Abwicklung Ihres Regel- oder Verbraucherinsolvenzverfahrens

Klaus Sohn
 Schuldnerberater/Treuhänder
 Barkhausenstr. 75 in 14612 Falkensee
 Tel.: 03322 / 42 63 41 - Fax: -42
www.insolvenz-buero.de

Niederlassung Oberhavel:
 Geschw.-Scholl-Str. 46 in 16547 Birkenwerder
 Termine nach Vereinbarung über das Büro Falkensee

ABRISS - CONTAINERDIENST GRUNDSTÜCKSBERÄUMUNG BAUGRUBEN - PFLASTERARBEITEN GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU

SAHR ERDBAU

Ingenieurbetrieb, Inh. F. Mödebeck
 Fuchsbau 6, 14612 Falkensee
 Tel.: 0170-8312848, Fax 033232 - 416 83
 Web: www.sahr-erdbau.de - E-Mail: sahr-erdbau@t-online.de

Mit Bublitz auf der sicheren Seite

Mit der Bublitz-Alarmanlage neuester Generation schützen Sie Heim und Unternehmen.

- keine Installation – Steckdose genügt
- völlig montagefrei
- keine Handwerkskosten
- kein Schmutz, kein Kabelsalat
- keine sichtbaren Sensoren
- volle Bewegungsfreiheit für alle Hausbewohner
- vielfältig aufrüstbar
- preisgünstig, zuverlässig und leistungsstark
- Alarm, bevor der Täter das Objekt betritt
- kostenlose Testvorführung

Bublitz® Vertriebs- und Servicezentrum Ost
 Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 74
 D-14612 Falkensee
 Tel. +49 (0) 3322 400452
info@alarm-bublitz.de · www.bublitz-alarm.de

SICHERHEITSTECHNIK
Bublitz
 GmbH

OHST Wintergärten: Schon jetzt den Ausbau planen

Mein Wintergarten

Inzwischen ist es doch so: Der typische Falkenseer ist ein Zugezogener, der seit wenigen Monaten oder schon seit vielen Jahren im selbstgebauten Haus wohnt und seinen schönen, großen Garten vor den Toren Berlins genießt. Wer in dieser Situation an einen Ausbau denkt, hat vielleicht einen Wintergarten oder ein Terrassendach im Sinn. Diese baulichen Maßnahmen steigern nicht nur den Wert des eigenen Heims, sondern verbessern auch die Lebensqualität.

In einem Wintergarten sitzt man so gut wie im Freien, ist nah an der Natur und doch geschützt vor zu viel Kälte, zu viel Sonne oder einem leichten Nieselregen. Der Raum zwischen drinnen und draußen kommt gut an und kann zum Chillen mit einem Buch ebenso gut genutzt werden wie zum Speisen mit der Familie oder für ein Brettspiel mit Freunden.

Wer über einen eigenen Wintergarten nachdenkt, muss ein paar Überlegungen anstellen. Ein Wintergarten in

Nordlage fängt die ersten Sonnenstrahlen des Tages ein und eignet sich sehr gut zum Frühstück. Später wird er allerdings vom Haus beschattet und bleibt so eher kühl. In Ostlage bekommt der Wintergarten auch mittags Sonne. Und in der Südlage erzielt man ganzjährig durch lange Sonneneinstrahlung die meiste Wärme. Ein Wintergarten im Westen sorgt dank der eingefangenen Abendsonne aber auch noch am Ende des Tages für schöne Stunden.

Bei der Umsetzung sollte ein Profi beauftragt werden. Als Geheimtipp gilt hier die Firma OHST Wintergärten aus Metzelthin, die am 20. und 21. März „Tag der offenen Tür“ haben und eine Wintergartenausstellung vor Ort betreiben. Der Winterschlussverkauf findet noch bis zum 15. März statt. Dann gibt es auch noch lohnende Sonderpreise auf Ausstellungsstücke.

Kontakt: OHST Wintergärten, Dorfstraße 16, 16845 Metzelthin, Tel.: 033979 - 13813, www.ohst-wintergaerten.de



Noch viel mehr Bilder finden Sie auf der Homepage www.ohst-wintergaerten.de

Lebensprävention

Je mehr wir wissen und erkennen, desto bewusster können wir leben

Institut für LebensArt
Gesundheit



Fehlendes Wissen auf dem Gebiet der Gesundheit und deren Erhaltung kann folgeschwere Abhängigkeiten schaffen! Doch streben wir nicht alle nach Freiheit, Glück und Gesundheit bis ins hohe Alter?

Wie das geht? Mehr erfahren Sie im Heft...

OHST - Wintergärten - OHST - Wintergärten -

www.ohst-wintergaerten.de

OHST

Wintergartenausstellung TAG DER OFFENEN TÜR
Samstag, 20.03.10, von 9-17 Uhr
Sonntag, 21.03.10, von 13-17 Uhr

Wintergärten - leichte Wintergärten - Sonnenschutz aller Art
Terrassendächer mit und ohne Dachüberstand - Schiebe- und Faltanlagen auch für vorhandene Überdachungen - Gewächshäuser

Winterschlussverkauf bis 15.03.2010
Sonderpreise für Ausstellungsstücke, Wintergärten, Terrassendächer und Rattanmöbel - Ein Besuch lohnt sich!

Für das leibliche Wohl ist gesorgt!
Besuchen Sie unsere Ausstellung oder rufen Sie uns an. Gerne beraten wir Sie auch vor Ort.

OHST WINTERGÄRTEN Tel.: 033979 / 13 8 13
Fax: 033979 / 13 8 15

An der B 167/bei Bückwitz, Dorfstraße 16 ♦ 16845 Metzelthin

OHST - Wintergärten - OHST - Wintergärten -

Wasser im Garten

Ihr Spezialist für Brunnenbau und Pumpentechnik

Günter Moser
Fleischerstraße 52, 12355 Berlin
Tel: 030-663 65 19 - Fax: 030-664 61 542
Handy: 0172-39 45 45 1
www.brunnenbau-moser.homepage.t-online.de

MTH Containerdienst

Bahnhofstraße 19-21
14612 Falkensee

- ✓ Abriss & Grundstücksberäumung
- ✓ Mutterboden und Kiesanlieferung
- ✓ Containerservice & Recycling
- ✓ Selbstlader, Erd- und Tiefbau
- ✓ Schrottankauf
- ✓ Baumfällung

Tel.: 03322 / 25 30 25
Fax: 03322 / 25 30 24
Funk: 0177 / 888 46 45
E-mail: info@mth-containerdienst.de
www.mth-containerdienst.de

Tag der Treppe
6. März 2010

Studios geöffnet 10-17 Uhr

Neueste Treppentrends **nur bei uns** zum Anfassen und Probegehen!

TREPPEN MEISTER® **FRITZ MÜLLER MASSIVHOLZTREPPEN**
Das Original

Treppenstudio u. Produktion Gasse 3
16775 Gransee OT Altflüdersdorf
Tel.: 03306 - 7995 0

Treppenstudio Berlin Nauener Str. 1 (Outletcenter)
14641 Wustermark OT Elstal
Tel.: 033234 - 20 624

www.treppenbau-mueller.de

Original Thailändisches Essen - bequem zu Hause oder im Büro.
Auch als Büffet für Ihre Privat- oder Firmenfeier!

Tha Style

Lieferservice
Mo-Do 16⁰⁰ - 22⁰⁰ Uhr // Fr-So 11⁰⁰ - 22⁰⁰ Uhr
Telefon: 030 - 371 51 773
Magistratsweg 140 - 13591 Berlin

Gutscheine, Speisekarte und Büffetvorschläge im Internet:
www.thaistyle1.de

Großderschau: Saisonöffnung des Straußenhofes

Spezialitätenmarkt

Zur Saisonöffnung des Straußenhofes in Großderschau findet am 6. März ab 10 Uhr ein Spezialitätenmarkt statt. Es werden unterschiedlichste Produkte aus der Region angeboten.

Unter anderem sind auf dem Markt Bauer Simon mit seiner traditionell hergestelltem Wurstsortiment, Hirsch Depping mit seinen Bio Spezialitäten aus Wild, Fischerei Lehmann mit Räucherfisch aus dem Hohenauer See, der Straußenhof mit Wurst und Straußenfleisch aus ökologischer Aufzucht sowie Honigspezialitäten der Wanderimkerei Pötsch vertreten. Desweiteren werden Obst und Gemüse angeboten. Die Buchhandlung Thielke aus Rathenow bereichert den Markt mit themenbezogener Literatur. Frank Freiberg bietet Käse, Senf und andere kulinarische Leckereien an. Auch finden sich Sämereien, um die ersten Frühlingsbeete zu stellen. Ein Bäcker aus der Region hält frisches Brot aus dem Lehmbackofen bereit. Abgerundet wird das Angebot mit Dekorationsgegenstände aus Na-



turmaterialien für Hof und Garten.

Auf die Frage, wie es zu diesem Markt gekommen ist, antwortet Herr Menzel, Organisator des Spezialitätenmarkts und Mitbetreiber des Straußenhofes: „Es sind die Besucher des Straußenhofes, die großes Interesse an den regionalen Spezialitäten geäußert haben, und sich diesen Markt wünschen.“

Kontakt: Der Straußenhof, Kleinderschauer Str. 7, 16845 Großderschau, Tel. 033875/900100, www.der-straussenhof.de

Elstal: Fritz Müller Massivholztreppe

Neue Treppengeneration

Die Treppe aus einem Stück ist passé. Ganz im Trend liegen 2010 Treppenmodelle, die mithilfe verschiedener Materialien und Module eine Vielzahl von Kombinationsmöglichkeiten bieten und dadurch die Gestaltung ganz persönlicher Treppenträume erlauben.

Für viele Bauherren hat die Treppe längst den Status eines Einrichtungsgegenstandes gewonnen. Favorisiert werden vor allem optisch leichte Varianten mit einem Materialmix aus Holz, Glas und Stahl. Insbesondere die neuen Geländer machen Lust zum Kombinieren. Passend zum jeweiligen Treppensystem können die einzelnen Elemente wie Geländerstäbe, Treppenhaken mit edlen Pfostenköpfen, Handläufe und Geländerfüllungen mit universalen Befestigungsdetails frei nach Geschmack ausgewählt werden. Im Spiel mit runden und eckigen For-

men in gegensätzlichen Materialien wie Holz und Edelstahl entwickelt sich so eine unverwechselbare Treppenvariante mit sehr persönlicher Note. Zusätzliche Akzente lassen sich durch die Wahl der Holzart und die Farbwahl für lackierbare Treppenwangen setzen. Und auch die Gestaltung der Treppenstufen bleibt dem Bauherrn überlassen.

Ein großer Vorteil der Systemtreppe ist ihre Flexibilität, denn in der Regel lassen sich die einzelnen Elemente ohne renovierungsintensive Begleitarbeiten austauschen. Schöne Beispiele für flexible Systemtreppen mit vielseitigen Gestaltungsmöglichkeiten zum Anfassen und Probegehen finden Interessierte am „Tag der Treppe“ (6. März 2010 von 10-17 Uhr) in den Treppenstudios von Fritz Müller Massivholztreppe (www.treppenbau-mueller.de) direkt am B5-Outlet Center in Elstal.

Ihr Falkenseer Nachfüll-Service für **Tinten & Toner**



50% Druckkosten sparen!

Bringen Sie Ihre leeren Tintenbehälter und leeren Toner-Kartuschen vorbei - und holen sie voll wieder ab!

Cartridge World Falkensee, Poststraße 22-24, 14612 Falkensee, Tel.: 03322-28 85 85

Wir wünschen allen Kunden Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!




Kleinderschauer Str. 7
16845 Großderschau
Tel. 033875 / 900110
www.der-straussenhof.de

**ab 6 März tägl.
ab 11 Uhr geöffnet**

Am 6. März 2010: Spezialitätenmarkt von 10:00 - 17:00 Uhr
12.+13. Juni 2010: Brandenburger Landpartie

Hofladen, Café Restaurant
Frischfleisch vom Strauß: Filet, Steak, Braten sowie Schinken und Wurst
Führungen nach Absprache, täglicher Mittagstisch

Für alle Firmen, Selbständigen, Freiberufler und Mitarbeiter etc.

34,31 EURO

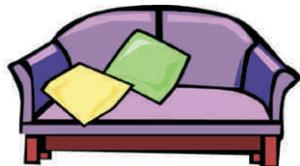
Handyflatrate in alle deutschen Mobilnetze (D1, D2, BASE, O2) und ins deutsche Festnetz incl. Handy-Internet Flat

Info unter 03322 – 425 906 / al@easy-phone.de
EASY-PHONE Falkensee
(Businesspartner von Vodafone & O2)

Polsterei Raffelt & Sohn GbR

Meistereibetrieb seit 1955

Wir möbeln Ihre Polster auf! Und wir beraten Sie gern an Ort und Stelle!



Havelländer Weg 72
14612 Falkensee
Tel.: 03322-3687
www.polster-raffelt.de



GERD MÜLLER BESTATTUNGEN

Ihr Bestatter mit Herz

**Tag & Nacht für Sie erreichbar
Telefon: (03322) 21 53 89**

www.dallgow-bestattungen.de

Marianne Andree

Individuelle Aufnahmen aus der Luft

www.FALKENFOTO.de



Fotografische Dienstleistungen:

- HDR-Aufnahmen
- Panoramen
- Bildbearbeitung
- Allg. Fotoarbeiten
- Digitale Fotorestaurierung
- Digitalisierung von Foto, Film und Ton
- Kalender, Visitenkarten und vieles mehr...

Lothar Muth
Dipl. Ing. Phot.

Bredower Str. 114
14612 Falkensee
0177 322 19 58
info@falkenfoto.de



Kunst in Falkensee: Geplante Vernissage im Hexenhaus

Anna Filimonova



Wer das Hexenhaus in Falkensee besucht, wird nicht nur von der ausgesuchten Küche überrascht, sondern bemerkt recht schnell auch die vielen Bilder, die an den Wänden des Restaurants hängen. Sie zeigen originale Stillleben, Landschaften und immer wieder Porträts, die einen beeindruckenden Ausdruck zeigen und den Blick stets aufs Neue einfangen.

Was es mit diesen Bildern auf sich hat? Sie stammen alle von Anna Filimonova (39), der jungen Frau von Edmond Becker, der als „Edmond“ im Hexenhaus die leckeren Raviolis zaubert. Die russische Künstlerin hat Edmond noch in seiner Zeit in Frankreich kennen gelernt und ist Anfang 2009 mit ihm, ihrer Tochter (17) und dem ge-

meinsamen Sohn (2,5) nach Falkensee gezogen.

Anna Filimonova hat in St. Petersburg an der Akademie der Künste studiert und einen Abschluss in Malerei und in Architektur. Sie war Meister-schülerin der russischen Künstlerin Irina Balakova und gehört zu den ganz wenigen Malern der Gegenwart, die noch die Technik des russischen Malers Pawel Petrowitsch Tschistjakow beherrschen: Dabei werden im Bild kleine Farbflecken so präzise nebeneinander gesetzt, dass sie erst im Auge des Betrachters verschmelzen und dabei Struktur, Farbe, Licht und Stimmung perfekt transportieren.

Diese Art zu malen ist sehr zeitaufwändig und erfordert höchste Sorgfalt und ein Maximum an Können. Vor allem bei den ausdrucksstarken Porträts lässt sich das sehr gut erkennen.

Die Bilder von Anna Filimonova, die im Hexenhaus hängen, lassen sich alle kaufen, auch wenn noch kein Preis ausgeschildert ist. Edmond Becker: „Wir planen für Ende März eine große Vernissage mit Annas Bildern im Hexenhaus. Dann laden wir bei Champagner und kleinen kulinarischen Überraschungen alle künstlerisch Interessierten dazu ein, sich die Bilder einmal genau anzusehen und mit der Künstlerin zu sprechen.“



Flieder 2009 Aquarell 50x50

Bis Ende März wird auch ein weiteres Hexenhaus-Projekt fertiggestellt sein: Ein ganz besonderes A4-Kochbuch mit den besten Rezepten aus dem Hexenhaus, für das Anna Filimonova selbstgemalte Bilder der ausgewählten Speisen beitragen wird. Die einzelnen Bilder lassen sich aus dem Rezeptbuch heraustrennen und an die Wand hängen.

Wer so lange nicht warten kann, kann auch einen persönlichen „Filimonova“ in Auftrag geben. Die Künstlerin fertigt gern als Auftragsarbeit Porträts an. Anna Filimonova: „Ein solches Porträt kostet ab 500 Euro aufwärts. Wichtig ist, dass die zu porträtierende Person mir selbst Modell steht - entweder im Hexenhaus oder im eigenen Haus.“

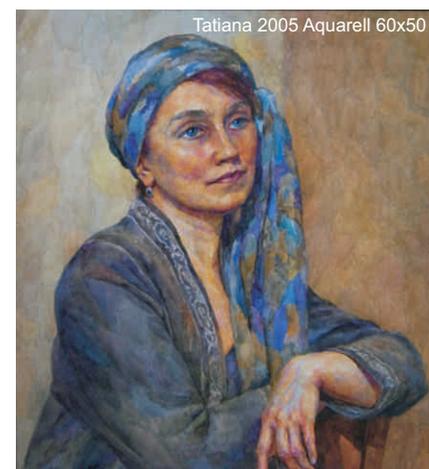
So entsteht ein persönliches Gemälde, das jedes Haus ziert und das die Zeiten überdauert.

