

# ALLEE-CENTER BERLIN

So viel Vielfalt ganz nah  
Heute im Fokus:  
wie Aufmerksamkeit

**A** Egal ob die Verabredung zu einer Tasse Kaffee, das gemeinsame Essen bei einem der Gastronomen oder das Shoppen mit der ganzen Familie: das Allee-Center Berlin bringt Menschen zusammen und sorgt für Abwechslung im Alltag. Und wie es sich für einen aufmerksamen Nachbarn gehört, kümmert sich das Center darum, dass wir uns bei unserem Besuch rundum wohlfühlen. Auch in den Shops schenkt man uns mit individuellen Angeboten und kostenlosen Dienstleistungen Aufmerksamkeit. Vom Sehtest bis zur Ermittlung der richtigen Schuhgröße können wir viele Vorteile nutzen. Doch viel zu oft bestimmt ein hohes Tempo unser Leben. Immer mehr, immer schneller und meistens alles zugleich. Hektik ist im Arbeitsalltag für die meisten Menschen völlig normal geworden. Dabei vergessen wir manchmal selbst, unsere Aufmerksamkeit auch unseren Nächsten zu schenken. Vater- und Muttertag sind eine gute Gelegenheit einmal innezuhalten. Das Gewinnspiel des Allee-Centers Berlin ist eine Aufmerksamkeit, um danke zu sagen.

## Eis zum Frühstück? Eine schlaue Idee!

Es ist längst kein Geheimnis mehr: Für kleine Glücksmomente im Alltag ist das Eiscafé San Remo die perfekte Adresse. Ob eine große Kugel in der Waffel oder ein riesiger Eisbecher – riesig ist das Angebot an Sorten, Geschmacksrichtungen und die perfekte Cremigkeit. Und dass unser zartschmelzender Genussmoment auch noch für wissenschaftlich belegte Glücksgefühle sorgt, umso besser! Englische Forscher haben festgestellt, dass bereits ein Löffel Eis die Lustzentren im Gehirn einschaltet. Doch Eis macht nicht nur glücklich, sondern sogar schlau. Denn eine japanische Studie hat herausgefunden, dass der cremige Genuss unsere Intelligenz beeinflussen kann. Wer sich gleich morgens zum Frühstück eine Portion Speiseeis gönnt, sorgt mit der Kombination aus Zucker und Kälte für erhöhte Konzentration und schnellere Reaktionszeit. Also auf zum Frühstück ins Allee-Center Berlin: Heute gibt es unsere Lieblingsseisorte. Lass es dir schmecken!

• Ihre Experten im Allee-Center Berlin:  
Eiscafé San Remo



Mitmachen und gewinnen

## (Nicht nur) Mama und Papa sind ein echter Hauptgewinn...

Am 9. Mai ist Vatertag und am 12. Mai haben die Mütter ihren Ehrentag. Natürlich sind Mutter und Vater heute längst gleichberechtigt. Väter nehmen Elternzeit, Mütter klettern die Karriereleiter hinauf. Sind Mutter und Vatertag da eigentlich noch zeitgemäß? „Na klar!“, findet man im Allee-Center Berlin, „denn an diesen Tagen geht es um Dankbarkeit.“ Wichtig ist also, was wir daraus machen! Brötchen holen, Kaffee ans Bett und ein Strauß Blumen, das passt für Mama und Papa. Natürlich kann die verdiente Anerkennung

auch in Form von kleinen Geschenken gezeigt werden. Wer mag, äußert seine Wertschätzung für die Arbeit, die Eltern leisten, mit ein paar Worten. Und diese werden vielleicht belohnt. Denn das Allee-Center Berlin ruft ab sofort zum Gewinnspiel auf! Bis 8. Mai 2024 freuen wir uns unter [info@allee-center.berlin](mailto:info@allee-center.berlin) auf Nachricht, warum Ihr Vater der Beste ist! Unter allen Teilnehmenden wird ein Tisch-Elektro-Grill verlost. Schreiben Sie uns – ebenfalls bis 8. Mai 2024 –, warum Ihre Mutter „Best mom ever“ ist. Zu gewinnen gibt es ein Wellness-Paket mit Pflegeprodukten. Die Verlosung erfolgt direkt im Anschluss an das Gewinnspiel. Bitte vergessen Sie Ihren Kontakt nicht, da

mit wir Sie, – falls Sie zu den Gewinnern gehören – verständigen können. Teilnahmeberechtigt sind Personen, die ihren Wohnsitz in Deutschland und das 14. Lebensjahr vollendet haben.

