

BDSMAGAZIN

Leben und Wohnen in Hamburg



3 2019

Achtung! Wachsender Nachbar! | Regional und frisch | Teatime |
Knäule für Kreative | Lust aufs Museum | Pole your body | Wenn
der Schlafplatz Luxus ist | Vorhang auf 2020 | Pflegestützpunkte



Liebe Leserinnen und Leser,

mit der dunklen Jahreszeit wird es gemütlich. Ein gutes Buch, ein schöner Film, ein heißer Tee – so kann man die Abende genießen. Aber diese Zeit hat auch ihre Schattenseiten. Denn mit der dunklen Jahreszeit steigt die Einbruchgefährde. Die Polizei hat die Kampagne: „In Hamburg schaut man hin“ gestartet und wir haben mit ihr über das Thema gesprochen. Seien Sie wachsam – gleich, ob eine fremde Person durch die Wohnanlage schleicht oder Unbekannte an der Tür klingeln. Passen Sie gut auf sich und Ihre

Nachbarn auf. Lesen Sie mehr auf Seite 8. Auch in diesem Jahr haben wir wieder mit viel Engagement das BDS Magazin herausgegeben. Wir lassen Sie in dieser Ausgabe mal einen kleinen Blick hinter die Kulissen werfen (Seite 6).

Ganz herzlich möchten wir uns bei unseren Lesern für die vielen Anregungen und lobenden Worte bedanken. Helfen Sie uns auch im kommenden Jahr, uns weiter zu verbessern. Wir freuen uns schon jetzt auf die nächsten Ausgaben.

Das ganze Redaktionsteam wünscht Ihnen ein wunderschönes und fröhliches Weihnachtsfest! Kommen Sie gut und wohlbehalten ins neue Jahr!

Ihr Redaktionsteam**Liebe Mitglieder,**

das Jahr 2019 neigt sich dem Ende zu. Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Adventszeit, ein wunderschönes Weihnachtsfest im Kreise Ihrer Lieben und einen guten Rutsch in ein gesundes und glückliches neues Jahr!

Der Vorstand

Olaf Klie und Carsten Rehling

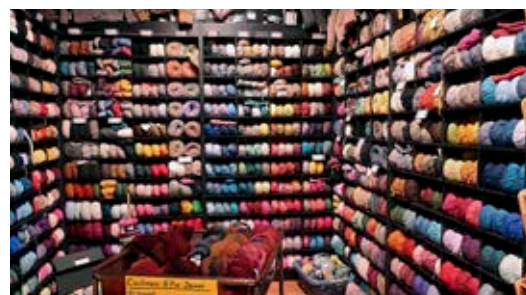


 **Meine BDS**

Vorgestellt
 BDS-Redaktionsteam 4

Aktuell
 „2 Millionen aufmerksame Augenpaare sehen mehr als die Polizei!“ 6
 Unsere neuen Mitarbeiter stellen sich vor 8

Standpunkte
 Der Erich-Ziegel-Ring in Hamburg-Steilshoop 9
 Papier sparen mit der BDS 9



 **Lebensstil**

Lebensraum
 Regional und frisch – kommt gern auf den Tisch.....10
 Knäule für Kreative12
 Die Qual der Wahl...14
 Das Weihnachtsgewinnspiel15

Fitness-Center
 Fußball mit Herz in Barmbek16
 Pole your body.....18

Grüner Wohnen
 Oh Danneborn, o Danneborn20

Unter uns
 Wenn der Schlafplatz Luxus ist22



 **Tor zur Welt**

Zu Hause in Hamburg
 Der Hamburger Hafen und die HafenCity24
 Tee: Nicht nur im Winter heiß begehrt25
 Auf den Spuren der Geschichte26
 Gastronomie, Empfehlungen & Veranstaltungen28



 **Miteinander**

Aktive Nachbarschaften e. V.
 Vorhang auf 2020.....32
 Wichtige Treffpunkte 2020: Wer trifft sich wann und wo?.....34
 Beratungsangebote in Hamburg: Pflegestützpunkte35



 **Kinder**

Spiel & Spaß
 Endlich schlechtes Wetter!36

 **Service**

Der Buchtipp
 Drei Weihnachtsbuchtipp37
 Wichtige Rufnummern:37

Impressum Herausgeber: Baugenossenschaft Dennerstraße-Selbsthilfe eG, Hufnerstraße 28, 22083 Hamburg; Telefon: 040 20200-30; Fax 040 20200-399; E-Mail: info@bds-hamburg.de; Ausgabe 03/19; Erscheinungsdatum: 06.12.2019; 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 **Realisation:** serres-design.de, Hattingen; RDN Agentur für PR, Recklinghausen **Druck:** Riemer GmbH & Co.KG, Hamburg



Von der Recherche bis zum Druck – Das Redaktionsteam der BDS

2012 wurde der Grundstein für das heutige BDS-Magazin gelegt. Der Versand der vom Arbeitskreis Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften produzierten Mieterzeitung „Bei Uns“ sollte eingestellt werden. Das Ziel war ein eigenes Magazin für alle Mitglieder der BDS. Ein Redaktionsbeirat wurde ins Leben gerufen.

Seit diesem Gründungsjahr hat sich viel getan. Aus dem Redaktionsbeirat ist ein Redaktionsteam geworden. Und nicht nur das Design, sondern auch die Themen und Texte des Magazins haben sich – auch dank der Anregungen unserer Leser – weiterentwickelt. Aus allen Bereichen der BDS haben sich acht Redakteure zusammengefunden, um unseren

Mitgliedern dreimal im Jahr ein buntes und unterhaltsames Magazin zu präsentieren. Unterstützt werden wir dabei von einem Grafikdesigner und den Profis einer PR-Agentur aus dem Ruhrgebiet. Dort werden ebenfalls Artikel geschrieben, sich um die grafische Umsetzung gekümmert und das Magazin zur Druckreife gebracht.