Kontakt: Edmond's - Literaturcafé Hexenhaus, Poetenweg 88, 14612 Falkensee, Telefon: 03322-123 697, www.hexenhaus-falkensee.de

Pfingstrosen 2004 Aquarell 70x55



Sophia Meier 2009 auf Leinwand 80 x 60



Tatiana 2005 Aquarell 60x50

Montag Ruhetag, Hotline: 03322-123 697
www.hexenhaus-falkensee.de
Literaturcafé Hexenhaus
 Poetenweg 88, 14612 Falkensee, OT Finkenkrug

*Eine außergewöhnliche Kulisse ...
 - außergewöhnliche Gastronomie*

Die Termine aus dem Hexenhaus im schnellen Überblick:

- 9. März: Königin Luise Hommage, ein königliches Menü mit einer besonderen Lesung von Dirk Lausch
- 15. März: Edmond's Küchenparty VII (19 Uhr)

Jeden Dienstag zusätzlich Edmonds Bouillabaisse

(nur auf Vorbestellung)

Fragen Sie auch nach:

6 Gänge 6 Weine im Turmstübchen

ab sofort: Neue Trüffelrezepte aus dem Hexenhaus

Ballettschule Falkensee
 Carola Vogl

- * Kreativer Kindertanz ab 3 Jahre
- * Ballett & Jazz (Kinder und Erwachsene)
- * HipHop & Videoclip Dance für Teens
- * Callanetics & Gymnastik

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in der Gartenstadt Falkenhöh:
 Spandauer Straße 164
 D-14612 Falkensee
 Telefon 03322 - 279 49 49
 Mobil 0160 - 842 01 86
 337, Siedlereck

Kostenlose Probestunde

Falkensee: Keramik-Werkstatt Gabriela Radloff

Aus Ton gemacht



Frau Radloff und Frau Krüger von der Kontakt- und Beratungsstelle des Lichtblick e.V. beim Blaudruck mit Lichtblicknutzern

Die kleine Keramik-Werkstatt von Gabriela Radloff liegt etwas versteckt im Untergeschoss ihres Falkenseer Hauses in der Düsseldorfstraße 12. Hier wird Ton in vielen verschiedenen Techniken geformt. Dabei entstehen nützliche Gefäße, schöne Schalen, Vasen oder auch lustige Tiere wie Schnecken und Bären. Alles kunsthandwerkliche Unikate aus eigener Handarbeit.

„Die Vorstellung, einmal mit Ton zu arbeiten, hatte ich schon in meiner Jugend“, sagt Gabriela Radloff. Mehrere Kurse an der Volks-Hochschule erlaubten es ihr, wirklich intensiv mit Ton zu arbeiten und das faszinierende Material besser kennen zu lernen.

Seit 1998 lebt Familie Radloff nun schon in Falkensee. Seit 2003 betreibt die ehemals gelernte Bauzeichnerin nun schon ihre Keramikwerkstatt im ei-

genen Haus. Zuerst als Hobby, seit 2008 jedoch hauptberuflich. In ihrer Werkstatt entstehen eigene Tonwerke. Kinder, Jugendliche und Erwachsene können aber auch vor Ort an Workshops teilnehmen, um selbst alles über Ton zu lernen.

Das von Gabriela Radloff verarbeitete Material ist der schamottierte Ton, den die 43-jährige aus dem Fachhandel bezieht. Das Lexikon weiß dazu: „Ton bezeichnet ein natürlich vorkommendes Material, das sich überwiegend aus feinkörnigen Mineralen zusammensetzt und variable Mengen an Wasser enthalten kann. Bei entsprechenden Wassergehalten ist Ton plastisch. Beim Trocknen oder Brennen härtet Ton aus.“

Dieser Ton kann in verschiedenen Techniken geformt werden. „Bei der Aufbautechnik werden einzelne Wülste aus Ton gerollt. Diese werden aufeinander aufgebaut. Abschließend wird der Ton glattgestrichen“, erklärt uns die versierte Keramikerin. Daraus können dann kleinere Gefäße geformt werden. „Bei der Plattentechnik wird der Ton hingegen wie ein Teig ausgerollt, um daraus einzelne Platten zu fertigen. Diese Platten können dann zu Kästchen, Vasen oder Tassen zusammengefügt werden. Dabei eignet sich diese Technik eher für Überformen“, teilt uns die Kunsthandwerkerin genau mit. Und: „Auch mit dem Daumen lässt sich der weiche Ton so formen, dass am Ende ein schönes Schälchen daraus entsteht. Auf der Töpferscheibe verwendet man allerdings eher unschamottierten Ton, da dieser weicher und elastischer ist“. Der Ton wird durch die Drehbewegungen auf der Scheibe mit den Händen nach oben gezogen und zu Gefäßen, wie Teekannen oder Vasen geformt.

Nach dem Formen aus Ton werden die Gefäße das erste Mal im Brennofen bei 980 Grad gebrannt. Dieser Schrühbrand entzieht dem Ton das Wasser und sorgt für die entsprechende Härte und Festigung des gebrannten Gefäßes. „Anschließend kann die Glasur in verschiedenen Farben oder je nach Wunsch in verschiedenen Mustern aufgetragen werden“, erklärt Frau Radloff. Auch so genannte Engoben verwendet man. Das ist gemahlener Ton (Tonschlemme) mit Farbkörpern, Mineralen oder Metalloxiden vermischt. Beim Brennen kommt es dann zu einem chemischen Prozess und Ton und Engobe verändern ihre Farbe. Beim zweiten Brand, dem Glattbrand, nun mit der inzwischen aufgetragenen Glasur, wird der Brennofen, der bis zu 7200 Watt hat, vier bis fünf Stunden auf 1050 Grad erhitzt.

Besonders gern arbeitet Frau Radloff mit Kindern zusammen. Gern kommt sie direkt in die Schulen, um den Kindern zu zeigen, wie sich der Ton am besten bearbeiten und formen

lässt. Es werden aber auch Workshops (immer Sonnabend, 2 Termine à 3 Stunden, mit vier Kilogramm Ton und Glasuren, Kosten: 90 Euro) direkt in ihrer Werkstatt durchgeführt. Außerdem ist es auch möglich, die Werkstatt mitsamt Frau Radloff zu buchen - etwa für einen lustigen Kindergeburtstag (pro Person 10 Euro für zwei Stunden Töpferspaß).

Während einer Projektwoche an der Friedrich-Engels-Oberschule zum 30-jährigen Jubiläum der Schule gestaltete Frau Radloff zuletzt zusammen mit der Lehrerin Frau Weimar und den Schülern Buchstabenwürfel aus Ton. Diese Tonwürfel ergaben „zusammengewürfelt“ den Namen der Schule. Eine kreative Idee: So fand bereits eine weitere Projektwoche in Zusammenarbeit mit der Neuen Oberschule Falkensee statt.

Jedoch kann man in der Werkstatt im Keller nicht nur töpfeln. Auch den Stoffdruck bietet Frau Radloff dort interessierten „Kreativen“ an. Anders als beim Blaudruck (u.a. Reservetechnik), bei dem die weißen Flächen vom Druck ausgespart bleiben, werden beim Stoffdruck Muster mit spezieller Stofffarbe auf das Tuch gedruckt. Im Direktdruckverfahren werden die Muster alter Stoffdrucke aufgetragen. Extra für diesen Zweck hat Gabriela Radloff eine beeindruckende Sammlung von so genannten „Modeln“ (Stoffdruckstempel) mit Mustern aus aller Welt zusammengetragen, darunter Blumenmuster aus Indien und Ornamente aus Bali. Auch selbstentworfenen Muster kann man mit roter oder blauer Stofffarbe auf echtes altes Leinen oder auf Baumwolle drucken. So gewinnt man eine stilvolle und dekorative Tischdecke, aber auch Gardienen oder Kissenbezüge! Ein echtes selbstbedrucktes Unikat eben, aus dem Werkstattkeller von Frau Radloff aus Falkensee. (H.R.)

Kontakt: Gabriela Radloff, Düsseldorfstraße 12, 14612 Falkensee, Tel. 03322-241508, www.kunstformgestaltung.de



Freizeitzentrum Falkensee

Moonlightbowling
Billard
Großbildleinwand
Wir organisieren Kinder-Geburtstags-Bowling

Straße der Einheit 112 - 14612 Falkensee
Mo-Do: 16-23 Uhr, Fr/Sa 14 Uhr - Open end, So 10-23 Uhr
Reservierung unter 03322 - 21 72 15

Bowling in Falkensee

Oster Bowling am 5. April 2010
Erster Mai Bowling am 1. Mai 2010

LOTUS - FASSADEN



DIERK J.J. REITER

- Geschäftsführer -
Büro: Spandauer Str. 186, 14612 Falkensee
Tel.: 03322 - 240 900
Fax: 03322 - 240 902 Funk: 0178 - 34 64 213

Ausführungen von:

Fassadenvollwärmeschutz, Fassadenputz, Fassadenanstrich, Innen- und Aussenputz, Malerarbeiten, Betoninstandsetzung, Sandstrahlarbeiten, Altbausanierung, Gerüstbau (eigene Gerüste), Horizontalisolierung im Sägeverfahren und kleine Maurerarbeiten

www.lotus-fassaden.de

info@lotus-fassaden.de

Dann ruf die **20-20-25**



Fußbodentechnik
Mirko Gerhardt, Maurice-Ravel Str. 78
14624 Dallgow

Tel: 03322 - 20 20 25
Funk: 0171 - 411 63 91
www.fussbodentechnik-gerhardt.de

Gesundheit & Wellness

Schönwalde: Mobile Massagen Kerstin Verter

Massieren lernen



Wir alle bewegen uns viel zu wenig. Niemand weiß das besser als Kerstin Verter aus Schönwalde. Sie ist als Selbstständige unterwegs, um ihren Dienst „Mobile Massagen“ an den Mann zu bringen. Verter: „Ich komme zu den Menschen nach Hause, bringe meine Massagebank mit und biete die klassische 20-Minuten-Massage für Rücken, Schultern und Nacken an. Auch eine einstündige Wellness-Massage oder eine 40-minütige Fußreflexzonenmassage habe ich mit im Programm.“

Das Angebot kommt sehr gut an. Immer mehr Havelländer sitzen den ganzen Tag am Schreibtisch oder am PC. Dabei verkrampft sich der ganze Oberkörper, was schnell zu ständigen Beschwerden und Schmerzen führen kann. Verter: „Bei meinen Besuchen

werde ich immer wieder gefragt, ob man die Technik der Massage nicht auch selbst erlernen kann. Was soll ich sagen - man kann. Ich werde im März einen entsprechenden Kurs abhalten.“

„Einführung in die klassische Massage: Ein Kurs für interessierte Laien“ nennt sich das Vorhaben. Der Kurs findet **am 6. März 2010 von 10 bis 19 Uhr** statt. Während der Veranstaltung lernen die Teilnehmer die richtige Griff-techniken und Lagerungen kennen, werden mit den Massageölen vertraut gemacht und lernen, Verletzungen zu vermeiden.

Der Kurs wird für Einzelpersonen 85 Euro und für Paare 150 Euro kosten. Veranstaltet wird die „Einführung in die klassische Massage“ in den Räu-

KÖRPERWISSEN-BEWUSSTSEIN-EIGENVERANTWORTUNG-LEBEN

Wir vermitteln umfangreiche und spannende Informationen, die für Ihre Gesundheit neue Dimensionen erschließen und stellen Ihnen einen individuellen, synergistisch wirkenden „Werkzeugkoffer“ zusammen.

Wann? - Jeden 2. und 4. Montag im Monat um 19.30 Uhr
Wo? - LebensArt und Gesundheit Poststraße 48, 14612 Falkensee
-aktuelle Themen finden Sie auf unserer Internetseite-



• www.lebensartundgesundheit.de • info@lebensartundgesundheit.de •
diana schepmann • mobil 0151 54707924

men des TSV 03 in der Erlenallee 2-4 in Schönwalde. Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Badelaken und Handtücher sowie eine Decke und Schreibutensilien. Für Essen und Trinken ist gesorgt.

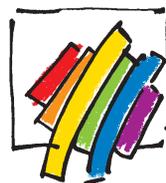
Anmeldungen nimmt Frau Verter (Obotritenweg 11, 14621 Schönwalde-Siedlung) unter der Nummer 0176-641 99 512 entgegen. Mehr Infos hier: www.mobile-massagen-havelland.de

Alle

Veranstaltungen in der Region

[http://www.falkenseeaktuell.de/
veranstaltungenkalender](http://www.falkenseeaktuell.de/veranstaltungenkalender)

Melden auch Sie uns Ihre Termine - kostenfrei an info@falkenseeaktuell.de. Bitte halten Sie sich dabei an den Aufbau der TerminiDaten wie auf der Homepage.



REGENBOGEN APOTHEKE

Allopathie · Naturheilmittel · Homöopathie
Anthroposophie · Aromatherapie · Diabetesbedarf · Tees
Heilkräuter · Mutter/Kind · Verleih von elektr. Milchpumpen,
Babywaagen · Kompressionsstrümpfe · Inkontinenz · Verleih
von Pari Inhalationsgeräten · Hausapotheke · Lieferservice



*Ihre Gesundheit
liegt uns am Herzen!*

Hansjörg Fabritz, Ute Weber-Fabritz Fachapotheker für
Offizinpharmazie | Spandauer Str. 144 · 14612 Falkensee
Telefon 03322-22 686 und 0800-REBOAPO (732 62 76)
Fax 03322-22 687 · www.regenbogen-apotheke.info

Bahnhofstraße 30 - über Fahrradhaus Steen
14612 Falkensee, Tel: 03322-28 77 99
Parkplätze auf dem Hof, www.ah-physio.de

PHYSIOTHERAPIE
ANDREAS HERRMANN
FALKENSEE

Physiotherapie - manuelle Therapie - chinesische
Tuina & klassische Massage - Orthopäd. + chirurg.
Nachbehandlung - Lymphdrainage
Extension - Elektrotherapie

Öffnungszeiten Mo-Fr 7-20 Uhr, Sa neu 8-16 Uhr

Thai-Massage: Immer Samstag

Falkensee: Physiotherapie Andreas Herrmann

Tuina + Thai Massagen



In der Praxis Andreas Herrmann arbeitet nur fachlich bestens qualifiziertes Personal. vlnr: Friederike Bein, Monika Seydel, Nadine Werner und Katrin Tresch, Andreas Herrmann dahinter.

Die Praxis von Physiotherapeut Andreas Herrmann liegt gleich über dem Fahrradhaus Steen in der Bahnhofstraße. Hier im ersten Stock finde ich mich ein, um einmal die einstündige Tuina-Massage auszuprobieren. Andreas Herrmann begrüßt mich selbst, denn die Tuina-Massage ist sein Metier. Er klärt mich auf: „Seit Jahrtausenden nutzt die fernöstliche Medizin die Wirkung des sanften Händedrucks. Die Massageform Tuina ist eine der ältesten Therapien der traditionellen chinesischen Medizin. 361 klassische Akupunkturpunkte liegen auf zwölf verschiedenen Hauptleitbahnen (Meridiane) und sind direkt mit den inneren Or-

ganen verbunden. Ist der Mensch gesund, fließt durch diese Leitbahnen die Lebensenergie Qi. Hat er eine Krankheit, kommt es zu einem Qi-Stau oder einer Qi-Leere in Meridianen und Organen, so die Theorie der Chinesen. Diese Störungen versucht der Tuina-Therapeut zu beheben. Er massiert die blockierten Körperpunkte, um den Energiefluss wieder in Gang zu setzen. Daher kommt auch der Name der alternativen Heilmethode: Tuina setzt sich aus den Worten für Schieben und Drücken („Tui“) und Greifen („Na“) zusammen. Psychosomatische Beschwerden wie Kopfschmerzen, Depressionen, Schlafstörungen, aber auch chronische Rückenbeschwerden können somit gelindert oder geheilt werden.“

Alles klar. Auf der Massagebank vergesse ich die ganze Theorie erst einmal wieder, denn jetzt geht es um die Praxis. Physiotherapeut Herrmann knetet, schiebt und greift. Es ist eine andere Massage als die klassische, medizinische. Aber sie ist trotzdem kraftvoll und findet genau die Punkte, die bei mir „verkorkt“ sind. Meine Verspannungen am unteren Rücken, am Hals und sogar in der Wade fordern Andreas Herrmann sichtlich heraus. Um die Verspannungen zu lockern und das Qi wieder fließen zu lassen, packt er ordentlich zu: Herrlich.

