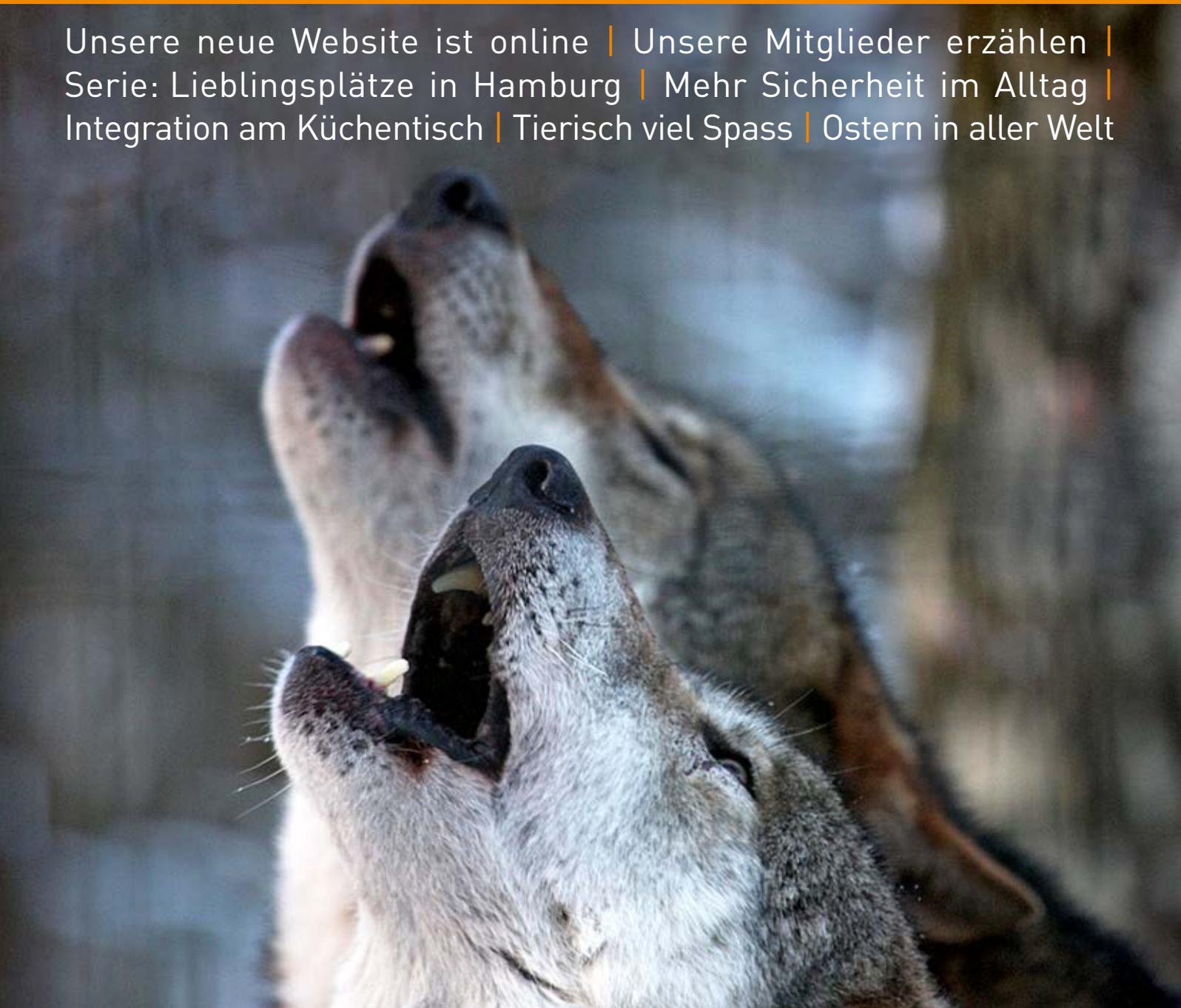




Unsere neue Website ist online | Unsere Mitglieder erzählen |  
Serie: Lieblingsplätze in Hamburg | Mehr Sicherheit im Alltag |  
Integration am Küchentisch | Tierisch viel Spass | Ostern in aller Welt



**Liebe Leserinnen und Leser,**

die kalten Temperaturen haben ein Ende, der Frühling steht vor der Tür. Nicht nur die Jahreszeiten sind im Wandel, auch bei der BDS hat es einige Veränderungen gegeben. Die Website zum Beispiel, die seit kurzem in neuem Glanz erstrahlt (Seite 4). Schauen Sie doch mal vorbei! Wenn die ersten Sonnenstrahlen doch noch etwas auf sich warten lassen und frischer Aprilregen gegen das Fenster prasselt und Sie noch nicht wissen, wohin es in den Sommermonaten gehen kann, haben wir ein paar außergewöhnliche Reiseempfehlungen auf

Seite 5 für Sie gesammelt. Doch auch die Hansestadt hat so manche schöne Orte zu bieten: In dieser Ausgabe erfahren Sie Nützliches und Interessantes zum „Großneumarkt“ auf Seite 11. In der Rubrik „Unsere Mitglieder erzählen“, stellt sich Familie Fluthwedel vor und erklärt, was den Haidlandsring in Bramfeld so besonders macht (Seite 9). Sportlich wird es in unserem Beitrag über die Kampfkunst Arnis: Wenn es darum geht, sicher durch herausfordernde Situationen zu kommen, hilft Klaus-Dieter Armerding vom SC Eilbek. Er erklärt auf Seite 12, wie Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen funktioniert. Blumig

wiederum ist unser Beitrag zum Park Planten un Blumen. Was es dort zu erleben gibt erfahren Sie auf den Seiten 16 und 17, ein weiteres schönes Ausflugsziel für die sonnigen Frühlingstage: der Wildpark Schwarze Berge, in dem es viele unterschiedliche Tiere zu sehen gibt (Seite 20). Zum Knobeln gibt es in dieser Ausgabe ein Streichholz-Rätsel auf Seite 19. Unsere kleinen Leser können sich im Oster-Special auf Seite 30 informieren, wie Ostern in anderen Ländern gefeiert wird. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

**Ihr Redaktionsteam**

 **Meine BDS**

**Aktuell**

Manchmal muss man es einfach neu machen: [www.bds-hamburg.de](http://www.bds-hamburg.de) ..... 4  
 Wo soll's denn hingehen?..... 5

 **Lebensstil**

**Standpunkte**

Der Eydtkuhnenweg in Wandsbek..... 8  
 Neu bei der BDS..... 8  
 Unsere Mitglieder erzählen: Familie Fluthwedel aus Bramfeld ..... 9  
 Meine Lieblingsplätze in Hamburg (Teil 1): Der Großneumarkt.....11

**Fitness-Center**

Mehr Sicherheit im Alltag .....12

**Unter uns**

Integration am Küchentisch.....14

**Grüner Wohnen**

Den Frühling mit allen Sinnen erleben.....16

 **Tor zur Welt**

**Zu Hause in Hamburg**

Café Canale: Hotspot für Wasserratten .....18  
 Das Streichholz-Rätsel .....19  
 Wildpark Schwarze Berge: Tierisch viel Spaß mitten in der Natur.....20  
 Traditionsunternehmen Hillmer: Netter als im Internet .....22

**Veranstaltungen**

Gastronomie, Empfehlungen & Veranstaltungen .....24

 **Miteinander**

**Mach mit – bleib fit!**

Die Initiative des Hamburger Sportbundes (HSB) .....26  
 Wichtige Treffpunkte 2019: Wer trifft sich wann und wo?.....29

 **Kinder**

**Spiel & Spaß**

Ostern in aller Welt.....30

 **Service**

**Informativ**

Buchtipp: Die Mauer .....31  
 Wichtige Rufnummern .....31



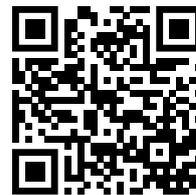
**Impressum Herausgeber:** Baugenossenschaft Dennerstraße-Selbsthilfe eG, Hufnerstraße 28, 22083 Hamburg; Telefon: 040 20200-30; Fax 040 20200-399; E-Mail: [info@bds-hamburg.de](mailto:info@bds-hamburg.de); Ausgabe 01/19; Erscheinungsdatum: 11.04.2019; Auflage: 8.000 Stück **Redaktion:** Redaktionsbeirat der Baugenossenschaft Dennerstraße-Selbsthilfe eG, Leitung: Diana Hempel (V.i.S.d.P) **Anzeigen:** Imke Neeff und Nina Schildt; Hufnerstraße 28, 22083 Hamburg; E-Mail: [redaktion@bds-hamburg.de](mailto:redaktion@bds-hamburg.de) **Realisation:** serres-design.de, Hattingen; RDN Agentur für PR, Recklinghausen **Druck:** Riemer GmbH & Co.KG, Hamburg



Manchmal muss man es einfach neu machen ...

# www.bds-hamburg.de – unsere Adresse im Netz!

Wann waren Sie eigentlich das letzte Mal auf unserer Website?  
Schon lange her? Dann haben Sie aber richtig was verpasst.



Direkt mal nachschauen? Einfach den QR-Code mit dem Smartphone scannen. Wir freuen uns auf Sie.

Formular für die Schadensmeldung und zu den wichtigsten Notfallkontakten gelangen sowie einen Rückrufwunsch hinterlassen. Im Servicebereich befindet sich nun eine übersichtliche Darstellung der wichtigsten Ansprechpartner mit ihren Kontaktdaten. In unseren FAQs beantworten wir häufig gestellte Fragen unserer Mitglieder. Man gelangt hier auch zur Seite der Gästewohnung, zum Download-Bereich oder findet Informationen rund um unsere Wohnberatung. Umfangreicher wurde auch unsere Karriereseite. Bewerber erfahren nun mehr über die BDS als Arbeitgeber und auch über die Ausbildung von Immobilienkaufleuten.

## Interessiert, in unserem Selbsthilfe-Verein mitzumachen?

Auch dann sind Sie online bei uns an der richtigen Adresse. Auf der Seite unseres Vereins Aktive Nachbarschaften e. V. stehen nun ebenfalls mehr Informationen zur Arbeit des Vereins zur Verfügung. Man erfährt die neuesten Termine und Treffpunkte und findet auch alles Wichtige, was man benötigt, um Mitglied zu werden. Die Website wird künftig schrittweise um weitere Online-Services erweitert und mit aktuellen Informationen auf dem Laufenden gehalten. Kommen Sie uns doch öfter mal im Netz besuchen!

**Diana Hempel**

Seit 4. Februar sind wir im Netz schöner, übersichtlicher und komfortabler. Und nicht nur das. Man kann uns jetzt von jedem Gerät angucken, Inhalte durchstöbern und Formulare ausfüllen. Denn eine der wichtigsten Neuerungen ist das sogenannte Responsive Design. Dadurch ist unsere Website auf allen mobilen Endgeräten ohne Verlust der Funktionalität, Übersichtlichkeit und Optik nutzbar.

### Mehr als schick

Ein moderner Webauftritt ist nicht nur eine Frage des Images, sondern geht für die BDS weit darüber hinaus. Wir

haben mit der neuen Website eine Basis geschaffen, unsere Mitglieder besser, schneller und einfacher informieren zu können. Auch können wir in Zukunft mehr Services online anbieten.