Wie wir arbeiten

Am Anfang einer Ausgabe steht immer die Redaktions-sitzung. In der kann es schon mal hoch hergehen, wenn der zukünftige Inhalt des Magazins festgelegt wird. Welcher Beitrag passt am besten in die Jahreszeit, gab es ein tolles Erlebnis im vergangenen Urlaub, was sind aktuelle



Von links
nach rechts:
Inga Uhlenbrock,
Nicole Peper,
Christina Moje,
Nina Schildt,
Diana Hempel,
Imke Neeff

Vorn:
Nina Vollmer

Es fehlt:
Janet Petersen

genpartner. **Inga Uhlenbrock** (Leiterin Produktmanagement) ist bei der BDS für den Bereich Vermietung verantwortlich und unsere Experte für Themen rund ums Wohnen. Von der Betriebskostenabrechnung bis zur Treppenhausreinigung – diese Artikel kommen von **Nicole Peper** (Leiterin Hausbewirtschaftung) und ihrem Team. In der nächsten Ausgabe erfahren Sie darüber mehr.

Wenn uns ein Mitglied seine Geschichte erzählen möchte, bekommt es Besuch von **Christina Moje** (Mitgliedermanagement). Sie berichtet aber auch über soziale Themen wie Wohnberatung oder andere Hilfsangebote.

Imke Neeff (Bestandsmanagement) unterstützt bei der Betreuung unserer Anzeigenpartner. Sie ist darüber hinaus unsere Ansprechpartnerin bei Inhalten rund ums Bauen.

Nina Vollmer (IT) sorgt mit der Adressverwaltung nicht nur dafür, dass Sie Ihr Magazin bekommen, sie ist auch wichtige Ideengeberin und schreibt Artikel über unterschiedlichste Themen.

Natürlich gehört zu jeder ordentlichen Redaktion auch eine Redaktionsleitung. Diese Funktion erfüllt **Diana Hempel** (Referentin Kommunikation/PR). Von der Redaktion bis zur Druckerei laufen bei ihr alle Fäden zusammen.

Das Beste kommt immer zum Schluss

Keine Redaktion kann ohne ihre wichtigsten Berater und Kritiker funktionieren. Hier stehen uns unsere Vorstände Olaf Klie und Carsten Rehling zur Seite.

Ein Dankeschön

Wir möchten die Gelegenheit nutzen, einmal allen Beteiligten herzlich Danke zu sagen: Unseren Kolleginnen und Kollegen für ihre Unterstützung. Unserem Designer Thomas Serres und der Agentur RDN, die immer alles für uns möglich machen und so viel Geduld mit uns haben. Und unserer Druckerei RiemerDruck, auf die wir uns immer zu hundert Prozent verlassen können. Und unserem Vorstand, der uns das alles hier ermöglicht.

Diana Hempel

Themen in der Baugenossenschaft, was ist in Hamburg los und das Wichtigste: Was kann unsere Mitglieder interessieren?

Deshalb gibt es zu Beginn jeder Sitzung die Frage von Redaktionsleiterin Diana Hempel: „Habt Ihr eine Reaktion von unseren Lesern bekommen?“, denn Anregungen unserer Mitglieder zu neuen Themen nehmen wir gern auf. Vielleicht kann daraus ein neuer Artikel entstehen. Zum Beispiel berichten in der Rubrik „Lebensstil“ Mitglieder, die eine spannende Lebensgeschichte haben, einem ungewöhnlichen Beruf oder Hobby nachgehen.

Ideenvorschläge kommen aus allen Bereichen der BDS und von unserer PR-Agentur. Alle werden in unserem Themenspeicher gesammelt und von der Redaktion geprüft. Eine der größten Fragen auf jeder Redaktions-sitzung: Wer schreibt welchen Artikel? Viele Artikel werden von den Redaktionsmitgliedern selbst geschrieben. Dabei darf auch jeder seinen eigenen Stil einbringen. Alle anderen Artikel werden von der Agentur umgesetzt.

Alle im Redaktionsteam müssen die Artikel zusätzlich zu ihren Aufgaben bei der BDS schreiben.

Am Ende der Produktionsphase bricht dann hektische Betriebsamkeit aus, der Drucktermin rückt näher. Artikel müssen fertiggestellt und Bilder ausgewählt werden. Unsere Agentur erstellt einen Entwurf und die Korrekturphase startet. Dann wird es meist schon recht knapp, bis dann endlich die Redaktionsleitung die entscheidenden beiden Wörter in eine E-Mail schreibt: „Druckfreigabe erteilt“.

Wer wir sind

Redakteurinnen der ersten Stunde sind **Janet Petersen** und **Nina Schildt**.

Janet Petersen (Mitgliedermanagement) betreut die Seiten des Vereins Aktive Nachbarschaften e. V. und versorgt uns mit kulturellen Themen.

Nina Schildt (Finanzmanagement) ist unsere Lifestyle-Redakteurin. Artikel über interessante Sportarten oder außergewöhnliche Locations sind bei ihr immer in den besten Händen. Außerdem betreut sie unsere Anzei-



„2 Millionen aufmerksame Augenpaare sehen mehr als die Polizei!“

Interview von Inga Uhlenbrock mit Michael Wenzien, Landeskriminalamt Hamburg, Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle



Herr Wenzien, Sicherheit ist für unsere Mitglieder ein sehr großes Thema, nicht nur in der dunklen Jahreszeit. Was können unsere Mitglieder tun, um zur Sicherheit in ihrer Wohnumgebung beizutragen?

Das fängt für mich schon mit einem mechanischen Grundschutz für die eigene Wohnung an. Täter haben für gewöhnlich nur ein Zeitfenster von maximal drei Minuten. Haben sie es schwer einzudringen, suchen sie sich eher ein anderes Ziel. Hinzu kommen natürlich offene Augen und Ohren – wenn Sie etwas Ungewöhnliches bemerken, sollten Sie dies nicht für sich behalten, sondern die Polizei benachrichtigen.

Aber was passiert, wenn ich mich geirrt habe und die Polizei unnötigerweise kam?

Gar nichts. Die Bewohner bekommen doch keine Kostennote. Je früher die

Polizei Informationen erhält, desto eher können wir reagieren. Wir erfahren bei Einbrüchen oft erst im Nachhinein, dass Nachbarn etwas gesehen oder gehört haben – das ist schade und das möchten wir ändern. Ich möchte da wirklich appellieren: Beim kleinsten Verdacht anrufen, die Polizei Hamburg ist der beste Berater in Sachen Sicherheit!

Erfahre ich als Anrufer später, ob meine Sorgen berechtigt waren?