Am nächsten Tag habe ich einen ordentlichen Muskelkater. Aber zum ersten Mal seit vielen Monaten ist meine schmerzhaft Dauerverspannung im

Rücken völlig verschwunden - und das hält noch bis heute an. Ein echtes Wunder. Das ist definitiv etwas, was ich mir häufiger gönnen muss.

Immer am Samstag von 9 bis 16 Uhr lassen sich in der Praxis auch originale Thai-Massagen buchen. Tuina- und Thai-Massage kosten beide 55 Euro für 60 Minuten - ein fairer Preis. Bei der Thai-Massage stellt sich Panida „Da“ Engel (42) vor: Die zierliche Thai-Länderin hat die Massagetechnik aus ihrer Heimat mitgebracht. Dabei wird

nicht wie sonst üblich geknetet und geschoben, sondern punktuell gedrückt - mit dem Daumen, dem Handballen und dem Ellenbogen. Und es ist kein Geräusch: Die Thai-Länderin bleibt nicht auf dem Praxisboden stehen, sondern setzt ihre Knie mit ein, um noch mehr Druck aufbauen zu müssen. Das sollte jeder einmal ausprobiert haben.

Kontakt: Dipl. Physiotherapeut Andreas Herrmann, Bahnhofstraße 30, 14612 Falkensee, Tel.: 03322 - 287799, www.ah-physiso.de

Brandenburgisches Bildungswerk für Medizin und Soziales e. V.



Informationsveranstaltung für Schüler und Eltern

Ich will einen attraktiven und zukunftssicheren Beruf im Sozial- oder Gesundheitswesen ausüben, dazu lasse ich mich kompetent im BBW e.V. beraten!

Berufliche Schule für Sozialwesen
- anerkannte Ersatzschule -
Fachschule für Sozialwesen
Berufsfachschule für Soziales

	jeweils ab
- Sozialassistent/in	
2 Jahre Vollzeit	23.08.2010
- Heilerziehungspfleger/in	
3 Jahre Vollzeit	23.08.2010
- Heilerziehungspfleger/in	
3 Jahre Teilzeit	27.08.2010
- Erzieher/in	
3 Jahre Vollzeit	23.08.2010
- Erzieher/in	
3 Jahre Teilzeit	27.08.2010

Staatlich anerkannte Ausbildungsstätte für Rettungsassistenten

- Rettungsassistent/in	
2 Jahre Vollzeit	28.06.2010
- Rettungsassistent/in	
4 Monate Vollzeit	06.09.2010

Informationsveranstaltung
am 05. März 2010
(17:00 - 20:00 Uhr)



Zeppelinstraße 152, 14471 Potsdam, Tel.: 0331-967 22-0
Fax: 0331-967 22-30 / mailbox@bbwev.de / www.bbwev.de

Schwimmen lernen



Wasserratten aufgepasst!
Nach Ostern bietet die Gesundheitsförderung des Ev. Johannesstifts wieder die Möglichkeit, Schwimmen zu lernen. Wer einen Kurs im April beginnt, hat in den großen Ferien schon Oberwasser. Informationen und Anmeldung unter 030/33 609 134 oder E-Mail: daniela.schacker@evangelisches-johannesstift.de



Naturheilpraxis Neu Döberitz
Cathrin Riana Dentel

- Akupunktur
- Qi Gong
- Homöopathie



Haselnussweg 11
14624 Dallgow-Döberitz
Tel.: 03322-837335
www.heilpraxis-dentel.de



Kurse zur Gesundheitsförderung

Prävention im Johannesstift

- Aqua-Fitness/ Wassergymnastik
- Baby-Schwimmen/ Seepferdchen
- Pilates/Wirbelsäule/ Beckenboden
- Nordic Walking
- Yoga/Tai Chi/Qi Gong
- Ernährung

Evangelisches Johannesstift
Wichernkrankenhaus gGmbH
Schönwalder Allee 26, 13587 Berlin

Informationen
030 · 336 09 - 134

Die zweite Kursstaffel beginnt am 12. April 2010

Brieselang: Beauty Studio forever hairless

Diamanten-Peeling



Während es in Falkensee überhaupt kein wie auch immer geartetes Zentrum gibt, hat Brieselang ein ganz feines. „Am Markt“ heißt die Adresse, an der es vom Steakhaus über den Zeitungskiosk bis hin zum Fotoladen dicht gedrängt alles gibt, was das Herz begehrt. Seit dem 15. Januar 2010 ist nun auch das Beauty Studio „forever hairless“ mit dabei.

Betreiberin Jennifer Kunau (38) stammt aus Berlin. Sie hat es über Potsdam bis nach Brieselang verschlagen. Hier hat sie sich - wie viele - mit ihrer Familie ein Haus gebaut. Und hier möchte sie nun auch erfolgreich arbeiten. Die neu eingerichteten Räume sind hell und licht, gut abgeschottet vom Ein-

kaufstrubel und dank der vielen vorhandenen Parkplätze leicht zu erreichen. Das Beauty Studio bietet alle wichtigen Kosmetikbehandlungen von der Schlammpackung über die Anti Cellulite Massage bis hin zur namensgebenden permanenten Haarentfernung an. Zwei Dinge machen das „forever hairless“ aber ganz besonders.

Da wäre zum einen die **Diamant-Microdermabrasion**, die Neukunden gern für 30 Euro ausprobieren können. Feinste Diamantkristalle sorgen bei der Vakuum-Behandlung dafür, dass die obersten abgestorbenen Hautschichten sanft entfernt werden. Jennifer Kunau: „Beim Diamantenpeeling kommt es zu einer besseren Zeller-

neuerung, Pigmentflecke verschwinden und Falten lassen sich deutlich reduzieren. Auch bei Akne hilft das sehr.“ Das Peeling tut nicht weh, dauert 30 bis 60 Minuten und wird mit einer wohltuenden Maske abgerundet.

Sehr begehrt nicht nur bei Frauen, sondern zunehmend auch bei Männern ist die **Gewichtsreduktion durch Ultraschall**. Dabei nutzt die Kosmetikerin Ultraschall und Radiowellen, um Fettzellen zerplatzen zu lassen, die Haut zu straffen und eine Lymphdrainage zu betreiben. Das Ergebnis ist schnell an einem reduzierten Hüftumfang zu bemerken.

Sehr gut kommen im „forever hairless“ auch die **Happy Hour Aktionen** an. An jedem Montag und Mittwoch wird die Ultraschall-Fettreduktion günstiger angeboten. Dann kostet die halbe Stunde nicht 60 Euro, sondern nur 50. Und die ganze Stunde statt 100 Euro nur 75. Dienstag und Donnerstag gehört dem Diamantenpeeling, das dann um 15 Euro reduziert gebucht werden kann.

Kontakt: Beauty Studio „forever hairless“, Am Markt 1, 14656 Brieselang, Tel.: 033232 - 208684, www.forever-hairless.de

Der neueste Trend aus den USA!

KettleBell Workout

Schneller Trainingserfolg, jede Menge Spaß, nur 30 Minuten Zeitaufwand.

ab März im

Angebot: 10er Karte KettleBell Workout nur 49 €



Falkensee am Bahnhof, Potsdamer Str. 1-3, 14612 Falkensee

Tel. 0 33 22 / 23 99 40

www.womans-fit.de

30 Jahre musterhaus küchen Fachgeschäfte



Deutschlands größte Gemeinschaft mittelständischer Küchenspezialisten hat Geburtstag und das Küchenstudio "Küchen Weiss" feiert mit.

Wenn Sie sich Ihren persönlichen Küchenraum erfüllen wollen, geht nichts über ein persönliches Gespräch mit einem erfahrenen Fachhändler. Wir beraten Sie individuell und zeigen Ihnen gerne, wie aus Ihrem Küchenraum ideenreich Wirklichkeit wird. Zahlreiche Inspirationen finden Sie in unserer Küchenausstellung.

Bestattungsinstitut Stresow

Nauener Straße 27 - 14612 Falkensee

☎ Tag & Nacht

0 33 22 / 20 65 03



Happy Birthday!



AM 6. MÄRZ FEIERT GANZ DEUTSCHLAND GEBURTSTAG
FEIERN SIE MIT

Am Samstag, 6. März ab 10 Uhr wollen wir mit Ihnen feiern. Freuen Sie sich auf zahlreiche Überraschungen und sichern Sie sich die einmaligen Geburtstagsangebote - denn zur großen Geburtstagsparty bekommen SIE die Geschenke!

Große Küchenausstellung



KÜCHEN WEISS

Das Küchenstudio an der B 5

Artilleriepark 1
14624 Dallgow-Döberitz

www.weiss.kuechen.de

Tel. 03322 / 20 65 91



Falkensee: Angie's Kosmetik- und Massagestudio

Hot Stone Massage



Mitten im kleinen Einkaufszentrum und Ärztehaus in der Adlerstraße 48 hat im Dezember 2009 Angie's Kosmetik und Massage Studio seine Pforten geöffnet.

Kosmetikerin Angelita Piel (39) bietet hier ihre Dienste an, darunter die Fußpflege, die Maniküre und die hautschonende Enthaarung mit der EpilaDerm-Zuckerpaste.

Wir finden uns vor Ort ein, um einmal selbst eine Massage auszuprobieren. Nicht die Ayurveda Ganzkörpermassage für 35 Euro, sondern die einstündige Hot-Stone-Massage für 39 Euro. Kurios: Sobald man das hektische Einkaufszentrum verlässt und das Massage Studio betritt, ist man sofort in einer anderen Welt. Anregende Farben strahlen von den Wänden, atmosphärische Musik erklingt aus dem Off.

Wichtig ist es, einen Termin zu haben, erfahren wir von der erfahrenen Kosmetikerin, die früher als Pharmavertreterin gearbeitet hat und vor ihrem Falkenseer Engagement bereits in Berlin-Charlottenburg in ihrem neuen Berufsfeld gearbeitet hat. Denn die Geschäfte laufen gut. Noch arbeitet

Angie aber alleine. Für den Sommer ist anvisiert, eine Verstärkung zu engagieren, die Angie dann zur Hand gehen kann.

Im hinteren Bereich des Raumes gibt es einen abgetrennten Bereich. Hier findet die Massage statt. Beim Ausziehen fällt mir bereits auf, dass von der Decke mehrere Rotlicht-Lampen herabhängen. Auch bei dem eisigen Winterwetter halten sie so die Massagebank warm. Wunderbar: Es gibt nichts Schlimmeres, als bei der Massage zu frösteln.

Angie ölt mich ein und holt dann immer zwei heiße schwarze Lavasteine aus dem Aufwärmbehälter, der die Steine auf etwa 60 Grad Celsius aufheizt. Die Steine werden vorsichtig rechts und links neben der Wirbelsäule platziert und dann mit einem Handtuch abgedeckt. Nach und nach kommen so immer weitere Steine hinzu. Wohlig warm strahlt es in den ganzen Rücken hinein und lockert so bestimmt bereits die ersten Verspannungen. Ein paar Minuten lang soll ich so einfach ausharren und die Steine wirken lassen.

Anschließend geht es los. Angelita Piel massiert mich mal mit den Steinen in der Hand und mal mit den reinen Händen. Die Massage mit den Steinen ist sehr angenehm und mal ganz etwas anderes, während die klassische Massage doch noch tiefer greift und die eine oder andere Verspannung aufspürt. Auf jeden Fall ist es sehr faszinierend zu spüren, wie die heißen Steine in der einen Sekunde noch so heiß sind, dass man Angst hat, sich zu verbrühen, nur um einen Wimpernschlag später genau die richtige Temperatur zu haben.

Am Ende gibt es eine Einreibung mit einem alkoholischen Bestandteil. Das kribbelt und brennt kurz, dient aber der Desinfektion, der Erfrischung und Wiederbelebung. Und tatsächlich:



HYPNOSE



Hypnose kann bei seelischen Problemen Anwendung finden, etwa bei Schlafstörungen, bei Suchtverhalten oder bei Essstörungen. Der Begriff "Hypnose" leitet sich vom griechischen Begriff "hypnos" für Schlafen ab. Hypnose kann als ein "Zustand zwischen Wachen und Schlafen" bezeichnet werden. Der Hypnotisierte ist körperlich tief entspannt, während er geistig äußerst konzentriert und aufmerksam ist. Hypnose ist ein freiwilliger Vorgang und niemand kann in Trance gezwungen werden, Dinge zu tun, die er im Wachzustand ablehnen würde. Die Kontrolle bleibt erhalten und die Trance kann jederzeit beendet werden. Gewohnheiten und Verhaltensweisen und damit auch das Suchtverhalten sind in tiefen Bereichen des Unterbewusstseins fest verankert. Mittels Hypnose kann in das Unterbewusstsein vorgedrungen werden. In der hypnotischen Trance öffnet sich das Unterbewusstsein und nimmt Anweisungen (Suggestionen) entgegen, mit deren Hilfe gezielt Veränderungen herbeigeführt werden können.

Ines Reinke-Sonnenfeld, Max-Liebermann-Str. 25, Falkensee, www.Naturheilpraxis-Sonnenfeld.de

So eine Hot-Stone-Massage ist Wellness pur und man verlässt das Studio wie auf Wolken. Angie sagt mir übrigens, dass die klassische 20 Minuten Rückenmassage am häufigsten nachgefragt wird und dass sich genauso viele Männer wie Frauen den Luxus einer Massage gönnen würden.

Kontakt: Angie's Kosmetik und Massagestudio, Angelita Piel, Adlerstr. 48, 14612 Falkensee, Tel: 03322-126800

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-18 Uhr,

Neu in meiner Praxis

Schlank und fit durch Stoffwechselanalyse

Simone Neubauer
Heilpraktikerin / Vitality-Scout
Albrechtshofer Weg 35 d
13591 Berlin-Staaken
Fon 030-92 12 12 54

Kostenloses Erstgespräch

Mobile Massagen Kerstin Verter

Bei Rückenschmerzen, Verspannung, Erschöpfung, Stress Sie rufen an, ich komme - auch abends u.a. Wochenende
www.mobile-massagen-havelland.de - 0176 - 64 199 512

Fettreduktion durch Ultraschall

Entspannt schlank
Völlig schmerzfreie Behandlung
Gezielte Behandlung von Problemzonen
Kostenlose Beratung
Der Erfolg ist nach jeder Behandlung sofort messbar

Petra Grambeck
Niederneuendorfer Weg 34, 14612 Falkensee
Tel: 03322 - 287 193, Mobil: 0177-7533361
E-Mail: Kirribilly@t-online.de

Angie's Kosmetik und Massagestudio

Im Einkaufszentrum
Adler Str. 48
14612 Falkensee
Tel: 03322-126800

HOTSTONEMASSAGE (Ganzkörper)	39,00 €
HOTSTONEMASSAGE (Rücken)	20,00 €
AYURVEDAMASSAGE (Ganzkörper)	35,00 €
KLASSISCHEMASSAGE (Ganzkörper)	30,00 €
KOSMETIK	25,00 €
FUSSPFLEGE	12,50 €
MANIKÜRE	10,00 €

Auch als Geschenkgutschein für besondere Anlässe erhältlich

Entschlacken und Entspannen im SalzDom Falkensee

Fasten & Qi Gong



Der SalzDom im neuen Falkenseer Gesundheitszentrum erlaubt es, sich eine ganz besondere Auszeit vom harten Alltag zu gönnen. 45 Minuten dauert eine Sitzung in dem Raum, dessen Wände mit dicken Steinen aus rötlichem Himalaya-Salz bedeckt sind. Bei 20 Grad Raumtemperatur ruhen auch die Füße in einer dicken Salzschiicht. Eine Sitzung kostet nur 9 Euro - und sie bietet eine seelische Entspannung pur in einem sehr gesunden, mineralhaltigen Mikroklima: Als würde man einen Tag am Meer verbringen.

Nun erweitert der SalzDom sein Angebot und lädt zusammen mit Heilpraktiker Jan Dunkel zu zwei Kursen „Fasten & Qi Gong im SalzDom Falkensee“ ein. Fasten gilt als eine ebenso natürliche wie auch effektive Methode, um sich selbst zu erneuern. Dabei werden die Teilnehmer nicht nur unnötige Pfunde los, sondern auch inneren Ballast.

Der ganze Körper entschlackt dabei und die eigenen Zellen atmen wieder regelrecht auf. Ziel der beiden Kurse ist, dass alle Teilnehmer die Möglichkeit haben, in ihrer gewohnten Umgebung zu bleiben. Zugleich nutzen sie aber die einzigartige Kulisse des SalzDoms, um am Programm teilzunehmen.

Der erste Kurs wird vom **8. bis zum 17. März** abgehalten, der zweite folgt dann im Herbst vom 22. September bis zum ersten Oktober. Die Kosten für die Teilnahme betragen 190 Euro. Inbegriffen im Preis sind fünf Sitzungen im SalzDom Falkensee.