### Was ist neu?

Wenn Sie eine neue Wohnung suchen, ist es jetzt viel einfacher geworden, ein passendes Angebot zu finden. Übersichtliche Kontaktformulare machen Anfragen für eine Wohnung, einen Stellplatz oder unsere Gästewohnung bedeutend komfortabler. Direkt von der Startseite aus kann man beispielsweise direkt zum

# Wo soll's denn hingehen?

Falls Sie noch keine Idee haben, wo Sie Ihren Jahresurlaub verbringen wollen, dann haben wir vielleicht ein paar schöne Tipps für Sie!

Tipp 1: Marokko



## Auf einen 4.167 m hohen Berg steigen – freiwillig?!

Unser Ziel war der Jbel Toubkal, der höchste Berg Marokkos im Hohen Atlas. Ein bisschen Zeit sollte man sich für ihn nehmen. Am besten den klassischen Rundweg, acht Tage im Uhrzeigersinn um den Toubkal herum. Von Imil über mehrere Dörfer zu einem Bergsee, dann über den Ouanoums-Pass zum Gipfel. Es geht über alte Schäferpfade und anfangs durch sattgrüne Täler, doch je höher man kommt, desto karger und unwirklicher wirkt die Szenerie. Mit

den bezwungenen Höhenmetern verändert sich die Landschaft. Die letzten Etappen gehen durch schroffen Fels. Begegnet man keiner anderen Reisegruppe, hört man nichts, außer dem Wind.

Wir übernachteten in Hütten und im Zelt. Unsere Guides versorgen unsere kleine Gruppe liebevoll und ich werde über die Tour das Staunen nicht los, wo sie bloß die Zutaten für das allabendliche mehrgängige orientalische Menü herzaubern, das sie auch in luftiger Höhe auf Campingkochern zubereiten. Das gemeinsame abendliche Essen, vielsprachig

und gestenreich, gehört zu den schönsten Erfahrungen, ebenso wie die unweigerlich einsetzende Bett-schwere. Wann habe ich zuletzt so gut geschlafen? Die letzte Etappe am frühen Morgen muss man wollen. Aber das Gefühl, nach unzähligen Serpentinaufstiegen auf rutschigem Geröll oben anzukommen und nur noch Weite zu sehen, vergisst man nicht mehr. Ein unglaubliches Ensemble aus Gipfeln, die Hänge rot und gold. Wagen Sie's doch auch einmal.

**Inga Uhlenbrock,**  
**Leitung Produktmanagement**



# Wo soll's denn hingehen?

Tipp 2: Bretagne



## Im Haus der Schwiegermutter in der Bretagne

Ich verbringe drei Wochen mit meiner Frau und drei unserer erwachsenen Kinder im Haus meiner Schwiegermutter in der Bretagne. Meine Frau stammt aus dieser Region und hat dort Familie und Freunde. Das Meer liegt nur fünf Kilometer von uns ent-

fernt. Es gibt viele Sehenswürdigkeiten, die wir im Rahmen von Tagesausflügen besichtigen. Am liebsten besuchen wir Museen und fahren an den Strand oder an die Steilküste. Mein Lieblingsplatz sind aber die vielen kleinen Fischereihäfen, wo frühmorgens tatsächlich noch Fische verkauft werden. Auch kulinarisch gesehen ist die Bretagne eine Reise wert: frische

Meeresfrüchte und Crêpes essen wir dort nahezu täglich. Wir fahren mit dem Auto in den Urlaub, weil es vor Ort ideal ist, mobil zu sein. Französisch spreche ich selbst leider nicht, obwohl unsere vier Kinder bilingual aufgewachsen sind.

**Uwe Steinbeck,  
Hauswart**

## Tipp 3: Namibia



### Namibia – die Heimat meines Partners

Mich erwarten drei Wochen afrikanische Lebensfreude, traumhafte Landschaften, gutes Essen und jede Menge Tiere, denn auch ein paar Tage auf der Lodge stehen auf dem Programm. Hier sind besonders die Naturparks Etosha oder Erindi zu empfehlen. Man kann die Tiere sogar vom Zimmer aus beobachten. Wundern Sie

sich also nicht, wenn Sie morgens von den Geräuschen mürrischer Warzenschweine oder den Zankereien der Affen geweckt werden. Besonders freue ich mich auf den Ausflug mit meiner Schwiegermutter zur Familie ins Ovamboland. Das Highlight wird das große Familientreffen zu Weihnachten in Langstrand. Das liegt zwischen Swakopmund und Walvis Bay. Nur eine Straße und ein paar Häuser trennen den Ozean von der Namib.

Für mich ist nichts entspannender, als sich in der ältesten Wüste der Welt den Wind um die Nase wehen zu lassen und dabei auf den Atlantik zu schauen – ein Erlebnis, das man nie vergisst. Namibia ist mein Tipp für alle Naturfreunde und Liebhaber afrikanischer Lebenskultur, auch wenn es durch die Kolonialzeit immer noch ein bisschen Deutsch ist.

**Diana Hempel,**  
**Referentin Kommunikation/PR**



# Woher haben die Hamburger Straßen ihren Namen?

Dieses Mal: der Eydtkuhnenweg in Wandsbek



BDS-Wohnanlage im Eydtkuhnenweg

Die Stadt Eydtkuhnen (so die ehemalige deutsche Bezeichnung) ist eine Stadt in Ostpreußen an der litauischen Grenze. Ist dieser Name schon schwierig zu buchstabieren, so ist es der heutige Name umso mehr: Tschernyschewskoje.

Die Stadt wurde im ersten wie auch im zweiten Weltkrieg stark zerstört. Sie war eine wichtige Grenzstadt an der Ostgrenze des Reiches. Die Eisenbahnlinie Paris – Riga führte durch sie hindurch wie auch die Reichs-

straße 1 von Aachen kommend. Die deutsche Bevölkerung floh zu Ende des zweiten Weltkrieges aus dieser Stadt oder wurde von der Roten Armee vertrieben.

In der Nachbarschaft weisen noch andere Straßenschilder auf ehemals ostpreußische Städte hin: Pillauer Straße, Tilsiter Straße, Angerburger Straße. Heute bieten einige Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften an dieser Straße Wohnraum an, so auch die BDS. Von 2012 bis 2013

wurde die 1962 erbaute Wohnanlage durch die BDS energetisch modernisiert. Die 81 Wohnungen haben einen attraktiven und zeitgemäßen Standard. Die hohe Wärmedämmung, eine kontrollierte Be- und Entlüftung und eine Warmwassererzeugung mittels Solarthermie führen zu einer Einsparung des Endenergiebedarfs von rund 70 % bzw. Verminderung der Umweltbelastung von 163 Tonnen CO<sub>2</sub> pro Jahr.

**Olaf Klie**

Foto: Markus Tollhopt, Diana Hempel

## Neu bei der BDS

Mein Name ist **Anette Rieger**, ich bin 36 Jahre alt und unterstütze als Sekretärin seit August 2018 den Vorstandsbereich der BDS. Nach meiner Ausbildung und langjährigen Tätigkeit als Hotelfachfrau habe ich mehrere Jahre als Assistentin bei einer Sachverständigen-Organisation gearbeitet.

Nach meiner Elternzeit freue ich mich nun auf neue Herausforderungen bei der BDS. Privat lebe ich mit meinem Partner, meinem Sohn und den beiden Katzen in einem reinen Männerhaushalt. In Thüringen geboren, zieht es mich auch immer wieder zu meiner Familie in die alte Heimat.



Unsere Mitglieder erzählen:

## Familie Fluthwedel aus Bramfeld

Ich bin erneut unterwegs, um Mitglieder für unser BDS-Magazin zu interviewen. Dieses Mal begleitet mich mein Kollege Michael Damm, der als Hauswart den Kontakt zu meinen Interviewpartnern hergestellt hat. Es erwartet uns ein ganz besonderes Gespräch.





Wir sind verabredet mit Familie Fluthwedel. Vier Generationen leben im Haidlandsring in Bramfeld. Wir treffen uns mit Marion und Herwig Fluthwedel, deren Tochter Sara sowie Sohn Felix. Die Mutter von Herwig Fluthwedel hatte gemeinsam mit ihrem Mann im Jahr 1960 eine Wohnung in der Siedlung bezogen und lebt bis heute noch dort. Sie ist die erste Generation.

Schnell wird klar, der Haidlandsring ist mehr als eine Straße, mehr als einfach nur ein Wohnort. Wer hier lebt, hat eine Heimat gefunden, ein echtes Zuhause. Und einen Ruhepol. Die Straße führt im Bogen vom Bramfelder Drift durch die Siedlung und wieder zurück auf den Drift. Die Siedlung grenzt an eine Kleingartenkolonie, der Ohlsdorfer Friedhof befindet sich in fußläufiger Entfernung und die Straße wird überwiegend von Anliegern befahren. Eine kleine Oase inmitten der Großstadt, ruhig, gepflegt, grün.

### „Wenn man Nachbarn länger nicht sieht, fällt das auf.“

„Es gibt viele, die ziehen erst einmal weg, wenn sie erwachsen sind. Aber ganz viele kehren auch zurück“, erklärt uns Sara Fluthwedel. Sie ist 36 Jahre alt und selbst mit 17 Jahren von zuhause ausgezogen. Mit 26 Jahren ist sie in den „Ring“ zurückgekehrt und lebt nun hier mit ihrem Mann und zwei Söhnen. Felix ist 6 Jahre alt und nimmt aktiv an unserem Interview teil. Er hat einen Bruder, Jonas, 14 Jahre.

Herwig Fluthwedel hat ebenfalls Jahre lang woanders gewohnt und auch ihn zog es zurück in die alte Heimat, aus guten Gründen: „Man weiß hier sehr viel von seinen Nachbarn. Wenn einer in den Urlaub fährt, sagt er Bescheid. Wir tauschen auch Telefonnummern und Schlüssel aus. Wenn man Nachbarn mal länger nicht sieht, fällt das auf.“

Früher war der Kontakt zu den Nachbarn noch viel enger. Da wurden draußen ein Zelt und ein Grill aufgestellt und man feierte gemeinsam bis in die Morgenstunden. „Das war immer lustig. Es wurde viel aus der Vergangenheit erzählt. Oft wurden auch Geschichten auf Plattdeutsch vorgelesen. Und für die vielen Kinder



Seit 1960 bei der BDS zuhause.

war es ebenfalls aufregend. Schon das Zelt gemeinsam aufzubauen, war ein großer Spaß“, schwärmt Herwig Fluthwedel.

Aber alles hat seine Zeit. „Vieles hat sich verändert, weil Nachbarn verstorben oder ausgezogen sind. Aber wir haben die Idee, im Sommer mal wieder ein Fest zu veranstalten. Es sind ja auch viele neue und nette Nachbarn hinzugekommen“, erzählt Herwig Fluthwedel weiter. Seine Tochter Sara ergänzt: „Viele der Nachbarn kennt man vom Sehen und grüßt sich dann natürlich auch, obwohl man die Namen vielleicht nicht kennt. Das bringt mich als Mutter immer in einen Zwiespalt, weil wir ja eigentlich unsere Kinder auch dazu erziehen, nicht mit Fremden zu sprechen.“

### Das Quartier verändert sich

Und viele Nachbarn leben tatsächlich seitdem Bau der Siedlung in den 1960er-Jahren im Haidlandsring. Die Infrastruktur hat sich allerdings stark verändert. „Es ist ein bisschen wie auf einem Dorf, ohne Auto ist es hier schwer, besonders für Ältere“, verdeutlicht Marion Fluthwedel. Es gibt einen kleinen Supermarkt, aber mehr auch nicht. Die Hamburger Sparkasse ist weggezogen, weitere Geschäfte sind nur mit dem Bus oder aber eben

mit dem Auto erreichbar. „Schon heute sieht man viele Autos von Lieferdiensten im Quartier. Besonders Lebensmittel lassen sich viele bringen. Das ist ja auch eine große Erleichterung“, so Marion Fluthwedel weiter.