Früher war es so, dass Bürger, die uns Hinweise gegeben haben, eher keine Rückmeldung über den weiteren Fortgang erhalten haben. Das ändern wir nun. Künftig werden Anrufer auch nicht mehr von der Einsatzzentrale an die Wache verwiesen, alles wird sofort beim ersten Anruf aufgenommen. Selbstverständlich ist es aber auch weiterhin möglich, Hinweise anonym abzugeben.

Worauf sollten unsere Mitglieder in punkto Sicherheit konkret achten?

Uns bereiten zunehmend die Täter Sorgen, die die Unbedarftheit von Bürgern ausnutzen und sich so Zugang zum Haus, womöglich zur Wohnung und über diverse Tricks auch direkt zum Ersparten verschaffen. Schützen kann man sich hier am besten durch eine gesunde Skepsis. Ein Beispiel: Wir haben aktuell in Hamburg mehrere Fälle pro Tag, in denen sich Täter als Polizisten ausgeben. Die Masche geht so: Jemand meldet sich telefonisch, gibt sich als Mitarbeiter des Landeskriminalamtes aus und erzählt, es gebe Hinweise darauf, dass der Angerufene demnächst Opfer einer Straftat würde. Ob man denn Bargeld in der Wohnung habe? Wird dies bejaht, kommt der Hinweis, es käme gleich ein Kollege in Zivil vorbei, der das Geld mitnehme und in Sicherheit bringe. Gerade

Ältere, die gar nicht so böse denken, werden von dieser Dreistigkeit über-tölpelt. Dabei würde ein echter Polizeibeamte niemals anrufen oder an der Tür klingeln, um Fragen zu Geld, PINs oder ähnlichem zu stellen! Leider werden die Täter auch technisch immer versierter. So ist es möglich, bei einem Anruf die 110 am Telefon einzublenden und so den Eindruck zu erzeugen, es rief tatsächlich die Polizei an.

Allein in einer solchen Situation reagieren dann viele Menschen unsicher und wissen nicht, was sie tun sollen. Da liegt es nahe, den vermeintlichen Autoritäten zu folgen.

Ja, aber hier möchten wir sensibilisieren und auch an das nachbarschaftliche Miteinander appellieren. Gerade in über viele Jahre gewachsenen Nachbarschaften verschafft es doch allein schon mehr Sicherheit, in einer unsicheren Situation einen Nachbarn oder eine Nachbarin anzurufen oder dazu zu bitten. Beispielsweise wenn jemand an der Tür klingelt, bei dem man sich nicht sicher ist zu sagen „komm doch einmal schnell mit rüber“ oder „bleib am Telefon“. Und natürlich können die Bewohner auch immer die Polizei kontaktieren.

Häufig geben sich Täter ja auch als Handwerker aus, die angeblich wegen eines dringenden Notfalls ins Haus gelassen werden müssen...

Dann sollten Ihre Mitglieder aber besser bei der BDS oder der Notdienstzentrale anrufen und prüfen, ob das stimmt. Seriöse Handwerksfirmen haben dafür Verständnis. Und geplante Einsätze werden im Vorfeld angekündigt.

Nicht nur das. Unsere Vertragsfirmen, auch jene, die in Notfällen tätig werden, haben in den meisten Fällen von der BDS einen Schlüssel zu den Hauseingängen. Ist das nicht der Fall, sollte es niemandem unangenehm sein, erst auf einen Anruf bei der BDS oder der Notdienstzentrale zu bestehen, bevor die Tür geöffnet wird.

In der jüngsten Zeit hat die Kriminalpolizei Hamburg eine groß angelegte Kampagne gestartet, „In Hamburg

schaut man hin“. Die Plakate sieht man in der ganzen Stadt. Was war die Idee hinter der Kampagne und welche Wirkung erhoffen Sie sich?

Wir möchten vor allem die Hemmschwelle senken, beim kleinsten Verdacht wirklich die 110 zu wählen. Viele Menschen haben noch Bedenken, dass sie möglicherweise Probleme bekommen könnten, wenn sich ein Verdacht als falsch herausstellt. Hier

wollen wir aufklären und Hürden abbauen. Denn letztlich ist es so: Die Aufmerksamkeit vieler, also eine Kultur des Hinsehens, ist ein sehr großes Potenzial für mehr Sicherheit. Rund zwei Mio. aufmerksame Augenpaare sehen mehr als die Polizei. Hier kann jeder etwas tun.

Herr Wenzien, wir danken Ihnen für das Gespräch!



Benötigen Sie Rat und Hilfe?

Eine kostenlose Beratung und Antworten auf Ihre Fragen, insbesondere zum Thema Einbruchschutz, erhalten Sie in der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle in der Caffamacherreihe 4.

In einem ‚Haus im Haus‘ können Sie zahlreiche Möglichkeiten sehen, wie Sie Ihre Wohnung gegen Einbrüche schützen können. Auf Wunsch erhalten Sie – nach Terminvereinbarung – eine kostenlose und produktneutrale Beratung.

Weitere Informationen finden Sie unter www.polizei.hamburg/kriminalpolizeiliche-beratung

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle erreichen Sie auch unter der Hotline **040 4286-70777** oder unter kriminalberatung@polizei.hamburg.de



Das BDS-Team

Unsere neuen Mitarbeiter stellen sich vor



Sebastian Meyer

Mein Name ist Sebastian Meyer, ich bin gebürtiger Hamburger und 28 Jahre alt. Während und nach meinem Master-Studium der Sozialen Arbeit in Hamburg und Osnabrück habe ich in der Kinder- und Jugendhilfe gearbeitet. Nun bin ich seit August Teil des Mitgliedermanagements und unterstütze Mitglieder bei Problemen und Anliegen. Ich freue mich über alle Ideen unserer Mitglieder, wie wir als BDS das nachbarschaftliche Leben im Quartier fördern können. Meine Freizeit verbringe ich gern mit meiner Freundin und Freunden bei hitzigen Diskussionen über meist skurrile und wenig sinnhafte Ideen.

Roland Schenk

Mein Name ist Roland Schenk, ich bin 53 Jahre alt und verstärke seit dem 1. August die BDS im Bereich Neubau und Modernisierung. Nach dem Architektur-Studium habe ich in einem Architekturbüro von der Planung bis zur Baurealisierung praktische Erfahrungen gesammelt. Anschließend war ich als Projekt- und Teamleiter in den Bereichen U-Bahnbau, dem Bau öffentlicher Gebäude wie Kranken- und Geschäftshäuser, Schulen sowie dem Wohnungsbau tätig. Darüber hinaus bin ich Mitglied im Arbeitskreis Stadtentwicklung der Architektenkammer. Privat sind mir meine Familie und Freunde besonders wichtig. Außerdem singe ich im PopChor, gehe Joggen und spiele Tennis.