Heilpraktiker Jan Dunkel wird die kleine Gruppe aus Fastenwilligen bei der Hand nehmen und sie einfühlsam und kompetent durch die Fastenzeit begleiten. Während der zehntägigen Kursdauer sind fünf Gruppentreffen in regelmäßigen Abständen anberaumt.

Dabei veranstaltet der Heilpraktiker auch Qi Gong und Entspannungsübungen im SalzDom.

Wer möchte, kann zusätzlich auch eine holistische Ganzkörper- & Aloe-Vera-Honig-Entgiftungsmassage, eine ganzheitliche Gesundheits- und Ernährungsberatung, eine energetische Heilarbeit und Lebensberatung sowie eine homöopathische „Fettweg-Spritze“ in Anspruch nehmen.

Jan Dunkel sagt: „Fasten ist weit mehr als ein paar überflüssige Pfunde oder seinen Winterspeck loszuwerden. Fasten ist vielmehr eine der ältesten ganzheitlichen Heilmethoden, um Körper und Geist zu erneuern. Bekannte Ärzte und Heiler des Altertums und der Neuzeit wie Paracelsus, die Äbtissin Hildegard von Bingen oder Otto Buchinger verwendeten das Fasten, um zahlreiche chronische Krankheiten und Stoffwechselprobleme zu lindern und positiv zu beeinflussen. Wer sich körperlich und geistig auf die Erfahrung einlässt, für ein paar Tage aufs Essen zu verzichten, verliert nichts, er gewinnt dazu.“

Gleichzeitig fühlt man sich stolz, eine Weile auf das Essen verzichten zu können. Zu wissen „Ich kann es“ gibt Kraft. Fernseher und Radio bleiben am besten aus, sie lenken nur ab. Alkohol, Zigaretten, Kaffee und Schwarztee fallen als Genussmittel weg. Für viele ist

es schwer, das auszuhalten. Wer sich sonst im Alltag mit Essen belohnt, kann nun lernen, sich mit anderen Dingen etwas Gutes zu tun. Zum Beispiel an die frische Luft zu gehen oder in die Badewanne abzutauchen mit einem guten Buch.

Kontakt: SalzDom, Dallgower Straße 9, 14612 Falkensee, Tel: 03322-212394, www.salzdom.de

Weitere Infos im Web auf www.gesundsein-bewusstsein.de

Am Mittwoch, dem 24.02.2010, findet von 10.00 bis 17.00 Uhr an der **Beruflichen Schule für Wirtschaft** ein Tag der offenen Tür statt. Hierzu sind alle Interessierten herzlich eingeladen. Die gemeinnützige Schule in Nauen bietet Ausbildungsgänge in den Bereichen Sport, Bürowirtschaft, Informationsverarbeitung (Computer), Fremdsprachen und Tourismus an sowie die Möglichkeit, nach der Ausbildung die einjährige Fachoberschule zum Erwerb des Fachabiturs zu besuchen. Während der Ausbildungen können Praktika im europäischen Ausland absolviert und diverse Zertifikate im Sprach- und Computerbereich erworben werden. Die Veranstaltung richtet sich vornehmlich an alle künftigen Absolventen der 10. und 12. Klassen, die sich für eine qualifizierte Ausbildung interessieren. Mehr Infos unter www.wvv-online.de.

Weitere Tage der offenen Tür:

- Freitag den 23.04.2010

- Mittwoch den 23.06.2010

Ihre Anzeige fehlt in diesem Heft?

Dann rufen Sie gleich an und reservieren sich ein Plätzchen im nächsten Heft! - 03322-5008-0
Alle Preise auf www.falkenseeaktuell.de



Stress?
Burnout?
Depressionen?
u.v.m.



Die Lösung:
Treten Sie in den Dialog mit Ihrem Inneren Selbst!

Das BodyTalk-System ist Ihr Weg zu Wohlbefinden und Gesundheit. Es wirkt allein oder begleitend zu allen Therapien. Schnell - sicher - effektiv. Termine nach tel. Vereinbarung.

Gabriele Wache
Augsburger Str. 9
14612 Falkensee
Tel.: 0177 - 418 0 558
www.bodytalksystem.de



Neugierig geworden?
Dann beantragen Sie doch einen Kennenlerntermin zum Vorzugspreis!
Mit unserem Taler nur 30 Euro!



Ihr Sportverein für Dallgow-Döberitz!

- Badminton -
- Bogensport -
- Fußball für Erwachsene & Jugend -
- Gymnastik -
- Kinderturnen -
- Volleyball -
- Wandern -
- Line Dance -

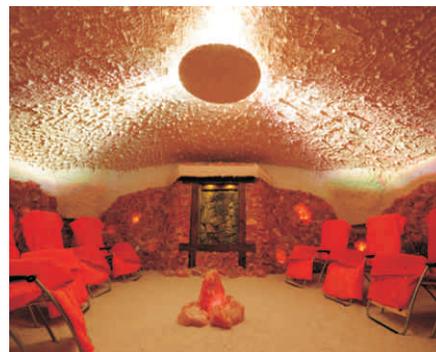
Info-Mail:
info@sv-dallgow.de



SV-Dallgow 47 e.V., Markomannenstr. 20, 14624 Dallgow-Döberitz
www.sv-dallgow.de

Fasten & Qi Gong im SalzDom

2 Kurse mit Heilpraktiker Jan Dunkel
Frühjahr: 8. bis 17. 3. 2010 + Herbst: 22. 9. bis 1. 10. 2010



Fasten ist eine der effektivsten und natürlichen Methoden, um sich selbst zu erneuern - eine Chance, unnötige Pfunde und inneren Ballast loszuwerden. Fasten entschlackt den gesamten Organismus und die Zellen unseres Körpers atmen auf.



SalzDom Falkensee
Dallgower Str. 9 / im neuen Gesundheitszentrum
14612 Falkensee Tel. 03322 - 21 23 94

Weitere Infos im Web auf www.gesundsein-bewusstsein.de

Falkensee: Diana Schepmann startet offene Gesundheitsabende

LebensArt & Gesundheit



und bietet Kurse, Seminare, Workshops, Infoveranstaltungen und Einzelcoachings an, die dabei unterstützen, sich vom Ballast des Alltags und den Erwartungen an sich und andere zu befreien und wieder mehr zu sich selbst zu finden.

Diana Schepmann: „Wir alle kennen das doch. Die Arbeit und der Druck werden immer mehr und irgendwann funktionieren wir nur noch. Die negativen Gedanken nehmen zu, der Körper reagiert mit den ersten Störungen, Depressionen festigen sich und der Burnout rückt näher. Wichtig ist es, sein eigenes ICH nicht länger zu verleugnen und in sich hineinzuhorchen. Nur so kann man herausfinden, was man im Leben wirklich möchte. Die Fragen sind: Wer bin ich, was macht mich glücklich und wo möchte ich hin? Folge ich der inneren Stimme, kann der Körper sich selbst regenerieren.“

Die Ernährungs-, Reiki-, und Yoga-Expertin strahlt vor Energie, ist ganz begeistert von ihrer Arbeit und dankbar für diesen Raum, in dem wir es uns zum Reden gemütlich gemacht haben.

Ihr LebensArt-Konzept startet Diana Schepmann zurzeit mit offenen Abenden, die immer an jedem 2. und 4. Montag um 19.30 Uhr in den Räumen der Karate-Schule abgehalten und sehr gut besucht werden. Es geht

Die Kimura Karate Schule in der Poststraße verwandelt sich immer mehr in eine kreative und sportive Begegnungsstätte. Ein neuer, hell und klar strukturierter Raum, der primär für Energiearbeit und Yoga genutzt werden soll, bietet seit November 2009 dem „Institut für LebensArt und Gesundheit“ ein Zuhause. Diana Schepmann (34) setzt die vier Kernbausteine KÖRPERWISSEN, BEWUSSTSEIN, EIGENVERANTWORTUNG und LEBEN ins Zentrum ihrer Arbeit

vor allem darum, Wissen, Zusammenhänge und andere Sichtweisen über das Geschehen in uns und um uns herum zu erfahren z.B. die Kraft des Wassers, Körperwissen à la: „Mit wem leben Sie da eigentlich?“, Krankheit - Ursache - Wirkung, effektives Antiaging mittels Regulation des Säure-Basen-Haushaltes u.v.m..

Diana Schepmann: „Mein Ziel ist es, durch eine bildhafte und lebendige Sprache, komplizierte Zusammenhänge einfach und für jedermann verständlich zu vermitteln.“ Jeden Monat eine neue Welt. Mit den derzeit noch kostenlosen offenen Abenden stellt sich Diana Schepmann erst einmal den Falkenseern vor. Um Voranmeldung wird dennoch gebeten.

Ab Dienstag, den 2. März, 16.00 Uhr starten in den LebensArt-Räumen auch die Mutter-Kind-Kurse. Sie kosten 59,00 Euro im Monat und finden einmal pro Woche statt. Mit dem Ziel „Zeit für uns“ finden sich Mütter/Väter und Kinder zusammen, um mit Achtsamkeit gemeinsam zu lauschen, zu fühlen, zu reden, zu entspannen und sich zu bewegen (auch hier bilden Elemente des Yoga ein Kernstück). Diana Schepmann: „Hier brechen wir einfach



gemeinsam aus dem Alltag aus und nutzen effizient die Zeit für- und miteinander. Wir machen auch verrückte Sachen und stellen uns Fragen wie: Hast Du schon einmal Schokolade auf dem Kopf gegessen? So lernen wir einfach uns selbst kennen.“

Diana Schepmann hat immer noch eine Idee mehr, ist spontan und kreativ. Die Mutter von zwei Kindern hat mehr Eisen im Feuer, als sich in einem kleinen Artikel unterbringen lassen. Aus diesem Grund: Es lohnt sich, auf die Homepage zu schauen.

Kontakt: Institut für LebensArt und Gesundheit, Poststraße 48 - 50, 14612 Falkensee, Tel.: 0151 - 54 707 924, www.lebensartundgesundheit.de, in Kooperation mit der Kimura Karate Schule

Ab März 2010
Bewegung macht schlau!
 Kinder brauchen die körperlichen, seelischen und geistigen Impulse durch Bewegung so dringend wie Nahrung und Liebe.
Kurs zur Haltung- und Bewegungsschulung für 5-7-jährige Kinder in der Physiotherapiepraxis Kathrin Heymann
 Bitte melden Sie sich jetzt zum Kurs und Elternabend an!

PHYSIOTHERAPIE
Kathrin Heymann
 Ganzheitlich orientiert
Säuglinge, Kinder, Jugendliche & Erwachsene
 Dallgower Straße 9
 14612 Falkensee
 Telefon: (0 33 22) 24 34 50

Endlich Nichtraucher

Wollen Sie Nichtraucher werden?
 Erfolgreiche Rauchentwöhnung durch Hypnose ohne Nebenwirkungen!
 Ich stelle Ihr Unterbewusstsein auf Nichtraucher ein.

Voraussetzungen
 Sie rauchen mindestens 1 Schachtel pro Tag und haben den Willen, mit dem Rauchen endgültig aufzuhören.

Jetzt kostenloses Beratungsgespräch vereinbaren
 unter 03322-127961



Hypnosestudio Dallgow
 Hannelore Filter
 Hamburger Chaussee 2 - 3
 14624 Dallgow-Döberitz

Mail: info1@elfa-falkensee.de



ELEKTROTECHNIK FALKENSEE



ELFA Elektrotechnik GmbH, Spandauer Str. 89, 14612 Falkensee

- Hausgeräteservice
- Waschen - Kühlen - Kochen
- Klimaanlage / Gewerkekühlanlagen
- Elektro-Kleininstallation
- E-CHECK - Der Elektro-TÜV
- Elektroanlagen und Kabeltiefbau
- Fotovoltaikanlagen für Camping, Sommerlaube und andere Kleinverbraucher

Tel.: 03322 - 2513-14
 Fax: 03322 - 2513-42

Tel.: 03322 - 2513-0
 Fax: 03322 - 2513-45 u. -46

Einführung in die klassische Massage

Ein Kurs für interessierte Laien



Sie möchten Ihren Partner oder Freunde mit einer klassischen Massage verwöhnen?
 Lernen Sie die richtigen Grifftechniken und Lagerungen, welche Öle man verwendet und wie man Verletzungen vermeidet!

Am 6. März 2010 - 10 bis ca. 19 Uhr
Info und Anmeldung: 0176 / 641 99 512

Mobile Massagen - Kerstin Verter

Falkensee: Heilpraktikerin Angelika Lex

Neue Lebensfreude



Die Heilpraktikerin Angelika Lex (53) kennt sich in ihrem Metier aus: Seit acht Jahren praktiziert sie bereits in Falkensee. Allerdings nicht am gleichen

Standort. Da Frau Lex immer häufiger Kurse und andere Veranstaltungen anbietet, waren größere Praxisräume mit den entsprechenden räumlichen Möglichkeiten vonnöten. Seit zwei Jahren unterhält Frau Lex ihre Praxis deswegen bereits in der HansasträÙe 8c. Diese Adresse ist für alle Falkenseer schnell und zentral erreichbar: Der stetige Zustrom neuer Patienten gibt dieser Überlegung Recht.

Angelika Lex bietet verschiedene Heilpraktiken in ihrer Praxis an, so auch gleich mehrere Richtungen der Akupunktur. Neben der chinesischen Körperakupunktur und der Ohrakupunktur ist Frau Lex auf die Augenakupunktur nach Boel spezialisiert. Keine Angst: Dabei werden keine Nadeln in die Augen gestochen. Stattdessen geht es vielmehr darum, Augenerkrankungen wie etwa ein Glaukom, das Sicca-Syndrom oder die Macula-Degeneration in den Griff zu bekom-

men. Angelika Lex: „Oft gelingt es mit den Mitteln der Akupunktur, diese Krankheiten aufzuhalten oder wenigstens zu lindern.“

Da Frau Lex auch ausgebildete Dozentin der Homöopathie ist, behandelt sie auch in diesem Umfeld viele Patienten, die zu ihr kommen: „Besonders wichtig ist mir in diesem Zusammenhang die systemische Familienaufstellungs-Arbeit nach Hellinger.“

Auch in diesem Bereich kann Frau Lex auf acht erfolgreiche Jahre Erfahrung in der eigenen Praxis verweisen. Inzwischen bildet sie selbst im „Familienstellen“ aus. Die Aufstellungsarbeit lässt sich sehr gut anwenden, um Ursachen von Krankheiten zu erkennen und somit z.B. auch die richtige Therapie zu finden und den Heilungsweg entsprechend zu begleiten. Besonders erfolgreich ist diese Therapieform bei seelischen Problemen. Dazu gehören in erster Linie die Trauerarbeit und das Erkennen von Verstrickungen im eigenen Familiensystem. Auch jede Art von Sucht ist eine seelische Erkrankung.

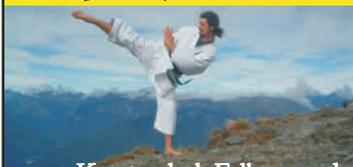
Frau Lex gibt bereits seit Beginn ihrer Praxistätigkeit Seminare, die fester Bestandteil der Praxistätigkeit sind. Frau Lex: „So hat jeder die Möglichkeit, nicht nur mich kennen zu lernen, bevor er zu mir in Behandlung kommt, sondern auch mehr über die von mir angebotenen Therapieformen zu erfahren.“

An jedem zweiten Mittwoch im Monat lädt die Heilpraktikerin etwa zu einem „Michaeliszirkel“. Hier kann man einmal direkt erfahren, wie eine Aufstellung konkret funktioniert. Einmal im Monat findet am Samstag und am Sonntag ein Familienaufstellungs-Seminar mit 6 Aufstellungen statt. Generell gilt: Für alle Veranstaltungen ist eine Voranmel-

dung erforderlich. Alle aktuellen Termine lassen sich stets auf der Homepage www.lexluna.de einsehen.

Kontakt: Angelika Lex, Heilpraktikerin, Hansastr. 8c, 14612 Falkensee, Tel.: 03322 - 20 97 92, www.lexluna.de

KIMURA



www.KarateschuleFalkensee.de

Karatekurse

- ✦ Kinder ab 6 J.
- ✦ Jugendliche
- ✦ Erwachsene

Selbstverteidigung

- ✦ Kurse speziell für Frauen
- ✦ Morgen- und Abendkurse

Kinder ab 6 J.

Bewegung und Körperschulung für Kinder

- ✦ Mini Club 3-5 J.
- ✦ Motorik- und Bewegungsschulung
- ✦ Kinderballet ab 3 J.

Gesundheit und Entspannung

- ✦ Yoga
- ✦ Vaya-Pilates
- ✦ Wirbelsäulengymnastik
- ✦ Entspannungstherapien für Kinder

Institut für Lebensart und Gesundheit

Anwendungen, Workshops und Fortbildungen für alle, die ihr Leben schätzen, es bereichern und verlängern wollen.