Das Quartier verändert sich. Ältere versterben oder ziehen weg, Jüngere kommen dazu. Eine normale Entwicklung sicherlich, doch wenn Versorgungsstrukturen wegbrechen, ergeben sich neue Herausforderungen. Dies wird hier deutlich.

Und trotz Dorfcharakter schwindet das Wir-Gefühl, die Anonymität hält auch hier Einzug, der Gemeinschaftssinn geht ein Stück weit verloren. „Das Leben verändert sich generell, wird schnelllebiger“, erklärt Sara Fluthwedel. „Als ich klein war, mussten wir nach Hause kommen, sobald es dunkel wurde. Das ist heute anders. Ich versuche dennoch, meine Kinder ganz bodenständig zu erziehen, indem wir viel draußen sind. Aber es wird immer schwieriger, Kinder dafür zu begeistern. Die Konkurrenz ist groß: Handy, Tablet etc. Es gibt sogar Eltern, die stolz darauf sind, wenn ein Vierjähriger schon ein Tablet bedienen kann. Das finde ich fragwürdig“, so Sara Fluthwedel weiter.

Umso schöner, dass Großeltern und Ur-Großmutter in unmittelbarer Nähe

wohnen und ihre Werte in die Erziehung der Kinder einfließen lassen. „Jeden Dienstag hole ich meinen jüngsten Enkel Felix aus der Kita ab. Wir spielen dann zusammen, backen oder gehen auf den Spielplatz. Schließlich gibt es ein gemeinsames Abendbrot, zu dem auch weitere Familienmitglieder dazustoßen“, erzählt Marion Fluthwedel, die bei ihrem Schwager in einer Firma für Haustechnik im Büro arbeitet. Ihr Mann ist mittlerweile im Vorruhestand, nachdem er früher in einem Inkassounternehmen tätig war und nun nebenbei als Hausmeister in einem Kindergarten

arbeitet. Sara Fluthwedel ist in einem Unternehmen für Brandschutz beschäftigt. Nicht zum ersten Mal denke ich an diesem Nachmittag, welches Glück diese Familie hat, gemeinsam an diesem Ort leben zu dürfen und so viel Zeit miteinander verbringen zu können. Viele familiäre Beziehungen sind heutzutage nicht so stabil. Das macht Marion Fluthwedel uns auch noch einmal deutlich: „Mein Mann und ich haben uns kennengelernt, als ich 15 Jahre alt war. Wir sind mittlerweile 40 Jahre verheiratet. Heute gehen viele Ehen früh auseinander. Es wird kaum noch gekämpft, wenn

es mal Schwierigkeiten gibt.“ Diese Familie ist nicht nur räumlich stark miteinander verbunden. Die Verantwortung füreinander, die innerhalb von Familien besteht, ist hier besonders stark ausgeprägt. Fürsorge, Respekt und Liebe kommen in jedem Wort, in jedem Blick zum Ausdruck. Ich bin zutiefst gerührt angesichts dieser Familienidylle, an der wir für einen kurzen Moment teilhaben dürfen. Und ich habe so das Gefühl, dass die Umgebung in nicht unerheblichem Maße zu diesem Familienglück beiträgt.

**Christina Moje**

## Meine Lieblingsplätze in Hamburg (Teil 1): Der Großneumarkt

Wer einmal in den Genuss kam, in der Nähe zu arbeiten oder sogar zu wohnen, der wird ihn lieben: Den Großneumarkt in Neustadt.



Der sich unter einem grünen Lindendach verbergende, gepflasterte Platz ist umsäumt von unzähligen Bars, Cafés, Restaurants und Modeläden. Gelegen in einem eher kleinstädtisch anmutenden Viertel zwischen Ludwig-Erhard-Straße und Kaiser-Wilhelm-Straße, bildet er heute noch das Zentrum des „Dorfes zu Füßen des Michels“, wie ihn die Anwohner nennen.

Bereits im 17. Jahrhundert endeten alle Straßen, die in die Hamburger Neustadt führten, auf dem „großen Neumarkt“. Daher auch der Name. Bereits um 1660 war er vollkommen bebaut. Zudem diente der Ort über einen langen Zeitraum als Exerzier- und Budenplatz für Schausteller. Aufgrund der umfangreichen Gastronomie, die Gäste dazu einladen, im Sommer unter schattigen Bäumen lange zu verweilen, wurde der Großneumarkt ungerechter Weise in der Vergangenheit als „Nachtjackenviertel“ bezeichnet. An zwei Tagen in der Woche findet ein Wochenmarkt statt.

Das Angebot lässt keine Wünsche offen. Hier trifft man sich, um seinen Wocheneinkauf zu erledigen, mit Freunden einen Kaffee zu trinken oder einfach mal wieder mit der Nachbarin zu schnacken. Neben dem Wochenmarkt gibt es auch Attraktionen auf dem Platz, die dauerhaft verankert sind. Beispielsweise eine der letzten acht historischen Litfaßsäulen der Stadt, die aus der Zeit um 1900 stammen. Auf dem kegelförmigen Spitzdach befindet sich die so genannte „Hamburger Rose“. Die Säule steht unter Denkmalschutz.

Ein weiterer Hingucker ist der Jubiläumsbrunnen – oder Großneumarktbrunnen – in der Mitte des Platzes. Die Künstlerin Doris Waschk-Balz entwarf den insgesamt vier Meter hohen Brunnen aus Bronze. In Anlehnung an die starken Zerstörungen des Marktes im zweiten Weltkrieg zeigt der Brunnen eine Wendeltreppe, auf der sich unterschiedlich große Figuren befinden, die durchgehend vom Wasser benetzt werden,

um vor Feuer geschützt zu sein. Gestiftet wurde der Brunnen 1976 von der Hamburger Feuerkasse. Weiterhin existieren ein überdimensionales Schachbrett und ein steinernes Buchstabenrätsel auf dem Platz. Überlieferungen zufolge soll die Currywurst nicht in Berlin erfunden worden sein, sondern auf dem Großneumarkt.

Sie wurde 1947 zum ersten Mal verkauft. Eine Gedenktafel auf dem Markt erinnert seit 2003 an die Erfindung der Currywurst – auf dem Großneumarkt in Hamburg. Heute ist der Großneumarkt zu einem beliebten Kneipentreff geworden und bietet zahlreiche Möglichkeiten, bei lauschigen Sommerabenden draußen zu sitzen und seinen Arbeitsalltag ausklingen zu lassen. Die BDS hat in der Nähe des Großneumarktes unter anderem die Wohnanlagen Neuer Steinweg und den Herrengraben mit einer Gästewohnung.

**Olaf Klie**



Bei der Kampfkunst Arnis kommen auch Trainingsstöcke zum Einsatz.

# Mehr Sicherheit im Alltag

Sich in gefährlichen Situationen schützen: Die Kampfkunst Arnis vermittelt Techniken, bei denen selbst Alltagsgegenstände zur eigenen Verteidigung ausreichen. Und Selbstbewusstsein bekommt man obendrein.



Bei Arnis kommt es auf die Technik an, Kraft spielt nur eine geringe Rolle.

„Es kommt nicht auf Kraft an, sondern auf Technik und Koordination“, sagt Klaus-Dieter Armerding. Er ist Kampfsport-Trainer beim SC Eilbek in Hamburg. Er lehrt die philippinische Kampfkunst „Arnis“. Ganz früher wurde diese in den philippinischen Dschungelkriegen eingesetzt. Meist mit tödlichen Folgen. Heute verfolgt Arnis natürlich ein ganz anderes Ziel als damals. Vielmehr geht es heute um Bewegung, Sport und Wettkampf. Die historischen Techniken wurden weiterentwickelt und der Schwerpunkt liegt auf der Selbstverteidigung. Es wird darauf geachtet, möglichst verletzungsfrei und fair zu kämpfen.

## Eine Kampftechnik mit vielfältigen Mitteln

Beim modernen Arnis wird mit 70cm langen Rattan-Holzstöcken und sogar Alltagsgegenständen gekämpft. Es geht darum, Bewegungsmuster und Techniken zu vermitteln, für die man keine besonderen Gegenstände

benötigt. Kugelschreiber, Regenschirm, Buch oder Schlüsselbund können zur Verteidigung genauso eingesetzt werden wie professionelle Gegenstände aus der Kampfkunst. Arnis vermittelt Prinzipien, die die Sportler in Notfallsituationen einsetzen können.

Unterschieden wird bei Arnis zwischen „klassischem Arnis“ und „modernem Arnis“. Das klassische Arnis bezeichnet die traditionelle Art dieser Kampfkunst. Profis trainieren heutzutage auch den Umgang mit historischen und ethnischen Klingenwaffen wie Messern, Macheten oder Kurzschertern. Wie auch bei anderen Kampfsportarten ist an der Gürtelfarbe zu erkennen, welches Level die Sportler bereits erreicht haben. Mit jeder erreichten Stufe steigt auch das Selbstbewusstsein. Montags, dienstags und freitags trainieren Armerding und seine Kollegin im Verein abwechselnd sowohl eine Anfänger- als auch eine Fortgeschrittenen-Gruppe. „Jeder kann steuern, wie schnell er die

Techniken erlernt, je nachdem, wie oft man am Training teilnimmt“, so Armerding. Arnis richtet sich dabei an alle Altersgruppen. Von Kindern bis Senioren können alle die Kampfkunst erlernen. Für das Erlernen ist keine Vorerfahrung in anderen Kampfsportarten nötig und Kraft spielt nur eine geringe Rolle. Vielmehr kommt es auf die richtige Ausübung der Technik an und darauf, dass alle Schritte gut koordiniert werden. Durch die Koordination wird gleichzeitig der Geist trainiert. Der Einstieg erfordert etwas Disziplin und Geduld. „Es ist wie mit allem: Aller Anfang ist schwer“, so der Trainer. Der Spaß kommt aber trotzdem nicht zu kurz. Harmonie und gegenseitiger Respekt ist eine wichtige Voraussetzung für den Kampf.

**Antonia Zollenkopf**

## SC Eilbek

Klaus-Dieter Armerding  
Tel: 0172 4543702  
[www.sceilbek.de](http://www.sceilbek.de)



**KRAFTWERK41**  
Physiotherapie  
Flachland 41  
22083 Hamburg

Tel: 040 / 325 11 353  
Fax: 040 / 325 11 354  
Mail: [info@kraftwerk41.de](mailto:info@kraftwerk41.de)  
Web: [www.kraftwerk41.de](http://www.kraftwerk41.de)



## Integration am Küchentisch

Der Verein Welcome Dinner vermittelt Abendessen zwischen Geflüchteten und Hamburgern



## Welcome Dinner Hamburg

Wir suchen Sie (alle Altersgruppen) neugierig, wohnhaft im HWV-Gebiet) – als Gastgeber für ein Welcome Dinner mit Geflüchteten!