• **Gewinnspiel des Allee-Center Berlin**  
per E-Mail an [info@allee-center.berlin](mailto:info@allee-center.berlin) oder per Post an Allee-Center Berlin, Werbegemeinschaft GbR, Landsberger Allee 277, 13055 Berlin

**Datenschutzinformationen:** Die Allee-Center Berlin Werbegemeinschaft GbR, Landsberger Allee 277, 13055 Berlin, verarbeitet personenbezogene Daten zum Zwecke der Teilnahme am Gewinnspiel auf Basis Ihrer Einwilligung gemäß Art. 6 Abs. 1 a EU-DSGVO. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Weitere Datenschutzinformationen können Sie jederzeit im Center Management des Allee-Centers Berlin oder im Internet unter <https://allee-center.berlin/datenschutz/erklaerung/> einsehen.

## Goldschatz gefunden

Du hast deinen Goldschatz gefunden? „Und wir haben die passenden Ringe dazu“, verspricht man uns bei Juwelier Glamour. „Wenn ihr individuelle Schmuckstücke sucht, die euch euer Leben lang zuverlässig begleiten, dann seid ihr bei uns goldrichtig! Welche Ringe am besten zu euch passen und welche Möglichkeiten ihr habt, zeigen wir euch gerne – ehrlich, unverbindlich und umfangreich“, so die Fachleute. Mit mehr als 500 unterschiedlichen Trauring-Modellen ist Juwelier Glamour im Allee-Center Berlin neben seinem zauberhaften Schmuck- und Uhrenangebot auch auf diesem Gebiet ein kompetenter Partner. Doch nicht nur das. Auch als faire und diskrete Experten sind sie bekannt, wenn es um die Begutachtung ganz materieller Schätze wie Altgold, Bernstein, Bruchgold, Brillanten, Zahngold, Goldmünzen, Platin, Silber, Goldbarren geht. „Der Ankauf erfolgt bei uns nach einer kostenlosen Analyse unkompliziert, schnell und flexibel. Wir beraten in allen Fragen rund um den Goldankauf – und das stets individuell und unverbindlich.“



• Ihre Experten im Allee-Center Berlin: Juwelier Glamour

## Endlich Sonne

In Zeiten stärker werdender UV-Strahlung ist der Schutz unserer Augen unerlässlich – für Erwachsene und für Kinder. Doch Augen auf beim Blendschutz! Die Tönung der Gläser hat nichts mit dem UV-Schutz zu tun. Am Strand ist die Spiegelung der Sonnenstrahlen durch Wasser besonders hoch, viel stärker als beim Bummel durch die Stadt. Es gibt fünf Stufen, die unterschiedlich viel Licht abfangen. Von Kategorie 0, die 80 bis 100 Prozent des Lichts durchlässt, bis Kategorie 4, durch die nur 3 bis 8 Prozent des Lichts dringen. Sie ist nicht im Straßenverkehr erlaubt, aber wichtiges Equipment für Bergsteiger. Am geläufigsten ist Kategorie 2 mit 18 bis 43 Prozent.

• Ihre Experten im Allee-Center Berlin: Apollo Optik



## Sei schön

Bei „Sei schön“ solltest du unbedingt vorbeischaun. Der sympathische Dienstleister ist nach dem Umzug gleich neben dem Eingang zu finden. Es lohnt sich hier eine kleine Pause einzulegen und den erstklassigen Service zu genießen. Egal, ob Haarschnitte, Stylings, Augenbrauen-, Wimpern-, Gesichtsbearbeitungen oder eine Kopfmassage: Nach einem Besuch im Friseur & Barbershop geht man mit dem Gefühl nach Hause, eine gute Zeit gehabt zu haben.

• Ihre Experten im Allee-Center Berlin:  
Sei schön

## Bürgerbriefkasten

Ab sofort bietet sich die Möglichkeit, zu Papier gebrachte Anregungen und Anliegen rund um den Kiez direkt an Dennis Hausteim in den Bürgerbriefkasten im Allee-Center zu werfen – egal, ob es eine kurze Notiz oder ein förmlicher Brief ist. „Wie Sie es gewohnt sind“,

verspricht der Politiker, möchte er auf jede Mitteilung reagieren und Rückmeldung geben. „Vergessen Sie dabei bitte nicht Ihre Kontaktdaten anzugeben!“ Sein Dank gilt dem Allee-Center: „Ich kann mit Hilfe des Bürgerbriefkastens noch besser und direkter mit den Menschen in Kontakt treten. Damit wird das Center seinem Ruf als Kiezcenter mehr als gerecht“, so Dennis Hausteim, Bezirksverordneter in Lichtenberg und Sprecher für Verkehr, Arbeit, Soziales und Gesundheit der CDU-Fraktion.