- ✦ Yoga- und Ernährungseminare
- ✦ Einzelstunden und Wochenendseminare

Rufen Sie uns an, und informieren Sie sich über unsere und alle anderen Kursangebote!

(03322) 21 65 20 Post Str. 48-50

Jeden Tag präsentieren wir Ihnen den aktuellen Polizeibericht passend zur Region im Internet www.falkenseeaktuell.de

physio
therapie

◆ Krankengymnastik

◆ Manuelle Therapie

◆ Massagen, Lymphdrainagen

◆ Osteopathie

Montag - Freitag - 7.30 - 20.30 Uhr

Poststraße 48-50 - 14612 Falkensee

Telefon: 03322 / 233 895

Alle Kassen, BG, privat auch Hausbesuche

Mitglied im Fachverband Deutscher Heilpraktiker

ANGELIKA LEX

Heilpraktikerin



Akupunktur
Homöopathie
Familienaufstellung

Sunshine
SONNENSTUDIO

10 Sonnenbänke * Nagelstudio
Chillout-Lounge mit Getränkebar

Happy Hour

Mehr Minuten Sonne zum gleichen Preis
immer Mo-Sa 8-10 / 13-15 und 18-20 Uhr
und am Sonntag ganztägig

Spar-Abos

50 € - 6 € Bonus / 75 € - 12 € Bonus
100 € - 20 € Bonus

Sunshine Sonnenstudio
Marwitzer Str. 31, 14612 Falkensee, 03322-22876
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-22 Uhr, Sa 8-21 Uhr, So 10-21 Uhr



HansasträÙe 8c
14612 Falkensee
lex@lexluna.de

Tel.: 03322-20 97 92
Fax 03322-21 89 70
www.lexluna.de

Dallgow-Döberitz: Heilpraxis Dentel

Heuschnupfen-Killer



kaum den Berg zu unserem Haus hinauf. Für sie habe ich die dünnsten Akupunkturnadeln besorgt, die es gibt. Nach 10 bis 15 Sitzungen war ihr Asthma nicht mehr zu spüren."

Cathrin Dentel hat in der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin - Charlottenburg eine dreijährige Ausbildung absolviert. Jetzt bietet sie Homöopathie, manuelle Lymphdrainage, Bachblüten, Reiki und die energetische Psychotherapie an. Außerdem gehören PraNeoHom, biochemische Behandlungen nach Dr. Schüssler und Verträglichkeitsanalysen für Nahrungsmittel mit zu ihrem Dienstleistungsangebot.

Bei der Akupunktur führt sie analog zur Homöopathie zunächst ein langes Anamnese-Gespräch, um den Patienten besser kennen zu lernen. Cathrin Dentel: „Anschließend schaue ich mir genau die Zunge an, prüfe den Belag und die Feuchtigkeit, die Zahneindrücke und die Punkte auf der Zunge. Dann messe ich an beiden Händen den Puls. Anhand der Erkenntnisse, die ich dabei gewinne, bestimme ich die Akupunkturpunkte.“

Bei der Behandlung gegen Heuschnupfen kommen sechs bis zwölf Nadeln zum Einsatz, die am Kopf, an den Händen und an den Beinen gesetzt werden. Sie bleiben bis zu einer halben Stunde lang stecken und werden mitunter durch Drehen manipuliert, je nachdem, ob sie sedieren oder tonisieren (beruhigen oder beleben) sollen.

Cathrin Dentel: „In der Traditionellen chinesischen Medizin entstehen Krankheiten, wenn die Körperenergie Qi nicht mehr frei fließen kann. Bei der Allergie kommt es zu ‚kochendem Blut‘. Bei der Akupunktur wähle ich spe-



zielle Blutpunkte aus. Sie beruhigen das aufgeputschte Blut und lassen das Qi wieder frei fließen. Eine Behandlung besteht immer aus zehn Sitzungen. Nach fünf Sitzungen sollte man bereits etwas merken, nach 10 bis 15 Sitzungen ist ein Erfolg etwa beim Asthma in der Regel signifikant spürbar.“

Die Kosten für die Sitzungen übernehmen die privaten Krankenkassen je nach Tarif in der Regel ohne Probleme. Bei den gesetzlichen Kassen hilft eine Zusatzversicherung. Ansonsten müssen die Kosten privat getragen werden.

Zwei Mal in der Woche bietet Cathrin Dentel, die mit Mann und zwei Kindern (9, 11) seit 2005 in Dallgow-Döberitz wohnt, auch Qi Gong Kurse an. Dabei handelt es sich um eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist. Wer sich auf Qi Gong einlässt, reichert das eigene Qi an und harmonisiert es bei den angebotenen Übungen. Weitere Kursteilnehmer sind immer willkommen.

Kontakt: Naturheilpraxis Neu Döberitz, Cathrin Riana Dentel, Haselnussweg 11, 14624 Dallgow-Döberitz, Tel.: 03322 - 837335, www.heilpraxis-dentel.de

Sauna Falkensee

Winterzeit - Saunazeit

Wer Lust auf ein wenig Entspannung hat, ruff kurz durch und verabredet einen Termin.

Das ungewöhnliche Konzept:

Die Gäste bekommen den Schlüssel zum 50-Quadratmeter-Wohlfühlareal mit finnischer Sauna (für bis zu 5 Personen), und einem gemütlichen Ausruhbereich. Hier können sie sich ungestört und ganz privat entfalten, ohne dabei von anderen Gästen gestört zu werden.

Termine nur nach Vereinbarung.

Sauna Falkensee
Havelländer Weg 96
14612 Falkensee
Tel.: 0173 / 9169201
03322 / 425264

Noch ist es draußen eisig und kalt. Aber sobald der Winter in den letzten Zügen liegt und die Eismassen schmelzen, leiden Allergiker bereits unter den ersten Pollen. Haselnuss und Birke sind in den ersten Frühlingsschleudern, die dafür sorgen, dass so manche Nase zu triefen beginnt.

Was tun gegen den Heuschnupfen? Viele Allergiker beschreiten den klassischen Weg und probieren die übliche Medikation und vielleicht sogar eine „Spritzenkur“ aus, wie die mehrjährige Desensibilisierung im Volksmund genannt wird. Cathrin Riana Dentel (45) betreibt die Naturheilpraxis Neu Döberitz gleich um die Ecke vom Marie-Curie-Gymnasium. Sie sagt: „Ich habe sehr gute Erfahrungen mit der Akupunktur gemacht. Viele meiner Patienten waren vorher beim Arzt und haben es nicht geschafft, ihre Beschwerden in den Griff zu bekommen. Die Akupunktur schlägt sehr gut an, vor allem bei Asthma.“

Und sie erinnert sich an eine Patientin im Kindesalter: „Das Mädchen hatte so schlimm Asthma, das kam



www.sauna-falkensee.de

Sprachen verbinden

Moderner Englischunterricht mit Multimedia
Einzelunterricht / Gruppen bis max. 3 Pers.



Sylvia Willig (Dipl.-Lehr.)

Unter den Linden 13

14621 Schönwalde-Glien

Tel./Fax: 03322-209172

e-Mail: sylvia.willig@t-online.de Internet: www.lernen-sie-englisch.de

Color Nails Alexa

Neues Studio!

Maniküre & Nails

Neukunden erhalten
im März 30% Rabatt

Rudolf-Virchow-Str. 27
14622 Dallgow-Döberitz
Tel: 03322/ 835 862
Mobil: 0162/2874409

Termine nur nach Absprache



Öffnungszeiten: Montag-Freitag: 9-18 Uhr, Samstag 9-13 Uhr Claudias Blumenzauber

- Floristik für alle Anlässe
- Hochzeitsfloristik
- Tischdekoration
- Pflanzenarrangements
- Raumdekoration
- Trauergebilde

Spandauer Straße 180 - 14612 Falkensee
Telefon: 03322-401836

Blumen & Präsent



Falkensee: Verzaubereien von Britta Carl-Gerth

Verzauberte Kosmetik



Britta Carl-Gerth bietet unter dem Namen „Verzaubereien“ etwas ganz Besonderes: Handgemachte Naturkosmetik in selbstgemachten Verpackungen - edle Präsente zum Verschenken oder zum Selbsterleben. Wir sprachen mit der kreativen Kosmetikexpertin aus Falkensee.

Handgemachte Kosmetik aus Falkensee: Wie unterscheidet sich diese von der Ware aus dem Kaufhaus?

Der Unterschied besteht hauptsächlich in der Wahl der Inhaltsstoffe, der Beschaffenheit der Verpackung und des Aussehens meiner Produkte.

Die Inhaltsstoffe bestehen ausschließlich aus hochwertigen Rohstoffen natürlichen Ursprungs. So werden verwendete Blüten und Blätter von mir handverlesen. Ich verwende keine chemischen Zusatzstoffe, verzichte also auf Konservierer, Emulgatoren oder auf künstliche Schaumverstärker.

Die Verpackungen werden von mir selbst gestaltet, das fängt schon beim Design der Etiketten an. Die schönen Sachen werden außerdem liebevoll von mir verpackt. Ich lege auch da großen Wert auf natürliche Materialien wie Seidenpapier oder Glas. Alles wird außerdem mit feinen Bändern versehen.

Genauso wichtig ist das Aussehen der eigentlichen Produkte. Die Kundin soll sehen und spüren, dass es sich um ein handgefertigtes Produkt aus meiner Manufaktur handelt.

Welche Artikel werden am stärksten nachgefragt?

Das hängt von der Jahreszeit und vom Anlass ab. So werden im Winter mehr Badezusätze und Sprudelbäder gekauft, während es im Sommer die Seifen und Körperlotionen sind.

Generelle Verkaufsschlager sind die Cremepeelings und die Milchbäder.

In welchen Stückzahlen produzieren Sie die einzelnen Seifen, Cremes und Pülverchen?

Ich betreibe ja eine Manufaktur, also eine kleine, ganz niedliche "Hexenküche", wo wirklich jeder Arbeitsschritt noch echte Handarbeit ist. Das bedeutet aber auch, dass ich von den einzelnen Produkten immer nur kleinere Auflagen herstellen kann.

Wer also auf der Suche nach etwas Besonderem und Außergewöhnlichem ist, das man eben nicht in jedem Kaufhaus finden kann, der ist bei mir genau richtig.

Kann man zu Ihnen auch mit Wünschen kommen und sich „seine“ Kosmetik machen lassen?

Ich erhalte viele entsprechende Anfragen. Im Grunde kann man alles individuell nach Wunsch und Vorgabe anfertigen. Aber da muss ich natürlich den Kosten-/Nutzen-Aufwand sehen. Es lohnt sich sicherlich nicht, eine Seife oder eine Creme nur in der Auflage 1 herzustellen. Wenn aber ein Hotel oder eine Firma Giveaways in größerer Stückzahl für ihre Kunden gefertigt haben möchte - das ist dann kein Problem.

Es gibt auch die Option, einzelne Produkte, die es schon gibt, zu personalisieren. Ab einer gewissen Stückzahl kann etwa der Firmenname oder ein eigener Produktname auf das Etiketten gedruckt werden.

Bieten Sie auch Kurse an, bei denen

man das Kosmetik-Machen lernen kann?

Ich habe im letzten Jahr verschiedene Kurse angeboten, die aber leider noch nicht so angenommen wurden, wie ich mir das gewünscht hätte.

Für dieses Jahr habe ich mir vorgenommen, nicht mehr so viele, sondern lieber einige wenige Kurse anzubieten - und das auch nur zu ausgewählten Terminen, die dann allerdings festgelegt sind und sich nicht mehr ändern lassen.

Diese Termine stehen noch nicht fest. Ab dem Sommer soll es aber losgehen. Dann findet man die Termine auf meiner Internet-Site www.verzaubereien.de. Ich bin auch viel auf Märkten unterwegs und werde dann hier entsprechende Flyer verteilen.

Verkauf nur nach Absprache: Wie funktioniert das?

Der Verkauf nach Absprache funktioniert ganz einfach. Ein interessierte Kunde ruft mich einfach an und macht einen Termin mit mir aus, wenn er oder sie etwas kaufen möchten.

Der Grund dafür ist ganz einfach. Da es keinen eigenen Laden gibt, werden die Cremes und Pülverchen direkt in meiner Manufaktur in Falkensee verkauft, also direkt an der Quelle. Da ist es eben wichtig, sich abzusprechen, damit ich auch vor Ort bin und Zeit habe. Dann



Vilianos
Friseur

5,- € Gutschein*

*In Verbindung mit einer Dienstleistung ab 20,- €

Bahnhofstr. 28, 14612 Falkensee
Tel.: 03322-843256
Mo.-Fr. 9-19 Uhr
Sa. 9-16 Uhr

Gültig im März 2010. Keine Barauszahlung möglich.
Nur ein Gutschein pro Kunde einlösbar.

Augen WELTEN
BRILLEN & KONTAKTLINSEN

IHR OPTIKER IN FALKENSEE

Karl-Marx-Str. 62
14612 Falkensee/
Finkenkrug
Tel.: 03322-128 91 97

www.augenwelten.de

Mo.-Fr. 10-19 Uhr, und Sa. 10-14 Uhr

kann ich aber alle Produkte zeigen und erklären und eine richtige Beratung durchführen. Wer diesen sehr persönlichen Weg scheut, findet mich und meine Produkte auch auf vielen Wochenmärkten und Veranstaltungen.

Kontakt: Verzaubereien, Britta Carl-Gerth, Herderallee 16, 14612 Falkensee, Tel.: 0172-318 9191, www.verzaubereien.de

Nagelstudio & Fußpflege



Star Nails

Schönwalder Str. 34, 13585 Berlin
Tel.: 030 33776525

Neueröffnung am 15. März 2010



Unser neuer Standort:

Schönwalder Str. 34
13585 Berlin

Tel.: 030 - 337 765 25

Öffnungszeiten

Mo-Fr: 9:30 - 18:00 Uhr

Sa: 9:30 - 14:00 Uhr

Bis Ostern: 30 % Rabatt in Berlin

Auch in Falkensee - Hang-Nga Nagelstudio
Bahnhofstraße 87-89 (neben Jannys Eis), 14612 Falkensee
Tel.: 03322-127 655
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 9.30-19.00 Uhr, Sa 9.00-14.00 Uhr
Auch ohne Termin sind Sie bei uns willkommen!

PHYSIOTHERAPIE

PHYSIOTHERAPIE
Kathrin Heymann

Ganzheitlich orientiert
Säuglinge, Kinder,
Jugendliche & Erwachsene

Dallgower Straße 9
14612 Falkensee
Telefon: (0 33 22) 24 34 50

Falkensee: BodyElite Kinderballett in der Kimura Karate Schule

Ausdruck & Eleganz



Aus den Räumen der Kimura Karate Schule in der ersten Etage der Poststraße 48-50 dringen sonst oft genug laute Kampfschreie. Nicht so an Dienstagen ab 16 Uhr. Dann übernimmt hier Beate Barz das Zepter und bittet ihre rosa gekleideten Mädchen in einen großen, lichtgefluteten Raum mit Parkettboden, der ihnen von den Karatekämpfern zur Verfügung gestellt wurde. Seit Ende 2009 ist hier eine waagerechte

Ballettstange an der Wand angebracht. Und das passt ja auch, denn Beate Barz gibt vor Ort Ballettunterricht - und hat die Kunst selbst auf einer polnischen Profi-Ballettschule gelernt. Beate Barz lebt für das Ballett. Sie hat in Florida gelehrt, in Deutschland alle erforderlichen Lizenzen nachgemacht und ein ausgeklügeltes Programm speziell für die Kinder auf die Beine gestellt.

Praxis für Feldenkrais und Traumatherapie

Katja Rebehn-Gutmann

Feldenkrais-Lehrerin - Physiotherapeutin
Traumatherapeutin Somatic-Experiencing
Heilpraktikerin Psychotherapie

Am Wasserturm 6, 14624 Dallgow-Döberitz
Tel.: 03322 - 21 85 95, www.feldenkrais.-falkensee.de



Neu ab März

Unsere neuen Tanzkurse

Neue Tanz-Kurse beginnen!