Anmeldung unter [www.welcome-dinner.de](http://www.welcome-dinner.de) oder [www.facebook.com/welcomedinners](https://www.facebook.com/welcomedinners)



Kennenlernen macht Spaß.

Im Backofen brutzelt Ofengemüse, in der Küche verbreitet sich der Geruch nach frischem Rosmarin. Der Küchentisch wird kurzerhand in die Mitte des Raumes gezogen und schnell noch zwei Stühle aus dem Keller geholt. Julia Wehmeier und Faline Eberling sind heute Gastgeberinnen für ein Welcome Dinner – sie erwarten die Schwestern Shaha und Shaymma zum Abendessen. Die Irakerinnen sind seit drei Jahren in Deutschland und an diesem Abend zum ersten Mal zu Gast bei Hamburgern. Deutsch sprechen sie schon nahezu perfekt, aber die Praxis fehlt.

## Einladen kann jeder

Seit knapp vier Jahren gibt es den Verein Welcome Dinner in Hamburg. Die Idee dahinter ist denkbar einfach: Hamburgerinnen und Hamburger laden Geflüchtete zu einem Abendessen zu sich nach Hause ein – eine ganz persönliche Willkommensgeste. Rund 2500 solcher Verabredungen zum Abendessen haben schon stattgefunden. Einladen kann jeder: Familien, Paare, Freunde, Nachbarn, WGs, Kollegen.

„Wir glauben, dass Integration nur durch persönliche Begegnungen gelingen kann“, sagen die Gründer des Vereins. Und ein Abendessen

in gemütlicher Runde ist die perfekte Gelegenheit für ein erstes Kennenlernen. In vielen Fällen verstehen sich Gäste und Gastgeber so gut, dass weitere Treffen folgen. Häufig laden zum Beispiel auch die Geflüchteten anschließend zum Essen zu sich ein und verwöhnen ihre Gäste dann mit Köstlichkeiten aus dem Heimatland. Wer sich auf der Website des Vereins mit einem Wunschdatum für ein Welcome Dinner anmeldet, erfährt einige Tage später die Kontaktdaten seines Gastes. Am Telefon können alle Beteiligten dann die Details besprechen: Wann geht es los? Welche Begleitung bringt der Gast mit? Gibt es Vorlieben oder Einschränkungen beim Essen? Aktuell warten noch viele Geflüchtete auf eine Einladung zum Welcome Dinner und der Verein sucht Hamburgerinnen und Hamburger, die sich als Gastgeber für ein gutes Miteinander in ihrer Stadt engagieren.

Die Schwestern aus dem Irak haben beim Welcome Dinner ihre Nervosität schnell abgelegt und zeigen Fotos von der Hochzeit ihres Cousins. Die vier Frauen unterhalten sich problemlos – und bei Schwierigkeiten wie dem kurdischen Wort für „Spargel“ wird einfach schnell das Smartphone gefragt. Zum Abschied vereinbaren alle, sich bald wieder zu treffen und dann vielleicht die Familienrezepte von Shaha und Shaymma zu probieren.

**Julia Wehmeier, Welcome Dinner**



# Den Frühling mit allen Sinnen erleben

Abwechslung zwischen Aktivität und Entspannung – unterwegs im traditionsreichen Park Planten un Blumen

Das Ziel ist klar: „Los, lass uns auf die Rutsche!“ Theres (6) und Samira (7) wissen genau, was sie wollen. Zwei große Holzeulen hüten den Eingang zum Spielplatz Bullerberge. Wer klettern, rutschen, balancieren und Verstecken spielen möchte, ist hier richtig. Ein Frühlingsnachmittag in Planten un Blumen. Zu Füßen der Spaziergänger bilden Tulpen, Narzissen, Primeln und Veilchen bunte Teppiche. Eine ideale Zeit, die gut 45 Hektar große Anlage am Rande

der Innenstadt mit allen Sinnen zu erleben: Es duftet, Singvögel erobern die Äste, die Natur bekennt Farbe. Serpentinartig angeordnete Wege ermöglichen viele Park-Perspektiven. Im Wallgraben spiegeln sich die Bäume, wild rauschen die Fluten über die Wassertreppe. „Wer hier unterwegs ist, bekommt ein Gespür für die historische Form der Stadt“, sagt die Parkmanagerin Eva Henze, „ein Teil des Parks gehörte zu den historischen Wallanlagen.“

Als der Verteidigungsring seine Bedeutung verlor, wurde das Areal im 19. Jahrhundert von Kunstgärtner Isaak Hermann Altmann zum Landschaftsgarten nach englischem Vorbild umgestaltet. Das nördlich gelegene Gelände von Hamburgs erstem Zoologischen Garten ging 1930 in die Anlage über. Besonders geprägt haben das Gesicht des Parks die Internationalen Gartenausstellungen in den Jahren 1953, 1963 und 1973. Ein Highlight bis heute: Der Tropen-



Ganz vorn in Sachen Natur und Erholung: Hamburg ist eine der grünen Städte der Republik. Sogar weltweit reicht es für einen Platz unter den Top 10.

hauskomplex mit seiner lichten Glasarchitektur. Wer in der Innenstadt arbeitet, verbringt gern seine Mittagspausen auf den vorgelagerten Mittelmeerterrassen, dem vermutlich sonnigsten Platz der Hansestadt. Ob fröhlicher Familienausflug, verliert durch die Botanik bummeln oder mit seinem Buch im Schatten sitzen: „Die Anlage bietet Abwechslung zwischen Aktivität und Entspannung“, bringt es Eva Henze auf den Punkt. Joggen, Trampolin springen, Kurven drehen auf der Rollschuhbahn oder Auspowern beim Streetball. Wer Denksport mag, konzentriert sich im Schachgarten auf seinen Gegner. In der Töpferstube können Kreative ab fünf Jahren Ton zu kleinen Kunstwerken verarbeiten. Bei geführten Rundgängen lässt sich die Parkarchitektur, die Geschichte der Anlage und seine Bepflanzung unter sachkundiger Führung erleben. Heiße Getränke und

kühle Erfrischungen sowie einen Snack haben die verschiedenen Cafés im Park auf ihren Karten. Eis, Süßigkeiten und einen Imbiss kann man an den beiden Kiosken kaufen. Einen Grillplatz gibt es im Park natürlich auch. Auf der Liegewiese werden die ersten Picknick-Decken herausgeholt. Zahlreiche Bänke laden zum Verweilen ein, dazu mehr als 300 Strahlensessel, die man sich selbst in die Sonne drehen kann. Oberhalb des Parksees befindet sich der Musikpavillon. Hier werden regelmäßig Gratiskonzerte veranstaltet. Die Musikrichtung: Von Klassik bis typisch hanseatisch, wie bei Albers Ahoi am 5. Mai. Bei Familien beliebt sind das Marionettentheater und die verschiedenen Kinderfeste: „Zum Beispiel das Weltkinderfest und Laut und Luise, das Musikfest für Kinder“, zählt die Parkmanagerin auf. Abendunterhaltung wird in diesem Frühjahr

erneut beim „Wortpicknick Lesefest“ geboten: „An ausgewählten Orten im Park lesen Autorinnen und Autoren, Sing- und Songwriter machen Musik.“

## Japanische Kultur

Im Frühling zeigen die japanischen Zierkirschen erste Knospen. Im japanischen Teehaus finden traditionelle Teezeremonien statt. „Der umgebende japanische Garten rings um das Teehaus ist längst Treffpunkt geworden für alle, die sich für japanische Kultur interessieren“, führt Eva Henze aus. „Im Park wachsen besondere Bäume wie französischer Ahorn oder Sumpfpfypressen“, weiß die Landschaftsarchitektin. Gut 300 verschiedene Rosenarten werden im Rosengarten gepflegt. Im Apothekergarten können die Besucher zwischen weiß getünchten Mauern Heilpflanzen und Kräuter kennenlernen. In den Bürgergärten erfreut die farbenprächtige Staudenbepflanzung. Eine spezielle Sehenswürdigkeit wird ab Juni die Schwertlilienblüte sein.

Zwischen zwei und drei Millionen Besucher strömen pro Jahr in den Grüngürtel: Menschen, die in der Innenstadt leben und arbeiten, genau so wie Bewohner anderer Stadtteile und aus dem Umland sowie Touristen aus der ganzen Welt. „Allein zu den Wasserlichtkonzerten versammeln sich bei gutem Wetter etwa 5.000 Besucher am Parksee“, führt Parkmanagerin Eva Henze aus. „Zur diesjährigen Lichtshow mit farbigen Fontänen und regelmäßig wechselndem Musikprogramm wurde die Orgel saniert und mit neuer Licht- und Wassertechnik ausgestattet“, kündigt sie an. Große Veränderungen bahnen sich an, wo derzeit zwischen Stephansplatz, CCH und Dammtorbahn noch Baustelle ist: „Bis zum Jahr 2020/21 soll die Anlage um einen weiteren Hektar erweitert werden.“

**Dr. Ramona Vauseweh**

## Planten un Blumen

[www.pflanzenunblumen.hamburg.de](http://www.pflanzenunblumen.hamburg.de)  
Eintritt frei, Nutzung von Trampolin und Minigolfanlage kosten eine Kleinigkeit.

## Wasserlichtkonzerte

1. Mai bis 31. August täglich um 22 Uhr  
1. bis 30. September täglich um 21 Uhr

# Hotspot für Wasserratten

Einmalig in Hamburg: Gastronomie direkt auf dem Wasser für Paddler, Tretbootfahrer und Kanuten im Café Canale in Winterhude



Monika Deichmanns Einsatz hat sich gelohnt. Ihr kleines Café ist sowohl zu Wasser als auch an Land ein Ort mit besonderem Flair.

Die einen haben einen Tipp bekommen, die anderen kommen sowieso nicht dran vorbei. Wer bei gutem Wetter auf dem Mühlenkampkanal unterwegs ist, sieht Paddler, Kanuten und Tretbootfahrer dicht an dicht an der weißen Jugendstilfassade Schlange stehen. Denn das Café Canale macht seinem Namen alle Ehre, es hat auch zur Wasserseite geöffnet. Neben Heiß- und Kaltgetränken werden heiße Würstchen, Kartoffelsalat, Tomaten-Nudel-Topf und Eis direkt ins Boot serviert. „Und natürlich unsere frischen selbstgebackenen Blechkuchen“, sagt Inhaberin Monika Deichmann.