Woher haben die Hamburger Straßen ihren Namen?

Der Erich-Ziegel-Ring in Hamburg-Steilshoop



Wie in anderen Hamburger Stadtteilen, sind auch die Straßennamen in Hamburg-Steilshoop überwiegend einer Themengruppe zugeordnet, und zwar hier der Gruppe „Künstler des 20. Jahrhunderts“. Die Großwohnanlage zwischen Gründgensstraße und dem Bramfelder See südlich des Zentralfriedhofs Ohlsdorf gelegen, kann durch mehrere Ringstraßen befahren werden, die wie folgt lauten: Edwin-Scharff-Ring, Fritz-Flinte-Ring, Erich-Ziegel-Ring sowie Borcherring.

Die Wohnanlage der BDS (siehe Foto) in diesem Stadtteil ist am Erich-Ziegel-Ring gelegen. Der Schauspieler, Theaterdirektor und Mentor Erich Ziegel gab dieser Straße seinen Namen. Er wurde am 26. August 1876 in Schwerin geboren, begann seine Schauspielkarriere 1894 am Hoftheater in Meiningen und setzte diese in Lübeck und Breslau fort. 1913 wurde er zunächst Schauspieler an den Münchner Kammerspielen und nach nur sechs Wochen zum Direktor ernannt, auf-



Erich Ziegel (* 26.8.1876, † 30.11.1950)

grund einer sehr erfolgreichen ersten Inszenierung des Stücks „Strindbergs Kameraden“. Erich Ziegel steigerte die Zahl der Aufführungen, so dass alle 14 Tage eine Premiere gefeiert werden konnte. Trotz dieses Pensums blieb der große Erfolg jedoch aus. Als er 1916 die Kammerspiele verließ, wurde er Regisseur am Hamburger Thalia Theater. Dort blieb er zwei

Jahre und gründete die Hamburger Kammerspiele, die zu einem der bedeutendsten Theater der zwanziger Jahre wurde und sich vor allem durch einen modernen Spielplan und ein hervorragendes Ensemble auszeichnete. Ziegel zeigte sich vor allem als Förderer von jungen Theaterschaffenden wie z. B. von Erich Engel, Fritz Kortner, Gustaf Gründgens, Erika Meingast und Hans Otto.

Von 1926 bis 1928 übernahm er die Leitung des Deutschen Schauspielhauses Hamburg und von 1932 bis 1934 das Hamburger Thalia Theater. Anschließend arbeitete er an einem Theater in Wien. In dieser Stadt verweilte Ziegel, bis Gustaf Gründgens ihn als Schauspieler, Regisseur und Dramaturgen ans Berliner Staatstheater engagierte. Am 30. November 1950 starb Erich Ziegel in München. Er liegt zusammen mit seiner Frau in der Nähe „seiner“ Straße auf dem Friedhof Ohlsdorf.

Olaf Klie

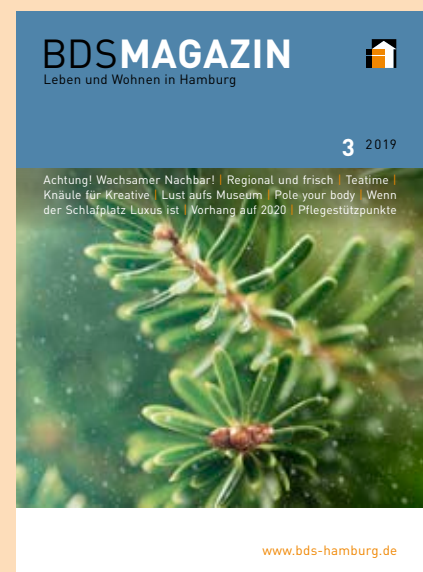
Papier sparen mit der BDS

Das allseits beliebte BDS-Magazin wird mehrfach im Jahr allen Mitgliedern per Post zugeschickt. Auf der neuen Website steht es zudem als PDF zum Download zur Verfügung. Dort können Sie auch noch alte Ausgaben anschauen. www.bds-hamburg.de/die-bds/mitgliedermagazin

In Ihrem Haushalt leben mehrere Mitglieder der BDS? Gern senden wir Ihnen auch nur ein Exemplar für alle zu. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail an: redaktion@bds-hamburg.de

Möchten Sie weiterhin Ihr Exemplar des BDS-Magazins per Post erhalten, brauchen Sie nichts weiter zu tun. Die nächste Ausgabe erscheint im März 2020.

Ihr Redaktionsteam





Regional und frisch – kommt gern auf den Tisch

Das Thema Nachhaltigkeit ist in aller Munde – und das im wahrsten Sinne des Wortes, wenn es um regionale Produkte geht. Nicht zuletzt die Klimadebatte hat das Thema weiter angeheizt. Immer mehr Verbraucher legen Wert darauf, dass ihre Ware wie Gemüse und Obst keine langen Wege mehr aus fremden Ländern zurücklegen muss. Die Vorteile: Immer frische Produkte auf dem heimischen Tisch.

Vor allem in der kälteren Jahreszeit ist Grünkohl (Mitte) sehr beliebt. Egal in welcher Saison - regionales Gemüse, wie zum Beispiel Tomaten (links) kommt stets frisch vom Feld auf die Märkte (rechts unten) und so direkt zum Kunden. Markenzeichen der EZG Hamburg sind die bekannten Pfandkisten (rechts).



Einkaufen beim Bauern direkt um die Ecke ist „in“, weil Produkte aus der Region an Qualität und Frische oft kaum zu schlagen sind – und der Kunde weiß, wo sie herkommen. Damit die Hamburger ihre Lebensmittel direkt aus der Nachbarschaft noch einfacher finden können, hat der Bauernverband Hamburg e.V. eine Plattform ins Leben gerufen. Unter **www.ackernfuerhamburg.de** finden Verbraucher Erzeuger aus ihrer Umgebung, bei denen sie frische und hochwertige Produkte schnell und einfach erwerben können. Auf der Seite gibt es eine übersichtliche Hamburger Karte, mit deren Hilfe man ganz unkompliziert per Stichwort oder Mausclick einen Hofladen oder Anbieter in der Nähe findet. „Ackern für Hamburg“ ist ein digitaler Marktplatz von Bauern, Gärtnern,

Verarbeitern, Gastwirten und Händlern aus Hamburg sowie dem norddeutschen Umland, heißt es dazu auf der Webseite. „Wir möchten unsere regionalen Produkte bekannter machen“, sagt Dr. Carsten Bargmann, Geschäftsführer vom Bauernverband Hamburg e.V.