Kindertanzen DI ab 16.00 Uhr (für Kinder von 4-6 in kleinen Gruppen)
Jugendkurs DI ab 18.00 Uhr
Abi-Crash-Kurs DI abends
Einsteigergruppen für Erwachsene SA 16.00-17.30 und 17.30-19.00 Uhr
Info unter 0151/12781649

"Dance for Kids" - Spaß, Sport und Tanzen in einem!
Donnerstag 15.30 - für Kinder ab 4 Jahre
Info unter 0176/64199512

Jetzt treffen immer am Dienstag um 16 Uhr die Eltern ein und bringen ihre Töchter mit - zum BodyElite Kinderballett. Frau Barz: „Zurzeit betreue ich eine Gruppe mit zehn Kindern zwischen 3 und 10 Jahren. Natürlich können wir noch wachsen. Alle Kinder sind eingeladen, einmal eine kostenlose Probestunde mitzumachen.“

Eine Ballettstunde dauert 45 Minuten. Die Eltern können in einem Vorraum mit Tresen und Sofa warten, einen Kaffee trinken und durch ein Fenster sogar einen Eindruck vom Ballettgeschehen erhaschen. Nur im Raum, da ist Beate Barz lieber alleine: „Manche Mütter bleiben noch ein paar Minuten mit im Übungsraum. Die Kinder sind aber aufmerksamer und lernbereiter, wenn ihre Eltern nicht immer mit dabei sind.“

Beim Kinderballett geht es noch sehr spielerisch zu. Frau Barz denkt sich viele Spiele aus, die die Kinder langsam an wichtige Ballett-Haltungen heranführen: „In der Puppenwerkstatt lassen sich die Kinder wie Puppen in eine bestimmte Haltung bringen - etwa in den Halbspagat. Und beim Verzaubern



werden sie zu Tieren, etwa zu einem Frosch, der die Beine in einer bestimmten Haltung anwinkelt. Oder ich gebe den Kindern Schleifen in die Hand, damit sie die Arme in einer ganz bestimmten Weise anwinkeln.“

Generell soll das Ballett Spaß machen und nicht nur die Tanzschritte vermitteln, sondern auch die motorischen Fähigkeiten stärken, die körperliche Haltung und Gelenkigkeit fördern sowie Disziplin und Kreativität schulen. Auch geht es darum, komplexe Bewegungsabläufe zu koordinieren, was den Kindern am Anfang noch nicht immer leicht fällt.

An Auftritte ist gedacht, aber erst muss sich die Gruppe finden und einen gewissen Standard erreichen. Vor den Sommerferien, auf jeden Fall aber zu Weihnachten soll es so weit sein. Haben die Kinder Spaß am Ballett, schließen die Eltern ein 6- oder 12-Monate-Abo ab. Sie können aber auch eine Zehnerkarte lösen.

Kontakt: BodyElite Kinderballett in der Kimura Karate Schule, Poststr. 48-50, 14612 Falkensee, Tel.: 0177 - 5522166



Ihr Fitness-Studio in Falkensee

Straße der Einheit 127a, 14612 Falkensee

Unsere Öffnungszeiten

Montag - Freitag 7:30 bis 23 Uhr
Samstag und Sonntag 9 bis 20 Uhr

So erreichen Sie uns

Telefon 03322/12 90 25
Internet www.activewell.de



ActiveWell in Falkensee: Kickboxen für Kinder

Fäuste nach oben



Kinder konnten im ActiveWell in der Straße der Einheit bereits die Kampfkunst Wing Tsun von Sifu Thorsten Elge erlernen. Jetzt wird das Angebot für den Nachwuchs weiter ausgebaut.

Andrea Schüler (46) bietet ab sofort zwei Kinderkurse für Kickboxen an. Der erste Kurs findet immer Dienstags von 16.30 bis 17.30 Uhr statt und richtet sich an Kinder von 8 bis 13 Jahren. Anschließend trainieren die 14- bis 18-jährigen von 17.30 bis 18.30 Uhr. Andrea Schüler, die seit 2002 in Falkensee wohnt: „Kürserweise trainieren in der ersten Gruppe zurzeit nur Mädchen und in der zweiten nur Jungs. Das ist aber nur Zufall. Zu meinen bislang 12 Kids stoßen ja immer wieder weitere Neugierige hinzu.“

Andrea Schüler hat die Lizenz zum Kickboxen. Sie war drei Jahre lang Mitglied der deutschen Nationalmannschaft und Berliner und Deutsche Meisterin. Sie trainiert das Kickboxen seit 1999 und ist auch als Kampfrichterin aktiv. Ausgestattet mit einer C-Trainer-Lizenz sowohl vom WAKO-Verband als auch vom Landessportbund LSB bietet sie nun Kurse für Kinder an.

Die Kids, die sich bei ihr auf dem dunklen Parkettfußboden einfinden, haben die nötige Ausrüstung und tra-

gen Boxhandschuhe sowie einen Fuß- und Schienbeinschutz. Auch ein Zahnschutz ist in der Tasche aller Teilnehmer zu finden, auch wenn er natürlich nicht immer benötigt wird.

Nach der traditionellen Begrüßung der Trainerin und der Gruppe kommt es nicht - wie einige Eltern sicherlich fürchten - gleich zu einem wilden Boxen und Treten, wie man das vielleicht beim Kickboxen erwartet. Die Kinder machen Übungen für sich und mit dem Partner. Dabei kommt es zunächst nicht auf Schlagkraft an, sondern auf Technik. Andrea Schüler: „Wir führen die Kinder sehr altersspezifisch an die Sportart Kickboxen heran. Dabei arbeiten wir im Training mit völlig verschiedenen Methoden - auch mit Musik. Die Aufgaben in der Gürtelprüfung stammen dann aus dem Bereich der Selbstverteidigung. Geprüft wird aber auch die Reaktionsfähigkeit. So müssen die Kinder z.B. mehrere Luft-

ballons eine Minute lang gleichzeitig in der Luft halten.“

So stärkt Kickboxen zwar das Selbstvertrauen und auch das Vermögen, sich selbst zu verteidigen. Wichtig sind aber auch das richtige Auftreten und Verhalten, das Miteinander in der Gruppe - und auch der Gesundheitsfaktor. Andrea Schüler: „Die Kinder bauen Bewegungsmängel ab, kompensieren entwicklungsbedingte Defizite, verbessern ihre Kondition und optimieren ihre koordinativen Fähigkeiten. Fünf Ausbildungsschwerpunkte gibt es: Koordination, Dehnung, Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit.“

Eltern, die für ihre Kinder einen Jahresvertrag abschließen, zahlen im Monat 24 Euro. Im Beitrag enthalten ist auch der Kurs Kinder-TaeBo, der in Kürze startet - immer Samstags um 15 Uhr. Wer am **Kinderaktionstag am 27. Februar 2010** vorbeikommt, kann sogar die einmalig erhobene Teilnahmegebühr in Höhe von 25 Euro sparen. Andrea Schüler: „Ich freue mich über viele neue Kinder, die unsere Kurse besuchen möchten.“

Kontakt: ActiveWell, Arntowsky & Wießner GbR, Straße der Einheit 127a, 14612 Falkensee, Fon: 03322 - 129025, www.activewell.de



Naturheilpraxis Sonnenfeld



Praxis für chinesische Medizin

- Akupunktur, auch mit dem Laser, Ohrakupunktur
- Chinesische Atem- und Bewegungslehre (Qigong)
- Klassische Homöopathie
- Hypnose



Heilpraktikerin Ines Reinke-Sonnenfeld
Max-Liebermann-Str. 25, 14612 Falkensee
Tel.: 03322/278716, www.Naturheilpraxis-Sonnenfeld.de

Kostenlose Informationsprechstunde nach Vereinbarung

Verzaubereien

Handgemachte Naturkosmetik aus Falkensee



Neue Produkte

- Butterzarte Body Melts für 5,50 €
- Frühjahrskur für die Haut mit Algen und Meersalz für 12,50 €
- Riesenbadekugel Bubble Bath mit Kokos-Vanilleduft für 4,50 €

Verzaubereien - Britta Carl-Gerth
Herderallee 16, 14612 Falkensee - Tel.: 0172-3189191
Verkauf nach Absprache www.verzaubereien.de

Neueröffnung

Beauty Studio

forever hairless

Neueröffnung in Brieselang

- Ultraschall Fettreduzierung
- Diamant Microdermabrasion
- IPL dauerhafte Haarentfernung
- Problemzonenbehandlung
- Standardkosmetik u.v.m.

Beauty Studio forever hairless, Jennifer Kunau, Am Markt 1, 14656 Brieselang
Tel.: 033232 - 208684 / Fax: - 238927 / Mobil: 0177 - 6241327
www.forever-hairless.de

Aktionstage Eigenheim

Energiespartag

am 28.02.2010
von 14-17 Uhr in der
Schönwalder Str. 34,
14612 Falkensee/Spandau

Sparen Sie jetzt bis zu
5.000,- €

KfW Effizienzhaus 70
Dauerhaft im Preis gesenkt!

Town & Country HAUS

Tel.: 033 22/12 99 65
www.HausDirekt.de

HS-SOLID

POLIZEI Bericht

Jeden Tag präsentieren wir Ihnen den aktuellen Polizeibericht passend zur Region im Internet www.falkenseeaktuell.de

Falkensee: Sunshine SONNENSTUDIO

Schlaue Sonnenbank



braun vorweisen können. Auf diese Weise braucht sich niemand Sorgen zu machen, dass er oder sie vielleicht zu viel künstliche Sonne abbekommt.

Aber natürlich gibt es unter den 10 Sonnenbänken auch einen echt leistungsstarken Turbo-Bräuner.

Das Sunshine SONNENSTUDIO ist sehr hell und farbenfroh eingerichtet und weist neben einem integrierten Nagelstudio auch eine geräumige Chillout-Lounge mit angeschlossener Getränkebar auf. Vor Ort wird größter Wert auf Sauberkeit und Hygiene gelegt. Und natürlich müssen die Geräte regelmäßig gewartet werden. Bei unserem Besuch lagen schon wieder neue Röhren für sechs der zehn Geräte bereit. Nur so kann garantiert werden, dass alle Sonnenbänke immer die hundertprozentige Leistung erbringen können.

Der Winter war lang, die Sonne zeigte sich über Wochen hinweg nur selten. Da geht das letzte bisschen Farbe verloren und so mancher Falkenseer sieht auf einmal so bleich im Gesicht aus, dass er in jeder Vampir-Verfilmung mitmachen könnte. Da ist es nicht verkehrt, ein wenig Extrasonne zu tanken.

Wer noch sehr blass ist, findet im Sunshine SONNENSTUDIO eine spezielle Einsteigersonnenbank vor, die eben nicht gleich Vollgas gibt, sondern sehr behutsam bräunt. Ein wirklich hypermodernes Gerät ist der **KBL Mega-Sun 6900 easy care** mit angeschlossenerem Hauttester. Dieses Gerät misst selbstständig den Melaningehalt der Haut und stellt sich darauf ein. Das bedeutet, dass blasse Sonnenbader weniger intensiv bestrahlt werden als solche, die bereits ein gewisses Grund-

Besonders gut kommt im Sunshine SONNENSTUDIO die Happy Hour an. Sie verspricht mehr Minuten zum gleichen Preis. Die Happy Hour findet immer Montag bis Samstag von 8-10, 13-15 und 18-20 Uhr statt. Der Sonntag hingegen ist eine einzige Happy Hour.

Kontakt: Sunshine SONNENSTUDIO, Marwitzer Str. 31, 1461 Falkensee, Tel.: 03322-22876

Thailändischer Massagesalon

- keine Erotik -

Neu ab sofort!

Wir bieten Ihnen an:

Ganzkörpermassagen Fußreflexzonenmassagen



Termine nach Vereinbarung - Sie finden uns hier:

14612 Falkensee - Poststraße 27 (Gartenhaus) - carstensickert@alice-dsl.net
Tel. 03322/21 48 19 u. 0171 / 128 28 74



am 5. März 2010 im Friedrichstadtpalast

Titel wie „Wish you were here“ oder „Shine on you crazy Diamond“ erklingen in fantastischen klassischen Versionen, die speziell für diesen Abend von Peter Jirak arrangiert werden. Gespielt werden die Kompositionen von dem „Fabulous Rock Philharmonic Orchestra“ (www.opern-festspiele.de) unter der musikalischen Leitung von Michel Machee. Mit

seiner einmaligen Besetzung schafft es das Orchester die Melodien als auch die Explosivität von Pink Floyd mit seinem einmaligen Orchesterklang wieder zu geben. Begleitet wird das Orchester von dem männlichen Vokalquartett Q Vox, den Saxophonisten Anton Mühlhansl und Gerry Sedlack* sowie dem Gitarristen Jerry Sova. Das speziell für diesen Abend kreierte Lichtkonzept taucht den Veranstaltungsort in ein besonderes Ambiente und verzaubert durch eine farbenfrohe Lichterwelt.

Die Tickets erhalten Interessierte an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie über die bundesweite Tickethotline 0 18 05 - 570 070 (14ct/Minute, Mobilfunkpreise höher). **Wir verlosen 3x2 Freikarten!** (Bitte wie immer Mail an info@falkenseeaktuell.de, Einsendeschluss ist der 2. März 2010.)



AROMATHERAPIE

Erleben Sie eine wohltuende Massage (wahlweise Rücken, Gesicht, Füße...) in Verbindung mit der Wirkung speziell auf Ihr Bedürfnis abgestimmter Aromaöle. Die harmonisierende Wirkung wird Sie begeistern!
Termine nach Vereinbarung.



FUSSREFLEXZONENTHERAPIE

Regeneration für Körper und Seele. Die Anregung spezieller Punkte an den Füßen lässt Sie Kraft schöpfen und Energie tanken. Vertrauen Sie auf Kräfte der Natur wie es schon die alten Indianer getan haben.
Termine nach Vereinbarung.



PRÄVENTIVE RÜCKENGYMNASTIK

Ein Muskelaufbautraining zur Kräftigung Ihres Stützapparates und einfache Entspannungsübungen zum Stressabbau stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Verabschieden Sie sich von Ihren Rücken belastenden Gewohnheitshaltungen!

AKTIV FÜR MEHR GESUNDHEIT IM SPORT-UND REHAZENTRUM

Das Zentrum verfügt über rund 900 Quadratmeter Fläche mit modernster Ausstattung und einer Vielzahl unterschiedlicher Trainingsgeräte.

Das Team von Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Diplom-Sportwissenschaftlern führt jährlich mehr als 60 000 Behandlungen - von der ambulanten Physiotherapie und Ergotherapie über die medizinische Trainingstherapie bis hin zu Rücken-Rehabilitationsmaßnahmen durch. Als weitere Angebote stehen zur Verfügung: Präventionsgruppen wie Pilates und Nordic Walking und die individuelle Trainingsplanung für den Sportinteressierten.

Als besonderen Schwerpunkt ist das Zentrum ausgerichtet für die Behandlung von Verletzungen bei Arbeits-, Wege- und Schulunfällen im Rahmen der Erweiterten Ambulanten Physiotherapie (EAP/BG).

Weitere Schwerpunkte sind die Anwendungen eines ausgesuchten Therapiespektrums von der Manuellen Therapie über Osteopathie und der Kraniosakraltherapie bis hin zur speziellen Rückenschule an einer computergestützten Rückentrainingseinheit. Aquatraining in spezifischen Wassergruppen und die Behandlung von Schlaganfällen nach dem Bobath-Konzept sind weitere Möglichkeiten unseren Patienten ein breites therapeutisches Angebot auf dem Weg der Heilung zur Verfügung zu stellen.

Anwendungen wie Fußreflexzonenmassage und Aromamassage runden unser Angebot in den Bereichen Gesundheit und Wohlbefinden ab.



Weitere Informationen und Termine erhalten Sie im
Sport- und Rehazentrum Berlin

Ein Unternehmen der Paul Gerhardt Diakonie

Sport- und Rehazentrum
Stadtrandstraße 555, Haus 16 A, 13589 Berlin
Tel: 030 - 37 02 29 0 25 / 26

SV Motor Falkensee 1951 e.V.: Gesundheitssport / Nordic Walking

Mach mit, bleib fit!



Im SV Motor Falkensee 1951 fühlen sich viele Sportler aus Falkensee und der ganzen Umgebung Zuhause. Was viele nicht wissen: Der Verein kümmert sich nicht nur um die klassischen Sportarten wie Basketball, Kegeln

oder Tischtennis, sondern unterhält seit 2005 auch eine „Abteilung **Gesundheitssport**“. Hier trainieren zurzeit 24 Mitglieder, um ihren Bewegungsapparat in Schwung zu bringen und um etwas für den geschundenen Rücken zu unternehmen.

Ins Leben gerufen wurde die Abteilung von Frau Dr. Anita Säch, als Übungsleiterin fungiert Julia Hartung, die auch eine entsprechende Ausbildung genossen hat. Die Teilnehmer treffen sich regelmäßig am Mittwoch von 18-19 oder von 19-20 Uhr in der kleinen Turnhalle des Falkenseer Lise-Meitner-Gymnasiums, um gemeinsam Sport zu treiben und den Kalk

aus den Adern zu treiben.

Sehr beliebt ist auch die **Nordic-Walking-Gruppe**, in der bereits 30 Mitglieder engagiert sind, um in der freien Natur bei Wind und Wetter ordentlich Kilometer „zu machen“.

Treffpunkt ist zurzeit immer am Sonntag um 9 Uhr sowie Dienstag und Donnerstag um 13 Uhr.