Das Café gibt es seit 1994. Monika Deichmann ist damit sozusagen von Null auf Hundert gestartet: „Ich habe Textildesign studiert.“ Das Magazin, für das sie damals als Moderedakteurin tätig war, wurde eingestellt. „Eigentlich ein Glück für mich“, so empfindet es die 62-Jährige im Nachhinein. „Schon damals hatte ich ein Konzept für ein Café in der Schublade“, sagt sie, „nur fehlte bisher der Mut dazu.“ Monika Deichmann riskierte ihre Ab-

findung und startete neu. Ein gemütliches Souterraincafé am Poelchaukamp, Fenster bis zum Boden, helle Holzmöbel und bequeme Polster, 70 Sitzplätze auf 100 Quadratmetern, weitere 20 im Innenhof. Sieben Mitarbeiter in Teilzeit und jeden Tag von 10 bis 19 Uhr geöffnet, „für so ein Projekt braucht man einen langen Atem!“

## Ein Hauch von Venedig

Auf die Idee einer Bewirtung über die Kanalseite haben die Inhaberin die Wasserausflügler selbst gebracht. „Es klopfen immer mal Paddler ans Fenster, die nach Kaffee fragten“, erzählt Monika Deichmann. Na, warum nicht, aber: „Dann machen wir das richtig!“ Seitdem gibt es eine Klingel, Külschränke stehen bereit, wer läutet, kann direkt bestellen: Ein Hauch von Venedig in Winterhude. Bedient wird am Fenster zu jeder Jahreszeit und bei jedem Wetter. „Friert das Wasser zu, geben wir auf Wunsch Kaffee und Kuchen an die Schlittschuhläufer aus!“ Sonntags kommen die Gäste gern zum Frühstücksbuffet. Zum Hotspot wird

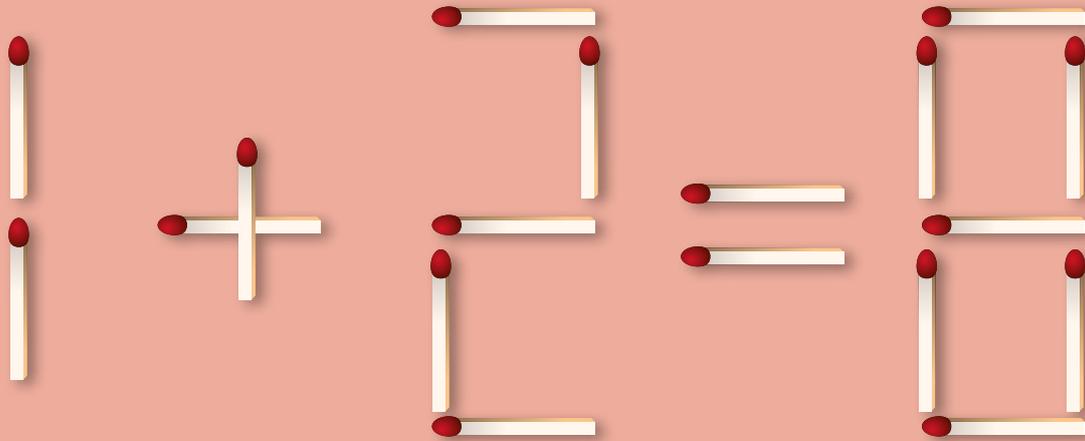
diese spezielle Bar, sobald der Frühling beginnt und die Bootsverleiher öffnen: „Da sind schnell mal 20 Boote vor unserem Fenster versammelt.“ Beim Angebot setzt Monika Deichmann auf Handgemachtes. Inzwischen gibt es die Rhabarber-Erdbeermarmelade aus eigener Herstellung und die selbstgebackenen Kekse sogar zu kaufen. „Unsere Kuchen liefern wir für die eigene Kaffeetafel auch nach Hause.“ Was Monika Deichmann am meisten freut. „Das positive Feedback!“ Da weiß sie, dass sie alles richtig gemacht hat. Der In-Place für Fleet-Ausflügler, Alsterüberquerer und Kanalbefahrer ist einmalig in Hamburg. Die Gäste mit der weitesten Anreise: „Drei Touristen aus Shanghai“, da war Monika Deichmann selbst erstaunt. Das Café Canale war Teil ihrer Sight-Seeing-Tour: „Wer nach Hamburg käme, müsse hier unbedingt vorbei!“

**Dr. Ramona Vauseweh**

## Café Canale

Poelchaukamp 7, 22301 Hamburg  
Tel. 040 2700101, [www.cafecanale.de](http://www.cafecanale.de)

# Das Streichholz-Rätsel



Ein Streichholz muss umgelegt werden, damit die Rechnung korrekt dargestellt wird? Bitte senden Sie uns die korrekte Rechenaufgabe als Lösungswort und ergattern Sie einen unserer Gewinne. Viel Glück!

## Zu gewinnen gibt es:

2x jeweils einen Gutschein für eine halbe Stunde Präventionsmassage bei der Praxis für Physiotherapie „Kraftwerk41“ in Barmbek



## Und so einfach nehmen Sie teil:

Schicken Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Lösung unter Angabe Ihres Namens, Ihrer BDS-Mitgliedsnummer und Ihrer Adresse an folgende Anschrift: **Baugenossenschaft Dennerstraße-Selbsthilfe eG Redaktionsteam Hufnerstrasse 28 | 22083 Hamburg** oder: Schicken Sie uns eine E-Mail mit den oben genannten Angaben an: [redaktion@bds-hamburg.de](mailto:redaktion@bds-hamburg.de)

Einsendeschluss ist der: 20. Mai 2019

Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Mitglieder der BDS. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Unter allen Teilnehmern, die die Teilnahmevoraussetzungen erfüllen, werden die zwei glücklichen Gewinner ausgelost und schriftlich benachrichtigt.

Hinweis: Ihre Daten werden ausschließlich verwendet, um die Durchführung des Gewinnspiels zu gewährleisten. Weitere datenschutzrelevante Informationen finden Sie unter [www.bds-hamburg.de/impressum-und-datenschutzerklaerung.html](http://www.bds-hamburg.de/impressum-und-datenschutzerklaerung.html).

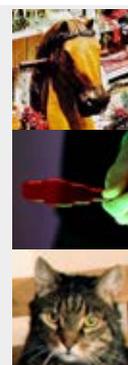
## Gewinnspiel – Auflösung Seiten-Such-Spiel aus Heft 3/18

Die richtige Antwort lautete: Seiten 19/28/8.

Unter den richtigen Einsendern konnten wir folgende Gewinner auslosen:

1. Elena Zorn
2. Adele Vorberg

Wir gratulieren herzlich!



S. 19

S. 28

S. 8

# Netter als im Internet

Einkaufen (fast) wie früher: Das Kaufhaus Hillmer in Bergstedt



Gerda Hillmer und Susanne Wischhöfer (v. li.) können inzwischen das 90-jährige Bestehen ihres Kaufhauses feiern.



Der alte Laden am Volksdorfer Damm



Backformen in verschiedenen Größen, Garne und Knöpfe in fast allen Farben, Topfhauben und Tropfenfänger, ja sogar Bohnerwachs und Butterbrotpapier gibt es. Im Kaufhaus Hillmer finden Kunden auf 65 Quadratmetern dicht an dicht, was sonst teilweise kaum noch zu bekommen ist. „Was nicht im Laden steht, versuche ich zu beschaffen“, sagt Susanne Wischhöfer. Auf Anfrage habe sie einen Einkaufsroller bestellt. Zwei Tage später konnte der gewünschte „Hackenporsche“ abgeholt werden. „Die Kundin war begeistert“, freut sich die gelernte Groß- und Außenhandelskauffrau. Ihr Lob: „Schneller als im Internet und netter als im Internet!“ Nein, Online-Shopping ist keine Konkurrenz für das kleine Kaufhaus mit dem nostalgischen Charme: Es habe eine Zeit gegeben „da kamen

schäft. Susanne Wischhöfer erinnert sich aus Kindertagen an den großen Verkaufstresen. Wurst, Käse, Zucker, Mehl und sogar Senf – die meiste Ware wurde lose angeboten, abgewogen und verpackt. Die Eltern modernisierten und vergrößerten den Verkaufsbereich. Sie erweiterten das Angebot und führten die Selbstbedienung ein. „Unsere älteren Kunden waren skeptisch“, erzählt Gerda Hillmer, „wir haben ihnen anfangs erklärt, wie das mit den Einkaufswagen funktioniert.“ Die 86-Jährige ist nach wie vor die Inhaberin. Gern springt sie ein, wenn es viel zu tun gibt: „Es macht noch immer Spaß.“

### Seltenes und Spezielles

Mit den Lebensmitteln war 1984 Schluss: „Gegenüber eröffnete Edeka.“

schen Marmeladenetiketten. Die hat die Geschäftsfrau vor 18 Jahren in England entdeckt und bestellt sie bis heute nach.

### Ständig etwas los

Zwischen den schmalen Gängen ist ständig etwas los: „Gleich morgens kommen die ersten Bergstedter und holen sich ihre Zeitungen.“ Im Laufe des Tages wandeln sich die Wünsche: Grüne Tonpappe. Eine Geburtstagskarte. Gummiringe für Einmachgläser. Ein Schuhanzieher, mit dem man sich nicht bücken muss. Und da beste Beratung im Kaufhaus Hillmer nach wie vor oberstes Gebot ist, recherchiert Susanne Hillmer umgehend nach einem neuen Plastikaufsatz für die Kaffeemaschine einer Kundin. Die Geschäftsfrau mag den Kontakt. Gut



Einst beherrschte der Verkaufstresen das kleine Geschäft. Bis heute wird in diesem Laden überwiegend mit Bargeld bezahlt.



Susanne Wischhöfers Eltern Gerda und Rolf Hillmer in den 1970er Jahren

die Leute zum Schauen und orderten dann im Netz“, vermutet die 60-Jährige, doch das sei vorbei. „Wer herkommt, kauft auch hier – da spart man den Versand.“

### Selbstbedienung

Als Großmutter Anna Hillmer das Geschäft vor 90 Jahren gründete, war der Verkaufsraum kleiner und es wurden ausschließlich Lebensmittel angeboten. „Nach hinten raus hatte der Großvater seine Polster- und Sattlerei,“ führt Susanne Wischhöfer aus. Ihr Vater Rolf machte seine Lehre zum Einzelhandelskaufmann im Laden. 1961 übernahm er zusammen mit seiner Frau Gerda das Ge-

Hillmers verlegten sich auf Haushalts- und Gartenartikel von Formen aus Emaille bis zum Saatgut. Ein weiterer Schwerpunkt bis heute: Haushaltstextilien wie Handtücher, Schürzen und auch Teekannenwärmer. Gerade ist die Inventurliste fertig, 5.000 verschiedene Artikel hat Susanne Wischhöfer derzeit im Laden. Darunter Seltenes wie den Staubwedel aus echten Straußenfedern, Spezielles wie die Doppelkopfkarten für Senioren mit extra großen Eckzeichen und Praktisches wie den Rad-schneesläger – „der funktioniert ganz ohne Strom.“ Stets hält Susanne Wischhöfer Augen und Ohren offen: Was ihr gefällt, kommt ins Sortiment. Ein echter Volltreffer sind die engli-

ein Drittel der Kunden kennt sie. Von Wilhelmsburg bis zu den Walddörfern fahren die Leute her, aber auch aus der Lüneburger Heide. „Wir haben sogar eine Kundin aus Australien“, weiß Susanne Wischhöfer. „Jedes Mal, wenn sie in Bergstedt ihre Tochter besucht, kommt sie auch zu uns – und sie wird immer fündig.“

### Dr. Ramona Vauseweh

#### Kaufhaus Hillmer

Volksdorfer Damm 270  
22395 Hamburg-Bergstedt  
Tel. 040 6049295  
kaufhaus.hillmer@t-online.de  
www.kaufhaus-hillmer.de



## Tierisch viel Spaß mitten in der Natur ist garantiert

Im Wildpark Schwarze Berge gibt es viel zu erleben. Ob als Gruppe oder zu zweit, für Kindergeburtstage oder als Familienausflug: Für jeden Anlass ist etwas dabei.