Garantie für Frische

Dieses Ziel verfolgt auch die Marke Hamburger Bauerngarten mbH (HBG), die ausschließlich mit Erzeugnissen handelt, die aus Hamburg oder dem unmittelbaren Umland und von Mitgliedern der Erzeugergemeinschaft Obst, Gemüse und Blumen eG Hamburg (kurz die EZG) stammen. „Das Credo der EZG ist Regionalität. Die Ware kommt aus Hamburg oder dem Großraum Hamburg. Das ist eine

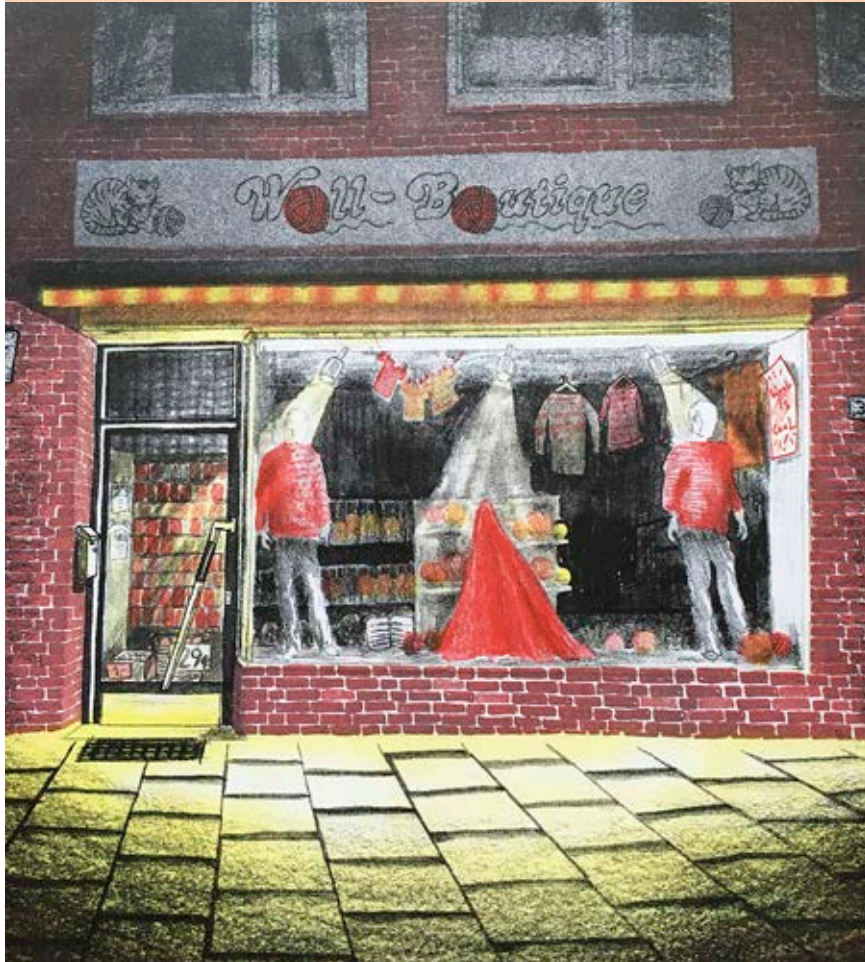
Garantie für Frische“, sagt Rudolf Behr, Geschäftsführer der Hamburger Bauerngarten Handelsgesellschaft mbH. Die Produkte sind keine Lagerware, sondern werden morgens oder am Tag davor frisch geerntet, bevor sie in den Verkauf kommen. So ist garantiert, dass Kohl, Möhren, Äpfel, Kartoffeln und Co auch wirklich vom Bauern von nebenan kommen. Nicht nur die Frische ist ein Vorteil: „Die Kunden tun auch etwas für die Region und erhalten kleinbäuerliche Strukturen. Zudem ist der Einkauf nicht so anonym“, so Behr. Je nach Jahreszeit bieten die Erzeuger vor allem saisonal-typische Produkte an. Erhältlich sind die Waren auf Hamburgs Wochenmärkten, sie finden ihren Weg aber auch zu Caterern oder Kantinen.

Jennifer von Glahn



Knäule für Kreative

Die Wollboutique in Eilbek führt alles für die flotte Masche. Was zurzeit im Trend ist und woran sich auch Anfänger versuchen können, verrät Inhaberin Kornelia Herr.



Illustratorin Alexandra Rügler hat Kornelia Herr eine künstlerische Sicht auf ihren Laden geschenkt. Drinnen kuscheln die Knäule.

Zweimal im Jahr räumt Kornelia Herr den Laden um: „In der Wintersaison ist kuschelige Wolle gefragter denn je“, weiß die Inhaberin der Wollboutique. Graunancen gehen in der kalten Jahreszeit immer gut. In dieser Saison sind außerdem kräftige Farben gefragt: „Senfgelb, Grüntöne und Blautürkis bis Eisfarben!“ Häkeln und besonders Stricken seien seit ein paar Jahren erneut im Trend, so erlebt es die 64-Jährige. Was sie besonders freut: Statt online zu ordern, kaufen Kunden ihre Wolle wieder vermehrt im Geschäft: „Es ist schöner, die Qualität der Wolle zu fühlen!“ Außerdem reiche nicht jedem die

YouTube-Anleitung, „und der Internet-Händler berät nicht!“ Kornelia Herr schon. So einige angefangene Werke konnte sie für Kunden retten und zeigt Neulingen durchaus, wie man die ersten Maschen aufnimmt.