Ab April ändern sich die Termine allerdings. Dann treffen sich die Nordic Walker immer Sonntags um 9 Uhr, Montag und Donnerstag um 19 Uhr - Dienstags bleibt es bei 13 Uhr. Treffpunkt ist die Praxis von Dr. Säch in der Wendtpromenade 10 in Falkensee.

Generell gibt es in beiden Gruppen freie Kapazitäten, weitere Sportler sind also immer willkommen. Wer sich den Gesundheitssport oder das Nordic Walking einmal ansehen möchte, darf zwei Mal kostenlos an einem Probetraining teilnehmen. Dafür stehen Nordic-Walking-Stöcke zur Verfügung.

Wer dem Verein beitreten möchte, zahlt 10 Euro im Monat - das ist ein sehr moderater Preis, der seit den Anfängen gilt und seitdem auch nicht mehr geändert wurde.

Beide Gruppen richten sich übrigens an Sportler zwischen 30 und 80 Jahren. Wobei nach oben hin natürlich keine Grenze gesetzt ist, wenn man sich noch fit fühlt.



Interessenten melden sich bitte bei:

Hans-Peter Röschlein, Werde-
ner Straße 4, 14612 Falkensee,
Tel/Fax: 03322-244371
hp.roeschlein@gmx.de
www.sv.motor-falkensee.de

Gottfried Koch, Isarstr. 40,
14612 Falkensee
Tel: 03322-205621
gottfried_koch@freenet.de
www.sv.motor-falkensee.de

Dr. Anita Säch, Wendtpromena-
de 10, 14612 Falkensee
Tel: 03322-243329,
asach@t-online.de,
www.sv.motor-falkensee.de

Ford Automobile Dallgow
Das Autohaus am HavelPark

Schulgasse 1
14624 Dallgow / Dorf
03322 / 2464 - 0
www.ford-dallgow.de

Mo-Fr 6:30-18:30
Sa 8:30-13:00

Neuwagen Werkstatt Gebrauchtwagen
Ersatzteile & Zubehör

Auto-Reparatur-Zentrum GmbH
Falkensee

Franz Gampe
Geschäftsführer

Friedrich-Engels-Allee 49 Tel.: 03322 / 22746
14612 Falkensee Fax: 03322 / 275697

PKW - Motorrad - Quad

MOTOR FUN SPORTS **Reifen Service**

Karl - Marx - Str. 64 - 66
14612 Falkensee
Direkt am Bahnhof Finkenkrug

03322 / 2314882

Service - Ersatzteile - Reparaturen
Verkauf - Inspektionen - Zubehör

Kfz-Zulassungsdienst
Guido Teßmer

- Neuzulassung • Ummeldungen
- Abmeldungen • Adressänderungen
- Technische Änderungen • Kennzeichen

Friedrich-Engels-Allee 122 Tel. (03322) 203877 Bürozeiten:
14612 Falkensee Fax (03322) 232506 Mo-Fr 16-19.00 Uhr

www.kfz-zulassung-falkensee.de

SV Motor Falkensee 1951 e.V.

Unsere Abteilungen:

- ♦ Basketball
- ♦ Gesundheitssport / Nordic Walking
- ♦ Kegeln
- ♦ Koronarsport
- ♦ Kraftsport
- ♦ Tischtennis
- ♦ Volleyball

Wir freuen uns auf Sie!

SV Motor Falkensee 1951 e. V.
Dietmar Dragendorf
Blumenstr. 36
14612 Falkensee
Telefon: +49 3322 200 640
E-Mail: info@motor-falkensee.com
Web: http://www.sv-motor-falkensee.de/



GASTRONOMIE AWARD 09

**3430 Leser
haben gewählt!**

Worum geht es bei der Verleihung des Gastronomie Awards? Nun: In Falkensee und Umgebung bieten viele Restaurants ihre Dienste an. Wir testen bereits seit Jahren jedes neue Restaurant im Verteilgebiet. Nicht immer sind die Leser mit unseren Tests einverstanden. Also haben wir den „Falkensee aktuell Gastro-Award“ ins Leben gerufen. Hier wählen die Leser selbst, wo es ihnen am besten schmeckt. 3430 Leser haben sich an der aktuellen Wahl zum besten Restaurant 2009 beteiligt.

Es ist geschafft. Falkensee und Umgebung hat nun schon zum zweiten Mal den Kugelschreiber gezückt, um einen Stimmzettel der besonderen Art auszufüllen. Bei der Wahl zum „besten Restaurant“ im Verteilgebiet von „Falkensee aktuell“ haben wir zunächst im Rahmen einer Vorrunde alle uns bekannten Restaurants im Heft benannt und unsere Leser darum gebeten, diese Lis-

Speisen	
Hong Shun	1,30
Edmonds Hexenhaus	1,35
Mister Vu	1,52
Kronprinz	1,77
Falkenseer Hof	1,78
Da Pippo	1,80
Rhodos	1,82
Trattoria Luciana	1,95
Falkensee Garten	1,96
Hellas	2,02
Casa Toro Negro	2,06
Hotel Diana	2,07
Deutsches Haus	2,08
Karyatis	2,09
Landhaus	2,20
Trattoria Toscana	2,29
Torero	2,32
Restaurant Waldheim	2,45
Schwanenkrug	2,60
Asia Restaurant	2,67
Ehlers	2,74
Dorfkrug Seeburg *	2,80
Kartoffelschlößchen *	2,91
Kreisbar *	2,99
Neuer Finkenkrug *	3,01
Quo Vadis *	3,02
Bistro Oleander *	3,05
xxx	3,05
xxx	3,24
xxx	4,18



te noch zu ergänzen. Auf diese Weise ist ein (fast) authentischer Stimmzettel entstanden, der alle uns bekannten Restaurants beim Namen nennt - Bistros, Kneipen, Bars und Pommestuben einmal ausgenommen. Sollte ein Restaurant fehlen - das holen wir bei der nächsten Wahl gern nach.

Der Stimmzettel wurde 2x in Falkensee aktuell abgedruckt, um auf diese Weise 2x 30.000 Leser zu erreichen. Außerdem druckten wir 30.000 Postkarten, die wir in den Restaurants selbst ausgelegt haben. Einsendeschluss für die Zettel war Ende November 2009.

Bei der ersten Auszählung 2008 hatten sich 200 Leser beteiligt, dieses Mal waren es 3430. Geändert hat sich aber nicht viel. Weiterhin haben sich viele

Restaurants böse Fünfen und Sechsen eingefangen, weil die Gäste nicht mit den Speisen oder dem Service zufrieden waren. Dieses Votum der Gäste sollten die Restaurants unbedingt beherzigen, um sich für die Wahl im kommenden Jahr zu verbessern.

Während der Auszählung wurde in Falkensee das Restaurant China Haus in der Seegefelder Straße 28 und das Bistro86 in Schönwalde in der Straße der Jugend 86 eröffnet. Beide Häuser sind im aktuellen Award noch nicht berücksichtigt.

Außerdem müssen wir darauf hinweisen, dass es sechs der 30 bewerteten Restaurants in der alten Form 2010 schon gar nicht mehr gibt. Der Dorfkrug in Seeburg, das Kartoffelschlöß-

Ambiente	
Edmonds Hexenhaus	1,32
Hong Shun	1,36
Kronprinz	1,73
Mister Vu	1,74
Hotel Diana	1,92
Rhodos	1,97
Falkenseer Hof	2,06
Casa Toro Negro	2,13
Falkensee Garten	2,19
Karyatis	2,21
Ehlers	2,27
Da Pippo	2,30
Landhaus	2,33
Trattoria Luciana	2,36
Trattoria Toscana	2,42
Bistro Oleander *	2,45
Restaurant Waldheim	2,48
Deutsches Haus	2,56
Neuer Finkenkrug *	2,57
Torero	2,70
Quo Vadis *	2,73
Kreisbar *	2,76
Hellas	2,91
Asia Restaurant	2,94
Kartoffelschlößchen *	2,98
Schwanenkrug	3,03
Dorfkrug Seeburg *	3,20
xxx	3,20
xxx	3,38
xxx	4,00

Auf vielfachen Wunsch nennen wir die drei Verlierer einer Auswertung nicht, um sie nicht an den Pranger zu stellen. Jeder kann selbst nachrechnen, um wen es sich handelt.

Service	
Hong Shun	1,26
Edmonds Hexenhaus	1,46
Mister Vu	1,65
Kronprinz	1,74
Rhodos	1,82
Da Pippo	1,89
Hotel Diana	1,92
Falkenseer Hof	1,93
Falkensee Garten	1,98
Karyatis	2,03
Hellas	2,04
Landhaus	2,19
Deutsches Haus	2,21
Restaurant Waldheim	2,28
Casa Toro Negro	2,30
Trattoria Toscana	2,42
Trattoria Luciana	2,43
Torero	2,47
Dorfkrug Seeburg *	2,53
Ehlers	2,63
Kreisbar *	2,63
Neuer Finkenkrug *	2,60
Asia Restaurant	2,66
Bistro Oleander *	2,70
Schwanenkrug	2,73
Kartoffelschlößchen *	2,86
Il Pavone	3,04
Quo Vadis *	3,11
xxx	3,23
xxx	3,30




Pestalozzistraße 2 / Ecke Spandauer Straße, 14612 Falkensee
Tel: 03322 - 214 00 61 oder 03322 - 127 384, www.mistervu.de

Jetzt mit Catering-Service

Ihre nächste Party ist gerettet: Bestellen Sie à la carte für Ihre Gäste!
Wir liefern termingerecht, bauen das Buffet auf und dekorieren das Essen!

Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Dienstag-Freitag 16-23 Uhr
Samstag+Sonntag 12-23 Uhr, Feiertags 12-23 Uhr



K. Kampowski GmbH

HEIZUNG / SANITÄR

Kochstraße 53, 14612 Falkensee

Notdienst: 01 71 / 2 40 41 74
Tel.: 0 33 22 / 31 53
Fax.: 0 33 22 / 20 07 61
E-Mail: info@kampowski.de

www.kampowski.de

Gesamtwertung	
Hong Shun	1,30
Edmonds Hexenhaus	1,37
Mister Vu	1,63
Kronprinz	1,74
Rhodos	1,87
Falkenseer Hof	1,92
Hotel Diana	1,97
Da Pippo	1,99
Falkensee Garten	2,04
Karyatis	2,11
Casa Toro Negro	2,16
Landhaus	2,24
Trattoria Luciana	2,24
Deutsches Haus	2,28
Hellas	2,32
Trattoria Toscana	2,37
Restaurant Waldheim	2,40
Torero	2,49
Ehlers	2,54
Neuer Finkenkrug *	2,72
Bistro Oleander *	2,73
Asia Restaurant	2,75
Schwanenkrug	2,78
Kreisbar *	2,79
Dorfkrug Seeburg *	2,84
Kartoffelschößchen *	2,91
Quo Vadis *	2,95
xxx	3,09
xxx	3,28
xxx	3,82



einzuheimsen. Auch die Havelländer, die ihren Stimmzettel in anderen Restaurants abgegeben haben, hatten für das Hong Shun nur Einsen übrig.

Das Hong Shun ist das beste Restaurant 2009

Wir gratulieren dem Hong Shun für die überzeugende Vorstellung und wünschen auch dem Hexenhaus und Mister Vu, das sich viele Leser nun aufmachen, um sich selbst ein Bild von der kulinarischen Qualität vor Ort zu machen.

Übrigens haben wir in diesem Jahr erstmals die drei Noten für die Qualität der Speisen, des Service und des Ambientes zusammengezogen und durch Drei geteilt, um eine Gesamtnote zu erheben. Demnach sind das die beliebtesten Restaurants:

Hong Shun
Edmond's Literaturcafé Hexenhaus
Mister Vu

Wir werden diese Wahl Ende des Jahres zum dritten Mal wiederholen. Dabei arbeiten wir schon jetzt daran, den Voting-Vorgang weiter zu optimieren und zu verbessern. Auch wenn Restaurants auch aus dem weiteren Umland bereits darum gebeten haben, ebenfalls mitmachen zu dürfen: Die Wahl beschränkt sich weiterhin streng auf unser Verteilgebiet.

Wir haben in den letzten Wochen viel darüber diskutiert, ob die Restaurant-Umfrage repräsentativ ist, ob es

Abgegebene Stimmen	
Hong Shun	1126
Edmonds Hexenhaus	742
Kronprinz	650
Mister Vu	517
Karyatis	390
Landhaus	306
Da Pippo	287
Casa Toro Negro	245
Rhodos	240
Ehlers	222
Quo Vadis *	212
Kreisbar *	208
Trattoria Luciana	197
Restaurant Waldheim	157
Hellas	156
Falkensee Garten	153
Deutsches Haus	132
Falkenseer Hof	131
Bayerischer Hof	110
Trattoria Toscana	106
Schwanenkrug	102
Asia Restaurant	102
Il Pavone	96
Torero	91
Neuer Finkenkrug *	91
Kartoffelschößchen *	81
Hotel Diana	79
Bella Venezia	53
Bistro Oleander *	40
Dorfkrug in Seeburg *	15

Seniorengerechtes Wohnen im Waldhaus
14476 Groß Glienicke
Seeburger Chaussee 2 Haus 1

Gemütliche Appartements inkl. Reinigung
ab 186,- €/Monat warm
24 Std. Betreuungsangebot und ambulante Pflege vor Ort

Es sind auch kurzfristige Aufenthalte z.B. Urlaub mit und ohne Pflege möglich.

Sind Sie interessiert?
Infos unter
Pflegedienst am See GmbH
Tel. 033201-50 970

chen, die Kreisbar (trotz Rach-Besuch) und das Quo Vadis. Diese Restaurants sind in den Auswertungen deswegen mit einem Sternchen markiert, sodass sie sofort zu erkennen sind.

Generell gilt: Egal, ob sich 200 Leser an der Wahl zum Restaurant des Jahres beteiligen oder gleich 3430: Qualität setzt sich immer durch. So konnte der Vorjahressieger **Mister Vu** auch in diesem Jahr eine erstklassige Platzierung erringen, musste sich allerdings ganz knapp **Edmond's Literaturcafé Hexenhaus** geschlagen geben. Das Hexenhaus, gerade erst im Mai 2009 eröffnet, konnte sich binnen kürzester Zeit in die Herzen der Falkenseer kochen.

Erst ganz kurz zum Schluss der Auswertung schoss das **Hong Shun** an beiden Top-Favoriten auf den ersten Platz vorbei und sicherte sich zwei Einzelsiege und den Gesamtsieg. Kein Wunder: Das Hong Shun verzeichnete die meisten für ein Restaurant abgegebenen Stimmen (1126) auf sich. Dem Hong Shun gelang es auch, nicht nur bei den direkt im Restaurant eingesammelten Voting-Zetteln Bestnoten



Manipulationsmöglichkeiten gibt und wie treffsicher die Auswertung ist. Damit jeder mitdiskutieren kann, verraten wir auch die Anzahl der Stimmen, die jedes Restaurant gewinnen konnte.

Das Team vom Hong Shun bedankt sich für die Auszeichnung zum besten Restaurant der Stadt - und für die vielen guten Noten, die es von den Lesern erhalten hat.

CHINA-RESTAURANT
鴻順酒樓
HONG SHUN

Wir bedanken uns bei den Lesern von Falkensee aktuell für die Wahl zum **Besten Restaurant in Falkensee**
Wir werden auch weiterhin alles unternehmen, damit Sie sich bei uns wohlfühlen.

Falkenhagener Straße 68, 14612 Falkensee
Tel.: 03322-233 73 98 und 03322-233 73 89
Täglich geöffnet von 12 bis 23 Uhr

Potsdamer Golf-Club e.V.

- Öffentliche Driving-Range
- Öffentlicher 6-Loch-Übungsplatz
- 18-Loch-Anlage
- Kostenloses Kinder- und Jugendtraining

Potsdamer Golf-Club e.V.
Zachower Str., 14669 Ketzin (OT Tremmen)
Tel.: 033233/705-0
Web: www.potsdamer-golfclub.de

Sonntag 14-16 Uhr
Schnupperkurse für mind. 4 Einsteiger

Beim Schnuppertraining lernen Sie die Anlage kennen, erhalten eine Einweisung in die Schlägerkunde, üben die langen Schläge an der Driving Range und das Putten auf der Übungsanlage. Telefonische Anmeldung ist nötig!

Mit Falkensee-Taler nur 5 statt 10 Euro!

Falkensee-Schnappschuss



Was tun mit all dem vielen Schnee im Garten? Linus und Constantin haben eine Idee, was man damit anfangen kann - ein Iglu soll gebaut werden. Große Plastikboxen helfen dabei, aus dem losen Schnee große Schnee-Bausteine zu formen, die sich dann zu einem Iglu auftürmen lassen. Das Problem allein: Der Schnee pappt nicht mehr und fällt immer wieder auseinander. Aber es gibt für alles eine Technik - und so schraubt sich der Iglu immer weiter in die Höhe.