Der Wildpark Schwarze Berge ist ein Ausflugsziel wert: Das Gelände des Parks umfasst eine Fläche von 50 Hektar und lädt neben den Tiergehegen auch zu Spaziergängen mitten in die Natur ein. Wer zu Fuß im Park unterwegs ist, kommt automatisch an vielen verschiedenen Tiergehegen vorbei. Besucher können Ziegen streicheln und auch mit dem Futter des Parks andere Tiere füttern. Zu sehen gibt es beispielsweise Dachse, Hängebauchschweine oder Dammhirsche: Im Park gibt es eine große Vielfalt an Tieren zu erleben.

### Tierisch gut

Auch Schafe und Ziegen können von den Besuchern gestreichelt werden. Im Bahnhofsgebäude der Wildparkbahn haben seit neustem auch die Frettchen ein neues Zuhause gefunden und können bewundert werden. „Der Wildpark lohnt sich immer“, sagt Geschäftsführer Arne Vaubel (53). Und das in vielfältiger Form. Sowohl für Verpflegung und Catering als auch für gute Unterhaltung ist gesorgt. Jetzt im März/April sind die Tierbabys der Ziegen, der Bentheimer

Landschafe und die des Dammwildes zu sehen. Jeder Besucher darf die Tiere auch mit dem Wildpark-Futter füttern. Das geht natürlich am besten bei Sonnenschein. Trotz allem lautet Vaubels Devise: „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“. Dem Wetter entsprechend gekleidet, ist es also immer ein Erlebnis, den Park zu besuchen. Wenn die Füße dann doch einmal müde werden, gibt es ja noch die Wildparkbahn. Diese hat Platz für bis zu 20 Personen und gewährt dank der offenen Seitenwände einen freien Blick in



Der 45 Meter hohe Elbblickturm bietet einen spektakulären Blick auf Hamburg.



Einmal mit einem Frettchen Gassi gehen und dann noch ausgiebig kuscheln: Das geht nur im Wildpark Schwarze Berge.



Komfortabel ist die Tour durch den Park in der Wildparkbahn.



die Umgebung. Dank der Wildparkbahn ist es auch Rollstuhlfahrern möglich, den gesamten Park zu sehen.

### Spektakuläre Aktionen

Zu den Highlights gehören unter anderem die Flugschau, die Kunsthandwerkerhalle, die Braunbären und natürlich: das Wolfsgehege. Passend dazu gibt es zum Beispiel den „Tag der Wölfe“, bei dem Besucher interessante Vorträge hören können. Das Erlebnis kommt dadurch nicht zu kurz: Nach einem geplanten Fackel-

lauf geht es zur Feuershow ins Freigehege. Kunsthandwerkerhalle? Der Name ist Programm! Von März bis Oktober zeigen Künstler ihre Werke, hergestellt aus unterschiedlichsten Materialien. Besucher können Schmuck, Accessoires, Malereien, Geschnitztes und Geschneidertes betrachten und erwerben. Regelmäßige Angebote gibt es für Kinder und Erwachsene. Bei Kindergeburtstagen sind eine GPS-Rallye und viele weitere tolle Erlebnistouren möglich. Der Abenteuerspielplatz bietet eine gute Gelegenheit, sich richtig auszu-

toben. Für Firmen und Vereine gibt es verschiedene Programme. Zum Beispiel „Ein Tag als Tierpfleger“ bei dem Wolfsfütterung und Frettchen-Spaziergang möglich sind. Einem kreativen, erlebnisreichen Ausflugs- tag steht also nichts mehr im Weg.

**Antonia Zollenkopf**

### Wildpark Schwarze Berge

Am Wildpark 1  
21224 Rosengarten-Vahrendorf  
info@wildpark-schwarze-berge.de  
www.wildpark-schwarze-berge.de

# Gastronomie, Empfehlungen & Veranstaltungen

Die US-Pop-Ikone zählt zu den kommerziell erfolgreichsten Sängerinnen der Musikgeschichte. Ende vergangenen Jahres hat Mariah Carey ihr 15. Studio-Album veröffentlicht. Mit „Caution“, so sein Titel, begibt sie sich nun auf große Welttournee. In Paris, Barcelona, Bordeaux und Amsterdam wird Mariah Carey einen Zwischenstopp einlegen. Ihr einziges Deutschlandkonzert führt sie nach Hamburg. Am 2. Juni 2019 in der Barclaycard Arena



Foto: Karsten Jahnke / Konzertdirektion

## GASTRO TREND

### Rock our kitchen

Die „Küchenrocker“ locken mit einladendem Interieur, ausgewählten leckeren Weinen sowie originellen Salatspezialitäten und Pizzakreationen zu moderaten Preisen in die Hamburger Altstadt. Alle Gerichte gibt es hier auch zum Mitnehmen.

Lilienstraße 9

0151 18655286

rockourkitchen.com

### Hygge Brasserie & Bar

Skandinavische Gemütlichkeit im ehemaligen Restaurant des Landhauses Flottbek: Die „Hygge Brasserie & Bar“ besticht nicht nur durch eine gelungene Einrichtung zwischen „urig“ und „modern“, sondern auch durch ihre raffinierte Küche, eine exquisite Weinkarte und gut gemixte Drinks.

Baron-Voght-Straße 179

040 82274160, hygge-hamburg.de

### Diggi Smalls

„Oriental Street Food, wie es Hamburg noch nicht gesehen hat“ – das verspricht Diggi Smalls am Grindel. Zu den Spezialitäten des Lokals zählen die sogenannten „Roll-Ups“: Hühnchen-, Rind- oder Lammfleischspieße vom Lavasteingrill, kombiniert mit verschiedenen Dips und eingewickelt in hausgemachtem Fladenbrot.

Grindelallee 148

040 46993474, diggismalls.de

**THEATER**

**Primadonna Assoluta**

Die Sopranistin Maria Callas hat die Opernwelt geprägt wie kaum jemand zuvor. 1973 ging sie zum letzten Mal mit ihrem kongenialen Bühnenpartner Giuseppe Di Stefano auf Tournee. Diesen Abschiedsshows widmet sich nun das Ensemble des Hamburger Engelsaals mit der Inszenierung „Primadonna Assoluta“. Miriam Sharoni und Hendrik Lücke schlüpfen in die Rollen der beiden Ausnahmesänger, die kurz vor dem Konzert zu einer Probe zusammenkommen, um ihre berühmten Arien einzustudieren – und um ihre Leben und Karrieren zu resümieren. Hamburger Engelsaal, 26.5./15.9.: 15:00 Uhr; 25.4./15.6./4.7./9.+24.8.: 19:30 Uhr

**KINO**

**John Wick: Kapitel 3**

Zum dritten Mal verkörpert Keanu Reeves den Auftragskiller (und Sportwagenliebhaber) John Wick. Aus dem Jäger wird jetzt aber ein Gejagter, auf den ein Kopfgeld von 14 Millionen ausgesetzt ist. Thrill und Action vom Feinsten. In weiteren Hauptrollen: Laurence Fishburne und Halle Berry. Ab 23. Mai 2019 im Kino

**17 Bridges**

Ein in Ungnade gefallener Detektiv der New Yorker Polizei macht sich auf die Suche nach einem Polizistenmörder. Dabei gerät er in eine große Verschwörung, in die auch seine Kollegen verstrickt sind. Während der Ermittlungen kommt es zur totalen Abschottung

Manhattans, die alle siebzehn Brücken des Bezirks umfasst. Spannender Thriller von Brian Kirk („Hard Sun“). Ab 25. Juli 2019 im Kino

**Playmobil: Der Film**

Ganze Generationen haben in ihrer Kindheit mit den beweglichen Plastikpüppchen von „Playmobil“ gespielt. Jetzt erweckt sie der Regisseur Lino DiSalvo („Die Eiskönigin - Völlig unverfroren“, „Rapunzel – Neu verföhnt“) zum Leben. Animationsspaß für Klein und Groß. Ab 15. August 2019 im Kino

**AUSSTELLUNG**


Cucula – Refugees Company for Crafts and Design, Stuhl Botschafter, seit 2014

**Social Design**

Die Ausstellung „Social Design“ präsentiert 25 internationale Projekte aus den Bereichen Urbaner Raum und Landschaft, Wohnen/Bildung/Arbeit, Produktion, Migration, Netzwerke und Umwelt. Die Entwürfe reichen von neuen Infrastrukturen über das Haus zum Selberbauen bis zum Filter für sauberes Trinkwasser. Ein interessanter Einblick in die gegenwärtige Bandbreite des Social Designs.

**PARTY**
**After Work Club**

Der „After Work Club“ im Park Café Schöne Aussichten ist seit vielen Jahren eine feste Institution. Wer in der Innenstadt arbeitet und nach Feierabend zu gepflegter House Music schwofen möchte, ist hier nach wie vor goldrichtig. Jeden Donnerstag, Park Café Schöne Aussichten, ab 18 Uhr

**Uniscene@Halo**

House, Elektro, R&B und Danceclassics auf mehreren Tanzflächen, „Caipi“-Mengenrabatt und Eintritt frei für Studierende – kein Wunder, dass sich diese Partyreihe immer noch größter Beliebtheit erfreut. Jeden Freitag, Halo, ab 23 Uhr

**SHOW**

**Tina – Das Tina Turner Musical**

Die neue Musical-Produktion zeichnet das Leben der herausragenden Sängerin und Musikerin Tina Turner nach – von den Anfängen als Backgroundsängerin in der Band ihres späteren Ehemannes Ike Turner Ende der 1950er Jahre bis hin zu ihren großen Erfolgen als Solo-Künstlerin. Nach einer gefeierten Weltpremiere in London gastiert „Tina – Das Tina Turner Musical“ jetzt in Hamburg. Stage Operettenhaus, Di + Mi 18:30 Uhr, Do + Fr 19:30 Uhr, Sa 15:00/19:30 Uhr, So 14.30/19:00 Uhr

**KONZERTE**
**Pete Rock**

18. April 2019, Mojo Club

**Accept & The Orchestra of Death**

22. April 2019, Mehr! Theater

**Dave Hause & The Mermaid**

2. Mai 2019, Uebel & Gefährlich

**Rod Stewart**

5. Mai 2019, Barclaycard Arena

**Gentleman**

10. Mai 2019, Sporthalle Hamburg

**Jamiroquai**

28. Mai 2019, Barclaycard Arena

**Stephen Malkmus & The Jicks**

5. Juni 2019, Knust

**Van Morrison**

11. Juni 2019, Stadtpark

**Midnight Oil**

17. Juni 2019, Stadtpark

**Billy Corgan**

22. Juni 2019, Gruenspan

**Weezer**

2. Juli 2019, Stadtpark

**Bob Dylan**

5. Juli 2019, Barclaycard Arena



## Fit! Fitter! – Mach mit!

Die BDS engagiert sich im Rahmen der Initiative des Hamburger Sportbundes (HSB) „Mach mit – bleib fit!“

Dieses Projekt wird gefördert durch:



Elisabeth Rahn ist als Koordinatorin des Hamburger Sportbundes im ganzen Stadtgebiet unterwegs. Sie führt Wohnungsunternehmen und -genossenschaften mit Sportvereinen im Quartier zusammen und bringt den Sport in die Wohnanlagen bis buch-

stäblich vor die Haustür. Und mit großem Engagement gibt sie selbst noch Bewegungskurse in Eidelstedt.