• Ihr Service im Allee-Center Berlin:  
Bürgerbriefkasten für Ideen rund um den Kiez (neben Rewe im Übergang zum Parkhaus)

## Wussten Sie schon ...



..., dass seit Sommer 2022 die Apotheke für Sie eine Medikationsanalyse durchführen kann? Dabei wird bei einem ersten Termin ermittelt, welche Medikamente eingenommen werden. Der Apotheker prüft anschließend, ob die Medikamente untereinander verträglich sind oder ob es anderweitige Unstimmigkeiten gibt. Bei mehr als fünf eingenommenen Medikamenten kann dieser Service in Anspruch genommen werden. Wichtig ist auch, den Blutdruck regelmäßig zu kontrollieren. Hierzu misst ein Pharmazeut nach einem standardisierten Verfahren Ihren Blutdruck. Drei Messungen ergeben ein zuverlässiges Ergebnis. Sollten Sie blutdrucksenkende Mittel einnehmen, haben Sie alle zwölf Monate Anspruch auf diese Leistung. Vereinbaren Sie einen Termin!

• Ihre Experten im Allee-Center Berlin:  
Stern-Apotheke

## Neues Therapieangebot bei Physio-Fly

Nachdem bereits die Angebote in der sektoralen Heilpraktik, die eine Behandlung als Selbstzahler auch ohne ärztliche Verordnung ermöglichen, gut angenommen wurden, erweitert die Physiotherapiepraxis im Allee-Center jetzt mit der Skoliose-therapie nach Katharina Schroth ihr Spektrum. Wir sprachen mit Gordon Vangermain.



### Was ist Skoliose?

Unter Skoliose versteht man eine sichtbare Fehllage der Wirbelsäule. Sie führt je nach Ausprägung der Wirbelsäulenveränderungen zu mehr oder weniger starken gesundheitlichen Beeinträchtigungen wie Bewegungseinschränkungen, Rückenschmerzen oder auch Funktionseinschränkungen der inneren Organe.

### Wer stellt das fest?

Ein Facharzt für Orthopädie kann mittels unterschiedlicher Maßnahmen die Wirbelsäule untersuchen und feststellen, ob eine Skoliose vorhanden ist.

### Wie kann ich aktiv werden?

Zielgerichteter Sport und die richtige Bewegung durch die Schroth-Therapie sind sinnvoll. Hier werden durch die ausgebildeten Schroth-Therapeuten Bewegungen und Atemerlernt, die schmerzlösend und haltungskorrigierend sind. Während des Übungsprozesses versucht der Patient sich optimal auszukorrigieren. Anschließend wird die korrigierte Haltungsposition durch bewusste Wahrnehmung von Muskellänge, Muskelspannung, Gelenkstellung sowie Gelenkkapseldehnung und Bänderdehnung verinnerlicht. Ebenfalls fester Bestandteil unserer Skoliose-therapie ist die Korrekturatmung, mithilfe derer das skolio-tische Atemmuster korrigierend beeinflusst wird.

• Ihre Experten im Allee-Center Berlin:  
Physio-Fly GmbH, 2.OG

Kostenlos Parken auf über 300 Pkw-Stellplätzen	Im UG befinden sich unsere Kundentouletten.	Großer Service für kleine Besucher*innen.
Mo – Sa 7.00 – 20.30 Uhr	Die Nutzung ist kostenfrei.	Wickelraum im UG

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Allee-Center Berlin, Werbegemeinschaft GbR, Landsberger Allee 277, 13055 Berlin, V.i.S.d.P.: Thomas Sängler  
Tel.: (030) 97 10 010,  
Mehr erfahren: [www.allee-center.berlin](http://www.allee-center.berlin)  
**Verlag:** FUNKE Media Sales & Services Berlin GmbH, Wilhelmstr. 139, 10963 Berlin; Redaktion: Berliner Woche, Tel.: (030) 887 277 100  
**Druck:** Axel Springer Druckhaus Spandau, Auflage: 71.920 Exempl.  
**Fotos:** über AdobeStock: Familie: VIDI Studio, Eis: Dmitry Lobanov, Herzen: HeGraDe; Apollo Optik

Wir sehen uns in  
Ihrem Einkaufszentrum an der  
Landsberger Allee 277!