Socken mit Glitzerfaden

Kornelia Herr gingen bereits als junge Frau komplizierte Muster leicht von der Hand. „Meine Leidenschaft habe ich auch an meine Tochter weitergegeben,“ erzählt die Ladeninhaberin. „Als Achtjährige hat sie zum ersten Mal dem Papa einen Pullover gestrickt!“ Häkeln sei für

Kinder leichter zu erlernen, „es gehen keine Maschen verloren“, und einfache Stücke wie Pulswärmer oder Stirnband, daran können sich Kinder ab zehn Jahren gut versuchen. Ideal für ein größeres Anfängerprojekt: Ein Schal aus dicker Wolle mit Farbverlauf: „Dickes Garn und viele Farben schlucken Fehler“, erklärt Kornelia Herr, „und wenn man den Schal umbindet, sind kleine Schnitzer ohnehin schnell unsichtbar!“ Das Highlight für alle, denen Nadelarbeiten leicht fallen: Socken mit eingearbeitetem Glitzerfaden.

Seit 27 Jahren bietet Kornelia Herr auf 50 Quadratmetern alles für die



Zwei, die sich auf's Stricken verstehen (v.li.): Kornelia Herr und Sandra Bildstein.

flotte Masche von Topflappenwolle bis zu reinem Kaschmir. Etwa 100 Qualitäten stehen zur Auswahl, jeweils in zwölf bis 16 Farben, „die Standardgarne habe ich sogar in 100 Farben vorrätig!“ Besonders beliebt sei Merino extrafein für die Nadelstärke 3 bis 3,5 – hat Kornelia Herr festgestellt, „diese Wolle eignet sich für fast alles von der Babymütze bis zum Pullover!“

Die fertigen Modelle im Geschäft dienen eher Anschauungszwecken: „Wer herkommt, strickt lieber selbst!“ Das nötige Werkzeug ist in der Wollboutique natürlich ebenfalls zu bekommen: Musterhefte sowie Nadeln



aus Metall, Karbon, Holz und Bambus. Für Rundstricknadeln gebe es seit einiger Zeit ein Vario-System: „Nadelspitzen einfach beim unvollendeten Objekt abschrauben, Gestricktes mit Stoppfern auf dem Seil sichern und die Nadeln für ein neues Werk verwenden.“ Auch die Frage „Haben Sie Knöpfe für Jacken?“, bringt die Inhaberin nicht aus der Fassung. Na klar, und zwar in vielen Farben, Größen und Formen.

Yoga für die Sinne

Wer strickt, liebt Einzelstücke. Zwar gibt es beim Stricken nur zwei verschiedene Arten von Maschen: die rechte oder glatte Masche und die linke, krause Masche – den individuellen Gestaltungsmöglichkeiten sind dennoch keine Grenzen gesetzt. Mitarbeiterin Sandra Bildstein berät einen jungen Mann, der seinen verlorenen gegangenen Schal nachstricken möchte. Eine stolze Großmutter plant für's Enkelchen ein Mützchen mit Ohren und fragt Kornelia Herr um Rat. Der persönliche Kontakt macht der Geschäftsfrau bei ihrer Arbeit den meisten Spaß. Zum selbst Stricken ist Zeit nach Feierabend: „Ich stricke in der Bahn, daheim von 20 bis 24 Uhr und am Wochenende!“

Das Hobby für Kreative, Do-it-Yourself-Fans und Individualisten hat mehr Vorteile als die Freude am fertigen Produkt: „Wer strickt, raucht und nascht weniger und aktiviert beide Gehirnhälften“, zählt Kornelia Herr auf, „Stricken ist Yoga für die Sinne!“ In ihre Wollboutique kommen überwiegend Stammkunden – wegen der großen Auswahl sogar von weiter her, „eigentlich aus dem gesamten Hamburger Speckgürtel“, sagt Kornelia Herr. Mit der S- und U-Bahn-Station vor der Tür punktet das Fachgeschäft auch durch seine Anbindung im Nahverkehr. Übrigens, für BDS-Mitglieder aus Eilbek und Wandsbek ist die Wollboutique nur einen Spaziergang entfernt.

Dr. Ramona Vauseweh

Wollboutique

Wandsbeker Chaussee 315
22089 Hamburg
Tel. 040 2007620
www.wollboutique.de

Die Qual der Wahl...

Freizeitangebote gibt es viele, aber: Mal Lust aufs Museum?



Modell des Hamburger Hafens 1844

Museen sind toll und wir haben in Hamburg das Glück, eine große Auswahl zu haben. Es gibt die großen kulturhistorischen Museen, Kunstmuseen, Museen im Hafen sowie Ausstellungs- und Erlebnisorte. Daneben gibt es viele kleine Museen und weitere Highlights in der Stadt zum Anschauen, Staunen und Mitmachen. Es gibt nicht wenige, die eine gewisse Schwellenangst haben und zuletzt während ihrer Schulzeit im Museum waren. Das ist sehr schade, weil Museen längst den Staub abgelegt haben. Dort werden spannende Themen aufgegriffen und es gibt zahlreiche Angebote zum Mitmachen für jedermann. Haben Sie gewusst, dass Kinder ihren Geburtstag im Museum feiern können oder dass man Maschinen bedienen und daran arbeiten darf? Es gibt so viel mehr zu entdecken und es lohnt sich, ins Museum zu gehen. Ich möchte ein Museum der Stiftung Historische Museen Hamburg vor-

stellen und zwar das Museum für Hamburger Geschichte. Das ist naheliegend, weil es dort um die Stadt geht, in der wir leben.

Museen haben längst den Staub abgelegt

Das Museum für Hamburgische Geschichte ist in einem imposanten Gebäude am Holstenwall untergebracht und wurde bereits 1922 eröffnet. Fritz Schumacher, bedeutender Hamburger Architekt und Oberbaudirektor hat das Museumsgebäude entworfen. In das Gebäude und in die Fassaden hat er gerettete prächtige Fragmente und Statuen anderer Gebäude eingefügt, um sie zu erhalten und Historie zu bewahren. Schon lange vor Eröffnung des traditionsreichen Hauses taten sich Hamburger Bürger zu einem Verein zusammen, um die Geschichte und die Entwicklung der Stadt zu dokumentieren. Die Sammlung konnte seit