**Welche Aufgabe haben Sie als Koordinatorin im Rahmen der Initiative „Mach mit – bleib fit!“?**

**Elisabeth Rahn:** Ich stelle die Kontakte zwischen Wohnungsunternehmen und Sportverein her. Und wenn die Bereitschaft da ist, ein Sportangebot vor Ort zu etablieren, dann kläre ich die Rahmenbedingungen ab. Ich leite die Gespräche zwischen

den potentiellen Kooperationspartnern und begleite sie dann soweit, bis die Gruppe vor Ort starten kann. Das heißt, ich bereite eine schriftliche Kooperationsvereinbarung vor, die von beiden Seiten unterschrieben werden muss. Außerdem schaue ich auch, wie der Start der Gruppe so läuft. Wenn es im weiteren Verlauf der Gruppe noch Fragen, Probleme oder Themen gibt, die gemeinsam gelöst werden müssen, dann bin ich immer als Ansprechpartnerin im Hintergrund.

#### **Wer genau steht als Initiator hinter der Initiative „Mach mit – bleib fit?“**

**Elisabeth Rahn:** Die Idee entspringt dem Hamburger Sportbund als Hauptinitiator und somit auch Dachverantwortlichem für das ganze Projekt „Mach mit – bleib fit!“. Entstanden ist diese Idee im Jahr 2012, um zu versuchen, Senioren und hochaltrigen Menschen, die schon etwas in ihrem Bewegungsradius eingeschränkt sind auch eine Möglichkeit zu geben, sich weiterhin sportlich bzw. bewegungsmäßig zu betätigen und das in ihrem direkten Bewegungsumfeld. Und wir haben uns dann im Jahr 2013 mit einem sehr wichtigen Partner zusammengetan, dem Hamburger Abendblatt. In der Samstagausgabe auf der Seite „Von Mensch zu Mensch“ berichtet das Hamburger Abendblatt in regelmäßigen Abständen über verschiedene Gruppen aus diesem Projekt und versucht darüber hinaus, die Initiative über ein Spendenkonto finanziell zu unterstützen.

#### **In Vorbereitung auf eine mögliche Kooperation haben wir uns in verschiedenen Gemeinschaftsräumen der BDS getroffen. Auffällig ist die hohe Bereitschaft der Sportvereine, bei diesem Projekt mitzumachen. Woran liegt das?**

**Elisabeth Rahn:** Einerseits ist es so, dass die Zielgruppe der Senioren und hochaltrigen Menschen auf Grund des demografischen Wandels immer größer wird. Und irgendwann ist es so, dass diese Menschen dem Sportverein verloren gehen. Selbst wenn die Leute vorher sportlich aktiv tätig waren, könne sie ab einem bestimmten Zeitpunkt die Angebote des Sportvereins nicht mehr in Anspruch nehmen, z.B. wenn sie die Räumlichkeiten des Vereins nicht mehr erreichen können. Also versuchen wir, diese Zielgruppe



## **Die Bewegungsinitiative für Ältere**

auf einem anderen Weg zu erreichen. Und das passiert in Zusammenarbeit von Sportvereinen zum Beispiel mit ihrer Baugenossenschaft. Das ist der eine Punkt, warum Sportvereine eine hohe Bereitschaft haben. Dann ist es aber auch durchaus so, dass die Sportvereine ihre soziale Verantwortung im eigenen Stadtteil sehr ernst und deutlich wahrnehmen. Ihnen ist bewusst, dass es dazu gehört, Menschen, die etwas eingeschränkter sind und selbst die Angebote im Verein so nicht mehr nutzen können, zu erreichen.

#### **Wenn Ihre Bemühungen von Erfolg gekrönt sind und eine Kooperation zustande gekommen ist, wer leitet dann die Bewegungskurse vor Ort?**

**Elisabeth Rahn:** Das machen Übungsleiter, die entweder freiberuflich oder festangestellt für einen Sportverein arbeiten. Diese Übungsleiter müssen bestimmte qualifikatorische Voraussetzungen erfüllen, um diese Angebote durchführen zu können. Wir sprechen hier von einer Grundqualifizierung im Bereich C- oder B-Lizenz. Zusätzlich wünschen wir uns, dass die Übungsleiter schon Erfahrung im Sport mit Älteren haben und auch regelmäßig an den vom Hamburger Sportbund angebotenen Weiterbildungen im Bereich „Sport der Älteren“ teilnehmen.

#### **Wenn ich von dem Bewegungskurs gehört aber dennoch meine Bedenken habe. Muss ich mich auf bestimmte Sportarten einrichten? Wie sieht das Angebot aus?**

**Elisabeth Rahn:** Sie müssen sich ein niederschwelliges, für alle durchführbares Bewegungsprogramm vorstellen, dem keine bestimmte Sportart hinterlegt ist. Also keine reine Yoga- oder Qigong-Stunde. Wir versuchen in diesen Gruppen, allen die sportliche Bewegung zu ermöglichen. Das heißt, dass die Übungsleiterinnen darauf eingehen, wenn die Teilnehmer nicht mehr so beweglich sind oder bestimmte Übungen nicht durchführen können. Es wird den Teilnehmenden immer die Möglichkeit gegeben, Sport im Rahmen ihrer ganz individuellen Möglichkeiten zu machen. Ganz wichtig ist, dass die Sportler Erfolgserlebnisse haben und einen Nutzen aus der Aktivität ziehen können. Jeder Teilnehmende wird bei seinen ganz individuellen Voraussetzungen abgeholt, die er mitbringt. Es spielt dabei keine Rolle, ob die besser oder schlechter sind. Auf die persönlichen Voraussetzungen aufbauend werden Bewegungen oder Übungsfolgen angeboten, die durchführbar sind und natürlich das Ziel haben, die Beweglichkeit wieder zu verbessern oder die Kraft wieder zu verstärken.

#### **Und wenn ich in meinem ganzen Leben noch keinen Sport gemacht habe und mich eigentlich auch gar nicht so richtig dazu in der Lage fühle, soll ich trotzdem mal vorbeischauchen, wenn die Gruppe sich trifft?**

**Elisabeth Rahn:** Trotzdem und gerade deshalb! Es ist nie zu spät, mit dem Sport und der Bewegung anzufangen. Und das übergeordnete Ziel, das ja jeder hat, der überhaupt Neugierde an



# Fit! Fitter! – Mach mit!



so einem Bewegungsangebot zeigt, ist, dass er sich so lange wie möglich einigermaßen selbstständig gesund erhalten möchte und sein Leben auch selbst bestimmen kann. Immer wenn ich körperlich irgendwie eingeschränkt bin, dann muss ich mich unweigerlich in eine Abhängigkeit begeben. Und unser aller Ziel ist es, so lange wie möglich selbstständig zu bleiben. Darum ist es nie zu spät bzw. immer der richtige Zeitpunkt, damit anzufangen. Dazu muss ich auch noch sagen, dass es in diesen Gruppen nicht nur um Sport, Bewegung und Gesundheitsförderung geht, sondern auch um das soziale Miteinander. Es geht auch darum, sich mit anderen Menschen zu treffen, sich gemeinsam zu bewegen, gemeinsam spielerische Bewegungen durchzuführen, einfach mal wieder in einer Gruppe zusammen zu sein und mit anderen zusammen auch ein bisschen Spaß und Freude zu haben.

**Abschließend noch die Frage: Was wünschen Sie sich für die Initiative „Mach mit – bleib fit!“, wenn Sie mal auf die kommenden 5 Jahre gucken?**

**Elisabeth Rahn:** Ich wünsche mir, das wir noch ganz viele Gruppen ins Leben rufen können, dass also ganz viele Wohnungsbaugenossenschaften und –unternehmen, Kirchengemeinden und alle Institutionen, in denen Senioren zu Hause sind, diesen die Möglichkeit bieten, sich mit anderen zu treffen und überall noch die Bewegung mit ins Boot nehmen können. Weil ich glaube, dass jeder das Ziel

hat – ich sagte es schon –, so lange wie möglich selbstständig für sich verantwortlich handeln zu können. Da ist immer eine Grundvoraussetzung eine einigermaßen gute Beweglichkeit und Gesundheit. Und ich weiß, dass wir das mit „Mach mit – bleib fit!“ erreichen können. Deshalb wünsche ich mir, dass wir das Angebot ganz vielen Hamburger Seniorinnen und Senioren nahe bringen und zur Verfügung stellen können.

**Grit Glindemann sprach mit Elisabeth Rahn.**

## Hier können Sie mitmachen! Einfach vorbeischaun und Sportluft schnuppern!

Montag 15:30 – 16:30 Uhr

### Hummelsbüttel

Gemeinschaftsraum  
Tegelsberg 46

Montag 10:00 – 11:00 Uhr

### Barmbek-Süd

Gemeinschaftshaus  
Pfenningbusch 28



# Wichtige Treffpunkte 2019: Wer trifft sich wann und wo?

Stadtteil	Wo?	Wann?	Wer?	Kontakte
<b>Barmbek Nord</b>	Sitzungsraum Elligersweg 17	Jeden 3. Do. im Monat um 14:30 Uhr	<b>Gruppe Barmbek/ Bramfeld</b>	Frau Kuhnert, Tel. 6302594
<b>Bramfeld</b>	Gemeinschaftsraum Haidlandsring 2a	Jeden 4. Di. im Monat um 15:00 Uhr	<b>Gruppe Haidlandsring</b>	Frau Volkert, Tel. 5362780
<b>Eilbek</b>	Gemeinschaftsraum Schellingstraße 70	Jeden 4. Mo. im Monat um 15:00 Uhr, Pause von Mai bis August	<b>Gruppe Eilbek</b>	Frau Greif, Tel. 6020676
<b>Farmsen</b>	Claudia's Vereinshaus Berner Heerweg 187 b - U-Bahn Farmsen -	Jeden 3. Mi. im Monat um 15:00 Uhr, Pause im Juli und August	<b>Gruppe Farmsen/ Buchnerweg</b>	Herr Parke, Tel. 6437351 Herr Lahtz, Tel. 6434595
<b>Hummelsbüttel</b>	Gemeinschaftshaus Tegelsberg 46	Jeden 1. Mi. im Monat um 15:00 Uhr	<b>Gruppe Tegelsberg</b>	Frau Schroller, Tel. 6025893 Frau Siedler, Tel. 6025605
<b>Rahlstedt</b>	Gemeinschaftsraum Boltenhagener Str. 14	Jeden 2. Do. im Monat um 15:00 Uhr, Pause im Juni und Juli	<b>Gruppe Rahlstedt</b>	Herr und Frau Brummund, Tel. 6472547
<b>Wandsbek-Gartenstadt</b>	Pillauer Straße/ Wandsbek-Gartenstadt, Cafe Nehberg	Treffen und Uhrzeit nach Absprache!	<b>Gruppe Eydtkuhnenweg</b>	Frau Bock, Tel. 6935971
<b>Barmbek Süd</b>	Pfenningsbusch 28 Gebäude im Innenhof	Jeden 2. Mo. im Monat um 14:00 Uhr	<b>Hofsänger vom Pfenningsbusch</b>	Herr Baar, Tel. 2003606 Frau Brokmann, Tel. 2003560
<b>Winterhude</b>	Treffpunkt nach Absprache!	Jeden 3. Di. im Monat um 15:00 Uhr	<b>Gruppe Winterhude</b>	Frau Paulun, Tel. 22944473 Frau Langsdorff, Tel. 7005993



# stern in aller Welt

Ostern ist international. Überall auf der Welt feiern Menschen Ostern – mit ganz eigenen Bräuchen. Wir erzählen euch, wie das Osterfest in anderen Ländern gefeiert wird.