Immer die aktuellen Termine der Stadt
www.falkenseeaktuell.de

<p>POST Agentur Finkenkrug im Edeka-Markt</p> <p>Wachtelfeld 7-9 Tel. 03322 - 24 40 04</p>	<p>Burgi ... meine bunte Welt! im Gesundheitszentrum Falkensee</p> <p>Dallgower Str.9 Tel. 03322 - 23 23 33</p>
<p>Geschenkartikel • Schreibwaren • Bürobedarf Post • Presse • Lotto • Kopier- u. Faxservice</p> <p><i>Unser Team freut sich in beiden Filialen auf Ihren Besuch.</i></p>	

fif Familienpflege in Falkensee
Eva-Maria Hecker
Familienpflege in Falkensee

Sie brauchen Unterstützung in der Schwangerschaft, nach der Geburt eines Kindes oder wenn die Mutter erkrankt ist?

Wir führen Ihren Haushalt zuverlässig weiter und betreuen liebevoll Ihre Kinder.

Wir organisieren alle Angelegenheiten zur Kostenübernahme durch die Krankenkassen.

fif Familienpflege, Eva-Maria Hecker
Meraner Straße 19, 14612 Falkensee
Telefon: 03322-286416, Fax: 03322-286417, Web: www.fif-familienpflege.de

Familienhalt



Deborah van den Boogaard

Hallo Frau van den Boogaard, wir haben einen Sohn, der die 4. Klasse einer Grundschule besucht. Leider sagt er aber in letzter Zeit häufiger, dass er keine Lust mehr hat, zur Schule zu gehen. Auch seine Noten sind mit der Zeit immer schlechter geworden und er behauptet verneint, dass es ihm langweilig wäre. Zusätzlich spielt er immer wieder den Klassenclown oder ärgert Mitschüler.

Für uns als Eltern gleicht der Gang zum Lehrer mittlerweile einem Spießrutenlauf, denn ständig gibt es Anlass für ein Elterngespräch. Bereits im Kleinkindalter wurde uns vom Kinderarzt, Erziehern usw. gesagt, dass er anders sei: in vielen Belangen „weiter“, vor allem im logischen Denken. Im motorischen und sozialen Bereichen hingegen ist er aber eher zurück.

Wenn ihn etwas interessiert, kann er es sehr schnell und sehr gut aufnehmen. Manchmal ist es jedoch genau das Gegenteil.

Das passt alles für uns nicht zusammen. Wenn er wirklich so schlau ist, dann müsste doch gerade er Spaß an der Schule haben und gute Noten schreiben.

Wir wissen langsam nicht mehr weiter.

Können Sie uns helfen?

Ihre Familie K.

Liebe Familie K.,
danke für Ihren Brief.

Entwicklungsunterschiede sind in der kindlichen Entwicklung häufig und auch ganz normal. Meistens egalisiert sich das im Laufe der Jahre. Manchmal geht jedoch die Schere zwischen den einzelnen Entwicklungsbereichen so weit auseinander, dass es zu einer Herausforderung für die Kinder, Familie und das Umfeld wird, d.h. im Laufe der Zeit werden die Unterschiede nicht weniger, sondern eher deutlicher und das Kind meist auffälliger in seinem Verhalten. In einzelnen Fällen wäre dann eine Entwicklungsstanderhebung (z.B. Begabungsdiagnostik) zu empfehlen – diese wird professionell z.B. im Zentrum für Begabungs- und Leistungsentwicklung „Leuchtfieber“ in Berlin (www.leuchtfieber-berlin.de) durchgeführt. Sollte ein Kind besonders leistungsstark sein, gibt es viele Dinge zu beachten, um das Familienglück und somit die Zufriedenheit jedes einzelnen Familienmitglieds wieder ins Lot zu bekommen. In diesem Falle ist professionelle Hilfe ratsam, denn nicht selten kann eine unentdeckte Begabung zur „Leistungsfall“ werden und aus leistungsstarken Kindern werden lernschwache und auffällige Kinder, die nicht glücklich sind, als Störfriede wahrgenommen werden und manchmal sogar die Schule abbrechen und somit ihre Zukunftschancen stark einschränken. Noch viel wichtiger ist in diesem Zusammenhang das persönliche Glück, die innere Zufriedenheit des Betroffenen, welche sich nicht entfalten kann, wenn Fähigkeiten nicht wahrgenommen werden.

An erster Stelle sehe ich die Kommunikation zwischen Eltern, Lehrern, Erziehern und natürlich vor allem auch dem Kind. Suchen Sie aktiv das Gespräch mit Ihrem Sohn, mit den Bezugspersonen und horchen Sie nach „Innen“.

Ich würde mich freuen, wenn wir uns telefonisch austauschen könnten, auch damit ich Ihnen gezielter helfen kann: 03322 2131881.
Herzliche Grüße und alles Gute - Deborah van den Boogaard

In dieser Rubrik finden Sie Fragen unserer Leser an Familienhalt. Sollten Sie eine Frage übersenden wollen, senden Sie bitte eine E-Mail an info@familienhalt.de.



Rechtsanwaltskanzlei Elke H. Braun

RA Elke H. Braun
Donaustraße 30
14612 Falkensee
Tel.: 03322-2343-48
Fax: 03322-2343-49



Tätigkeitsschwerpunkte:
Miet-/Pachtrecht
Vertragsrecht
Verkehrsrecht

Interessenschwerpunkte:
Erbrecht und Strafrecht

Öffnungszeiten: Mo-Fr. 9-13 Uhr, 16-20 Uhr, Sa 10-14 Uhr

Spandau: Historisches Festungsgelage in der Zitadellenschänke

Zitadellen-Liebesmahl



Schatz, wohin führst du mich denn am Valentinstag aus? Na, in die Zitadelle. Da fand am 14. Februar eine besondere Variante des altertümlichen Rittermahls statt, wie es in der Zitadellen Schänke längst Usus ist. Ein Liebesmahl stand an, zu Deutsch ein echtes Candle-Light-Dinner.

Die dritte Inszenierung des Liebesmahls in der Spandauer Zitadelle konnte von der Kulisse her nicht besser geplant sein: Draußen sorgte der Winter mit seiner dicken Schneedecke und den vereisten Temperaturen für Minusgrade und klirrende Kälte. Und in der Festung mit seinen meterdicken Mauern flackerten die Kerzen und sorgten

an den Decken montierte Wärmestrahler für angenehme Temperaturen.

Die wuchtigen Holztische in der Zitadellen Schänke waren passend zum Anlass romantisch eingedeckt - mit einem Kerzen-Kandelaber, Rosenblütenblättern und einem Becher voll mit dem warmen „Elixier des Cagliostro“ - einem leckeren Glühwein.

Typisch für die Veranstaltungen der Zitadellen Schänke ist der mittelalterliche Charakter. Und so gab es für die teilnehmenden Pärchen silbernes Zinngeschirr, ein Messer in die Hand und ein gut dreistündiges 7-Gang-Menü ganz im Geiste der ritterlichen Vorfahren.

Auf dem Tisch lag das Heydenbrot, es folgte eine orientalische Tafel mit Vorspeisen „was vor der Liebe kommt“. Die Speisenfolge ging weiter mit einem „Sud von wilden Thieren“, die sich als Wild-Kraftbrühe mit Gemüseeinlage entpuppte - serviert in geschmiedeten Metallschalen. Spätestens beim Hauptgang vergaßen so manche Herren ihre Valentinstischdame, denn es gab Rosmarinkeule, „gewürzt nach altem Recepte in Liebeswein gesotten, dazu Wurzeln, Sellerie und Paradaiser.“ Die Kalbskeule war so schwer, dass sich der hölzerne Tisch unter ihr bog - und so vorzüglich, dass vor allem die Herren der Schöpfung riskierten, sich heillos zu überfressen und den späteren Liebesverlauf des Valentinstages in Frage zu stellen. Abgerundet wurde das Menü von einer süßen Schlemmerlei - „rot wie die Liebe, süß wie ein Kuss“. Dabei handelte es sich um frische Erdbeeren mit Vanillerahm. Brie-Käse und Trauben rundeten das Mahl ab, das für 49,50 Euro pro Person angeboten wurde.

Die Zitadellen Schänke lebt nicht nur von der guten Küche und dem perfekten Ambiente, dessen Steine die letz-

ten Jahrhunderte gesehen haben. Auch das Live-Programm passt perfekt zum Anlass. Während des Essens tauchte immer wieder der Minnesänger im echten Kostüm „von damals“ auf - mit Gitarre in der Hand und Schellen an einem Fuß. Er sang direkt am Tisch Minnelieder von früher - mal witzig, mal frivol, mal ganz romantisch. Das kam bei vielen so gut an, dass laut mitgesungen wurde. Daran konnte natürlich auch der Met Schuld sein, der ausgeschänkt wurde.

Während sich das Liebesmahl langsam dem Ende näherte, kam es noch zu einem „Spectaculum „mit einem Umzug der Gaukler, Sackpfeifenmusik und Trommelschlag. So klang der Abend perfekt aus.

Wer den Valentinsabend verpasst hat, muss sich nicht grämen. Gut essen kann man jeden Tag in der Zitadellen Schänke. Am 14. März findet auch schon wieder der nächste Event statt. Dann laden die Veranstalter zum Meisterbrunch. Und am 30. April wird die Walpurgisnacht gefeiert.

Kontakt: Zitadellen Schänke, Am Juliusturm, 13599 Berlin, Tel.: 030-334 21 06, www.zitadellenschaenke.de



Miklewski & Ziegler

Zitadellen Schänke

„14. März Meisterbrunch“

Von 10 - 14 Uhr mit Prosecco Empfang

Unser Küchenteam gibt sein bestes

24.80 € pro Person

„30 April Walpurgisnacht“

Riesen Hexenspektakel für groß und klein

im Innenhof ab 17 Uhr

Am Juliusturm · 13599 Berlin · Spandau

Tel. (030) 334 21 06 · Fax (030) 334 14 35

Internet: www.zitadellenschaenke.de

E-mail: kieselhorst@zitadellenschaenke.de

Völlig eingefroren

Fortsetzung von Seite 24

Ich kann inzwischen bei angezogener Handbremse mit dem Auto um die Ecke unserer Eisstraße (ehemals Sandstraße) driften. Ich weiß, dass in der Kölner Straße das Heck meines Autos ausbricht und parkende Wagen gefährdet, sobald ich dem Irrsinn verfallende, die tief ins Eis gefressene Spurrille verlassen zu wollen. Und ich weiß, dass es vor vielen Kreuzungen seit Wochen so glatt ist, dass es wichtig ist, schon lange vorher die Bremse zu streicheln.

Dass angesichts der zahllosen unbehandelten Eisstraßen nicht jeden Tag Dutzende Autos miteinander kollidieren, ist ein Wunder. Zumal manche Leute so irrwitzig halb auf der Straße parken, dass man mit dem eigenen Auto nur mit einem „Ave Maria“ auf den Lippen an ihnen vorbeischliddern kann. Tatsächlich ist es nicht mehr möglich, seiner Räumspflicht nachzukommen. Gerade auf den Sandstraßen hat sich ein so dicker Eispanzer gebildet, dass ein Presslufthammer vonnöten wäre, um das Eis bis auf den nackten Boden zu beraumen. So bleibt nur der Versuch, den losen Schnee zu beseitigen, um dann Granulat zu

streuen. Der Run auf das Granulat führt zu Hamsterkäufen und zu Lieferengpässen in den Bau- und Supermärkten. Wer einen neuen Fundus entdeckt, nimmt mit, was er schleppen kann. Granulat ist das Gold des Winters. Die Kinder freuen sich. Zwischen Gehweg und Straße türmt sich der weggeschippte Schnee manchmal anderthalb Meter hoch. So tollen Schnee gab es schon lange nicht mehr - und erst recht nicht so viel. Da lassen sich die tollsten Schneeballschlachten mit perfekter Deckung inszenieren. (Carsten Scheibe)

Schlomm
Gerd Rolladenbau

MEISTERBETRIEB

Einbruchschutz · Rollläden · Schaltuhren Elektroantriebe · Rollgitter · Scherengitter · Sektionalaragen-Rolltore · Dreh- und Schiebetorantriebe

Jalousien · Insektenschutz · Markisen

13507 Berlin-Tegel · Schlieperstr. 18

Tel. 030-431 55 92

www.schlomm-rolladenbau.de

Reparatur · Montage · Service



sicher · zeitlos · schön

Markisen jetzt zu Winterpreisen!

Jetzt schon an den Sommer denken!



Laurenzo

Heizung - Sanitär

Wir helfen Ihnen dabei, bares Geld zu sparen!
Fachgerechte Wartung von Heizungsanlagen (Öl und Gas) - Heizungsanlagen-Modernisierung
Konventionelle und alternative Heiztechnik
Wärmepumpen - Solartechnik - Komplettbäder

Fragen Sie nach unserem Solarheizkessel SolvisMax - und sparen 50% Ihrer Energiekosten!

Laurenzo GmbH, Clara-Zetkin-Str. 71, 14612 Falkensee
Tel. 03322-243212, Fax 03322-204951, www.laurenzo.de

www.Tanzstudio1001Nacht.de
American Tribal Style Belly Dance
Der neue Tanz-Trend in Falkensee!
Fortlaufender Kurs bei MALIKA - ab Ende März/Anfang April
 Jetzt anmelden: anmeldung@studio1001nacht.de oder per ☎
Ruppiner Str. 6, in Falkensee, ☎ 03322/202734

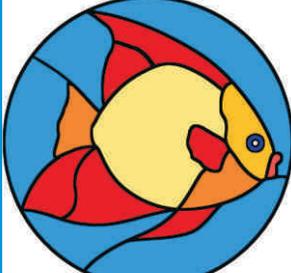
Schmidt Umzüge

Transporte - Möbelmontagen - Wohnungsaufösungen - Renovierungen - Wasserbettmontage - Küchenmontage
 Möbellift - Umzugsmaterial

Nah und Fern für jeden Geldbeutel
www.schmidt-umzug.de



Inhaber:
Michael Schmidt
 Germanenweg 15
 14621 Schönwalde
 Tel: 03322/230 842, Mobil: 0152/094 319 53



Tiffanywelten

Fabrikation und Workshops in Elstal
Uta Winkelmann
Tel.: 030 - 366 09 49
www.tiffanywelten.de
info@tiffanywelten.de

Scheibes Glosse: Total vereiste Straßen in Falkensee

Völlig eingefroren

Aus der typischen Falkenseer Sandstraße ist nun schon seit Silvester eine glatte Eisstraße geworden. Autofahren wird hier zur echten Herausforderung.



An meine Sandstraße mit seinem in alle Ritzen dringenden Staub, den tiefen Schlaglöchern und den überraschenden Beulen, die einen den Unterboden des Autos zerkratzen, habe ich mich längst gewöhnt.

Seit Anfang des Jahres wohne ich aber anscheinend direkt am Nordpol. Meine Sandstraße ist zu einer Eisstraße geworden, die so glatt ist, dass die Postbotin Spikes unter den Schuhen hat. Manchmal pudert neuer Schnee die Eisschicht zu, dann fällt man nicht mehr alle paar Meter auf die Nase. Vier Mal hat sich eins unserer Autos aber bereits im Schnee festgefressen und musste mit Seilen oder mit Muskelkraft befreit werden.

Ich staune sehr darüber, wie klaglos sich die Falkenseer auf die neue Situation eingestellt haben. Inzwischen sind wir alle zu echten Eisexperten geworden.

Weiter geht es auf Seite 23.



Yoga

im Finkenkrug
 Karl-Marx-Str. 53, 14612 Falkensee
 Tel. 03322-20 24 66
www.yoga-im-finkenkrug.de

AUSBILDUNG MIT ZUKUNFT

2-jährige Ausbildung mit Option auf Fachabitur

Tourismus Computer Sport
Fremdsprachen Bürowirtschaft

- Neugestalteter Schulcampus & Neubau
- Beachvolleyball & Fitnessraum
- Moderne Technik & Räumlichkeiten
- Koordinierte Auslandsaufenthalte
- Erwerb internationaler Zertifikate
- Optional eigener Schülerlaptop

Berufliche Schule für Wirtschaft
 Zu den Luchbergen 25
 14641 Nauen
www.wvv-online.de
 Tel.: 03321 48080

BAföG möglich

Online Bewerbung möglich!

Die nächste Ausgabe von Falkensee aktuell - Heft 49 - erscheint am Mittwoch, den 31. März 2010

www.heinzvonheiden-haus.de



HEINZ VON HEIDEN®

MASSIVHÄUSER

Das Haus von der Stange ist Vergangenheit

Individualität ist Alles

Besuchen Sie unser Musterhauszentrum für Berlin und Brandenburg,
 14612 Falkensee, Spandauer Str. 208, Tel. 03322 - 242 777

Mo-Fr 11-17 Uhr, Sa 11-16 Uhr

Mail: info@heinzvonheiden-haus.de

www.heinzvonheiden-haus.de