1849 besichtigt werden und ging in den Bestand des Museums über. Man erfährt im Museum für Hamburger Geschichte alles Wissenswerte von den Anfängen Hamburgs bis in die moderne Gegenwart zur Metropole. Sie können dort Vorführungen der großen Modelleisenbahnanlage ansehen, einen stadtgeschichtlichen Rundgang machen, in historische Wohnräume eintauchen, das 20. Jahrhundert Revue passieren lassen oder können eine der anderen ständigen Ausstellungsschwerpunkte besuchen. Sonderausstellungen und Veranstaltungen ergänzen das Programm. Machen Sie einfach mal eine Museumsrallye und suchen Sie zum Beispiel den ausgestellten „Störtebeker-Schädel“, das 1950er-Jahre Wohnzimmer oder die älteste erhaltene Posaune der Welt. In den Museen der Stiftung Historische Museen Hamburg haben Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sogar freien Eintritt. **Janet Petersen**

Für welche Zahl steht die Kugel?

$$\begin{array}{rclclcl}
 & & \text{Tree} & + & \text{Tree} & = & 18 \\
 \text{Tree} & + & \text{Tree} & - & \text{Star} & = & 11 \\
 \text{Star} & \times & \text{Tree} & + & \text{Gift} & = & 80 \\
 \text{Gift} & - & \text{Star} & - & \text{Ball} & = & \text{Tree} \\
 & & & & \text{Ball} & = & \text{?}
 \end{array}$$

Lösen Sie die obigen Gleichungen und senden Sie uns die Lösung zu. Es lohnt sich wieder mal, es warten tolle Gewinne. Viel Spaß beim Knobeln.

Zu gewinnen gibt es:

3 x Gutscheine für je zwei Personen für eine Teeschulung im Meißner Momentum.



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

Einsendeschluss ist der: 31. Januar 2019

Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Mitglieder der BDS. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Unter allen Teilnehmern, die die Teilnahmevoraussetzungen erfüllen, wird der glückliche 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.

Gewinnspiel – Auflösung Seiten-Such-Spiel aus Heft 2/19

Die richtige Antwort lautete: $888+88+8+8+8 = 1000$

Unter den richtigen Einsendern konnten wir folgenden Gewinner auslosen:

Thorsten Winsemann

Wir gratulieren herzlich!

888
+88
+8
+8
+8

Fußball mit Herz in Barmbek

Seit vielen Jahren unterstützt die BDS als Sponsor die Fußball- und mittlerweile auch die Handballmannschaft HSV Barmbek-Uhlenhorst. Wer ins Stadion in der Dieselstraße geht, kann auch uns als BDS kaum übersehen. Sponsoring ist ein wichtiger Bereich unserer Öffentlichkeitsarbeit. Uns geht es dabei aber nicht nur um das Erzielen von Aufmerksamkeit. Die Unterstützung des Regionalsportes in unserer Region ist uns ein Herzensanliegen.





Regionale Sportvereine tragen nicht nur zum Zusammenhalt eines Stadtteils bei, sie leisten auch einen großen Beitrag zur Förderung von Kindern und Jugendlichen. Wenn Sie leidenschaftlichen Fußball mögen, dann schauen Sie doch mal in der Dieselstraße vorbei.

„Mein letztes Geld geb' ich für Fußball aus – für Barmbek-Uhlenhorst ...“ schallt es aus dem Stadion inmitten der Stadt – oder eben mitten in Barmbek, an der Dieselstraße 6, der neuen Heimat des Hamburger Traditionsvereins HSV Barmbek-Uhlenhorst von 1923 e. V. Den szenekundigen Amateur-Fußball-Liebhabern besser bekannt unter „BU“. Der Stadtteil Barmbek, in dem die „Blau-Gelben“ beheimatet sind, entwickelt sich in rasanter Geschwindigkeit – mehr und mehr – vom ehemaligen Arbeiterviertel zu einem attraktiven Domizil für Studenten und junge Familien. Doch nicht nur der Stadtteil selbst durchlebt momentan einen Wandel, auch bei „BU“ hat sich in den vergangenen zwei Jahren Einiges verändert – man blickte nach dem DFB-Pokalspiel gegen einen traditionsreichen Sportclub aus dem Breisgau nach vorne und stellte die Weichen für die die kommende Zeit.

Absolute Herzensangelegenheit

Mit Marco Stier, Trainer der 1. Herren unserer Oberliga-Mannschaft und Jan Haimerl, Trainer der 2. Herren unserer Landesliga-Mannschaft hat sich der Verein nach vielen Jahren im Herrenbereich mit Bravour neu aufgestellt. Kein Wunder, denn beide Trainer investieren jede freie Minute

in Mannschaft und Verein. „Die Aufgabe ist für mich eine absolute Herzensangelegenheit und gemeinsam mit meinem Trainerteam stecke ich all meine Leidenschaft, Zeit und Arbeit in diese Mannschaft“, schwärmt Jan Haimerl.

„Wir wollen unsere Fans mit attraktivem Offensiv-Fußball begeistern. Nach dem Spiel zu unseren Anhängern zu gehen und mit Ihnen zu feiern, ist für uns alle ein tolles Gefühl“, fügt Marco Stier hinzu. Marco Stier und sein Team stehen in der höchsten Hamburger Spielklasse, der Oberliga, auf dem dritten Tabellenplatz und im Pokal-Wettbewerb ist der Traum vom Endspiel ebenfalls noch am Leben. Marco, der bis zum Sommer 2018 noch in der Bayern-Liga an der Linie stand, ist in Barmbek längst angekommen. „Ich bin Volker Brumm und Frank Meyer sehr dankbar dafür, dass Sie sich für mich als Trainer entschieden haben. Meine Familie und ich fühlen uns pudelwohl in Barmbek. Die familiäre Atmosphäre im Verein ist genau die Umgebung, in der wir uns wohlfühlen“, erklärte er obendrein. Die Fans spielen in Barmbek eine sehr große Rolle und prägen die einmalige Stimmung, von der der Verein lebt. Kinder, Rentner, Arbeiter und Barmbeker Urgesteine – sie alle stehen für „Blau-Gelb“.

Seit der Saison 2019/2020 freuen sich Verein und Fans jedoch nicht nur über offensiven Oberliga-Fußball, sondern ebenso über den Aufstieg der zweiten Herren in die Hamburger Landesliga. Der Aufstieg war eine Achterbahnfahrt der Gefühle. Durch die verschiedensten Konstellationen in den Hamburger Ligen stand mit Abpfiff des letzten

Spieltages noch nicht fest, ob das große Ziel „Landesliga“ erreicht wird. Während die Mannschaft nach der Saison an verschiedensten Stränden lag oder den Sommer in Hamburg genoss, saß Trainer Jan Haimerl mit Freunden auf dem Balkon, als ihn die Nachricht vom Aufstieg erreichte.