## Australien



In Australien sucht man keine Ostereier. Stattdessen ist es Tradition, dass Paare an Ostern aus einem Bach Wasser schöpfen und es bis zur Hochzeit aufbewahren. Es soll Glück für die Ehe bringen, wenn man sich vor der Kirche mit dem Wasser besprenkelt.

## Frankreich



Wenn am Ostersonntag die Kirchenglocken läuten, dann ist es in Frankreich still. Denn dort gibt es von Karfreitag bis Ostermontag kein Glockengeläut. Das soll an die Trauer um den gekreuzigten Jesus erinnern. Die Kinder bekommen erst am Ostermontag bunte Eier und Süßigkeiten.

## Israel



In Israel heißt das Osterfest Passahfest. Es ist Brauch, die ganze Wohnung gründlich zu putzen. Der Frühjahrsputz ist auch in vielen nicht jüdischen Haushalten eine Tradition. In Israel gibt es zum Passahfest ein Festmahl. Es gibt Osterlamm mit bitteren Kräutern und süßen Saucen.

## Italien



Auch in Italien gibt es zu Ostern etwas Besonderes zu essen. Das Fest nennt sich dort „Pasqua“. Man trifft sich mit der ganzen Familie und Freunden. Auf den Tisch kommt dann ein herzhafter Kuchen mit gekochten Eiern und Spinat. Ostereier suchen die Kinder nicht.

## Luxemburg



In Luxemburg veranstalten die Kinder an Karfreitag einen Umzug mit bunt geschmück-

ten Stöcken, ähnlich wie bei uns die Palmstöcke. Auch in Luxemburg werden die Stöcke mit Gebasteltem und Schleifen verziert.

## Finnland



In Finnland spielen Stöckchen ebenfalls eine Rolle – und zwar Birkenruten. Die kleinen Äste sind dazu da, um seinen Familienmitgliedern und Freunden einen kleinen Klaps zu geben. Damit will man daran erinnern, wie Jesus mit Palmwedeln in Jerusalem empfangen wurde. Am Ostersonntag ziehen die Kinder dann mit Tröten und Trommeln durch die Straßen.

## Schweden



In Schweden gibt es eine ganz ähnliche Tradition wie in Finnland. Mädchen und Frauen, die ihren Schatz erobern wollen, holen an Ostern Wasser aus einer Quelle, um ihren Liebsten nachts im Schlaf damit zu besprenkeln. Das soll Glück für die Zukunft der Liebenden bringen.

## Mexiko



Kaum jemand feiert Ostern so groß, wie die Mexikaner: Fast zwei Wochen lang tanzen und feiern die Menschen auf den Straßen, die mit Girlanden geschmückt sind, und überall spielt Musik. Erst am Karfreitag wird es andächtig.

## USA



Auch in Amerika wird zu Ostern kräftig gefeiert. Traditionell gibt es eine große Parade auf der Fifth Avenue in New York. Bei der Easter Parade fahren mit Blumen geschmückte Wagen und die Amerikaner verkleiden sich.

**Ole & Nachbar Schmidt**

erleben in  
jeder Ausgabe  
lustige Abenteuer.  
Viel Spaß!



## Oster-Ole

„Wau“, sage ich.  
„Moin“ sagt Nachbar Schmidt.  
„Beim Osterfest  
mach ich nicht mit!“

All die gelben Osterglocken  
können Nachbar Schmidt nicht locken.  
Denn von den schönen Osterwiesen,  
muss Nachbar Schmidt  
ganz kräftig niesen.

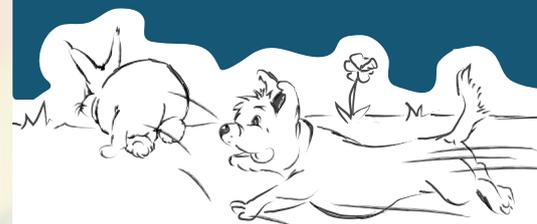
Mir gefallen Osterhasen,  
wie sie über'n Rasen rasen,  
Ich jage dann schnell hinterher,  
so rasen sie gleich  
noch viel mehr.

Ich sprinte genau zu diesem Zwecke,  
in Windeseile um die Hecke.  
Dort entdecke ich ein Nest,  
ein kleines  
und darin liegt auch etwas Feines.

Ein Nest mit lauter bunten Eiern.  
Ole denkt: „Die bring ich  
Schmidt zum Feiern!“

Und so macht unser Nachbar Schmidt  
zuletzt doch beim Osterfest noch mit.

Bis bald!  
Euer Ole





# Die Mauer

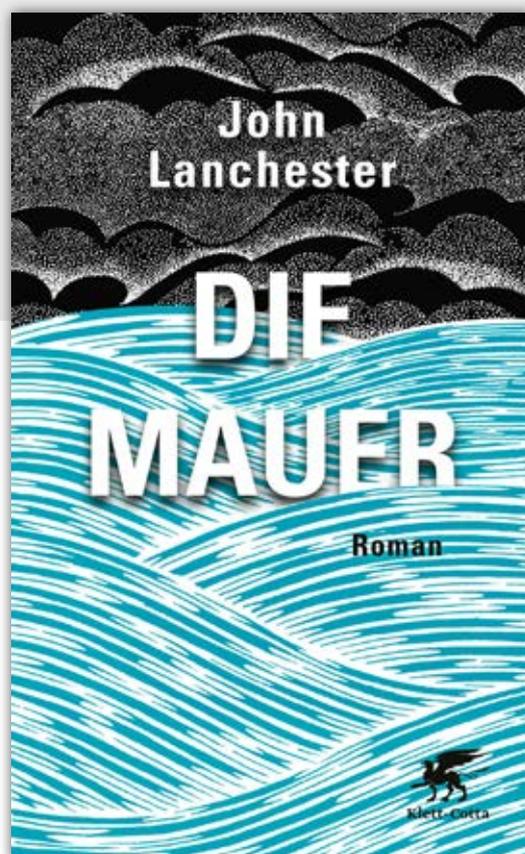
von John Lanchester

Die Bücherhalle Barmbek bietet rund 43.000 Medien für Groß und Klein. Außerdem gibt es jede Woche viele kostenlose Veranstaltungen: Ob Bilderbuchkino, Gesprächskreise für Deutschlernende, Smartphone-Schulungen für Senioren oder Programmierclub für Jugendliche – es ist für jeden etwas dabei. Wir freuen uns, dass wir die Bücherhalle gewinnen konnten, unser Magazin mit spannenden Buchtipps zu versorgen.

Eine 10.000 Kilometer lange Mauer entlang der britischen Küste – eine absurde Vorstellung? Nicht in dem neuen Roman „Die Mauer“ von John Lanchester: Eine Klimakatastrophe, die viele Regionen der Welt unbewohnbar macht, führt zur starken Migrationsbewegung aus dem Süden. Um die Anderen davon abzuhalten ins Land zu kommen, wurde besagte Mauer rund um die Insel errichtet, auf der die jungen Briten einen 2-jährigen Militärdienst absolvieren müs-

sen. Das Perfide: Wenn man als Verteidiger versagt und Eindringlinge es ins Land schaffen, dann wird man auf dem offenen Meer ausgesetzt – ein sicherer Weg in den Tod. Eindrücklich erleben wir mit Joseph Kavanagh, der gerade seinen Dienst auf der Mauer antritt, wie zehrend die Kälte und die eintönige Wache mit dem Blick aufs graue Meer sind. Zugleich wird seine Einheit zur Ersatzfamilie und mit Hifa, einer jungen Frau, fühlt er sich besonders eng verbunden. Doch die Anderen können jeden Moment angreifen. Der in Hamburg geborene britische Autor führt uns in eine dystopische Welt, geprägt von Flüchtlingsströmen, Abschottung und Unwirtlichkeit, in der trotz allem Freundschaft, Vertrauen und Liebe möglich bleiben. Eine schwere Thematik, aber gut zu lesen und man kann das Buch erst nach der letzten Seite wieder aus der Hand legen.

**Leonie Hintz, Bücherhalle Barmbek**



## Bücherhalle Barmbek

Poppenhusenstraße 12  
22305 Hamburg  
Tel. 040 291591  
barmbek@buecherhallen.de  
www.buecherhallen.de



## Wichtige Rufnummern:

### Schadensmeldung

Etwas ist nicht in Ordnung? Geben Sie uns bitte Nachricht, damit wir die Reparatur veranlassen können:

**Telefon: 040 20200-820**  
**E-Mail: hauswarte@bds-hamburg.de**

### Notdienstzentrale

Bitte diesen Dienst nur nach Büroschluss oder an Feiertagen wählen, z. B. bei Heizungsausfall, Rohrbruch, Sturmschäden

**Telefon: 040 345110**

### Rauchmelder

Störungen bei Ihren Rauchwarnmeldern? Serviceunternehmen: BRUNATA-METRONA

### 24 Stunden Not-/Entstördienst

**Telefon: 0180 5047110**  
[14 ct/min a. d. deut. Festnetz, max. 42 ct/min. Mobil]

### Ihr Hauswart

Mo./Di./Do. 7:30 Uhr – 16:00 Uhr  
Mi. 7:30 Uhr – 17:00 Uhr  
Fr. 7:30 Uhr – 12:30 Uhr

**Telefon: 040 20200-820 oder**  
**E-Mail: hauswarte@bds-hamburg.de**

### Ihr Mitgliederservice

Ansprechpartner Gemeinschaftsräume/Sozialmanagement:  
Janet Petersen, Christina Moje

**Telefon: 040 20200-30**  
**E-Mail: mitgliederservice@bds-hamburg.de**

### Wohnberatung für Senioren und Menschen mit Handicap

Ansprechpartnerin: Christina Moje

**Telefon: 040 20200-321**

A photograph of a family of four (mother, father, and two children) sitting at a table in a kitchen, laughing joyfully while looking at a tablet. They have chocolate smeared on their faces, suggesting a fun activity like a game or a video. The scene is bright and cheerful, with natural light from a window in the background.

# Internet und Telefon einfach, ehrlich, hanseatisch.

ALLE TARIFE  
MONATLICH  
KÜNDBAR!

**Wussten Sie schon? Als willy.tel-Kunde** verfügen Sie bereits über einen TV-Anschluss von willy.tel. Über unser modernes Glasfasernetz erhalten Sie auch Internet und Telefon – ganz einfach und günstig:

Zum Beispiel Internet & Telefon zusammen für nur **24,90 €** monatlich (**willy.web 100**). Oder einfach nur Telefon für **12,30 €** im Monat (**willy.fon**).

Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern!



0800 - 333 44 99 (kostenlos)



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