Für eine erfolgreiche Zukunft

Da der Mannschaft das typische Aufstiegsfeeling somit verwehrt blieb, organisierte man kurzfristig ein internes Aufstiegsspiel, welches planmäßig nach einer Minute gleich wieder abgepfiffen wurde – was sich danach abspielte war pure Freude. „Wir als Trainerteam leben die Werte von BU sehr vor, weil wir alle seit über zehn Jahren im Verein sind und uns zuhause fühlen“, schwärmt Jan. Nachdem es in der Landesliga erst einmal die eine oder andere Lehrstunde gab und man sich zunächst an die neue Spielklasse gewöhnen musste, ist die zweite Herren-Mannschaft auf einem etablierten 8. Tabellenplatz angekommen und freut sich über stets steigende Zuschauerzahlen. Fehlte in der Hinrunde noch in der einen oder anderen Partie einfach das Spielglück, ist man mit zwei Siegen aus zwei Spielen indes eindrucksvoll in die Rückrunde gestartet. Der Verein und der Stadtteil stehen vor einer großen Zukunft zumal in knapp 3 Jahren das 100-jährige Jubiläum ansteht. Beide Seiten, also der Verein und der Stadtteil mit seinen Menschen, können aber nur gemeinsam die Weichen für eine erfolgreiche Zukunft stellen.

Jan Piechowiak,
BU-Vorstandsmitglied & Schriftführer

Pole your body

Pole, früher nur in Verbindung mit dem Kiez bekannt und als schmutzig abgestempelt, ist seit mehreren Jahren eine angesagte Sportart und noch viel mehr. Julia Pengler betreibt seit 2014 zwei Studios in Hamburg, eins in Barmbek und das andere in Altona. Wir sind neugierig und wollen mehr von ihr wissen.





Im Studio gibt es genug Platz für Tanz, Kraft und Akrobatik.

Wie bist du zu diesem Sport gekommen und was macht ihn zum ultimativen Workout?

Zuerst war es nur ein Hobby und sportlicher Ausgleich neben meiner Ausbildung zur Eventmanagerin. Mich hatte damals ein Jobwechsel nach Hamburg gebracht und das Arbeiten am Computer und lange sitzen war ich als ehemalige Musica-Darstellerin einfach nicht gewohnt. So musste ein neuer Sport zum „auspowern“ her und damals standen: Klettern, Boxen und Pole Dance eben zum Testen zur Wahl. Was soll ich sagen, es hat beim ersten Kontakt mit der Pole zoom gemacht und mich total gefesselt. Ab dem Tag habe ich entweder an der Pole trainiert oder zumindest täglich ans nächste Training gedacht. Nach wie vor fasziniert mich der Mix aus Tanz, Kraft und Akrobatik und die Vielfältigkeit, das Training zu gestalten.

Was gefällt dir besonders am Pole?

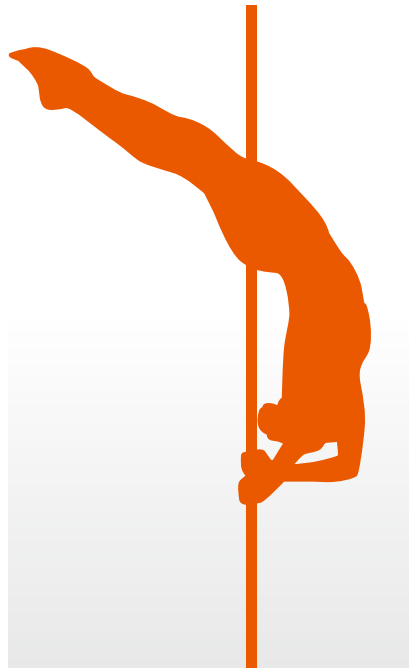
Das Erlernen und Kombinieren neuer Tricks: Nichts macht mich stolzer und glücklicher als scheinbar unmögliche Drehungen oder Figuren immer und immer wieder zu üben und schlussendlich zu schaffen. Zudem kenne ich keine Sportart, die sich schöner auf Bildern festhalten lässt.

Wer kann Pole Dance praktizieren? Braucht man körperliche Grundvoraussetzungen?

Jeder kann Pole Dance erlernen und es sind keinerlei Vorkenntnisse oder körperliche Grundvoraussetzungen notwendig.

Gibt es auch Einsteigerkurse?

Na klar und es gibt auch Schnupperstunden für Unentschlossene.



Was lernt man in einem 6-wöchigen Pole Kurs?

Bei uns kann man in einem 6-Wochen-Kurs neben vielen tollen Drehungen und Tricks in der Luft sogar eine ganze Choreografie erlernen. Jede Stunde dauert 75 Minuten, startet mit einem Warm Up, endet mit einem Cool Down und in der Mitte erarbeiten wir jede Woche einen Teil dieser Choreografie. Wir wiederholen natürlich auch, was wir in den Wochen davor bereits gelernt haben und bauen Woche für Woche ein kleines Stück dran, bis wir in der sechsten Woche die Erfolge sogar in ersten kleinen Videos oder Fotos festhalten können.

Sind es große Gruppen?

Nein, wir haben pro Kurs maximal 10 Teilnehmer. Jeder Teilnehmer hat seinen eigenen Platz an einer Pole und so können wir uns voll und ganz auf jeden einzelnen konzentrieren.

Sind auch Männer willkommen?

Oh ja, bitte! Leider haben wir nach wie vor viel zu wenig Männer in den Kursen. Dabei sind die Russen und Asiaten hier die besten Beispiele, dass Pole Dance sehr wohl auch etwas für das stärkere Geschlecht ist. Naja, beim Yoga hat es auch eine Weile gedauert, bis es angenommen wurde und heute sind die Kurse da bereits gemischt besucht – ich gebe die Hoffnung noch nicht auf.

Pole ist nichts für mich?

Was bietet Pole your Body noch?

Neben dem Pole Dance kannst du bei uns auch andere Aerial Sport-/Tanzarten erlernen wie beispielsweise Hammock, Hoop oder Silk. Und falls es lieber weniger luftig und mit mehr Bodenkontakt sein soll, dann bieten wir auch noch Flexibility Klassen und TwerXout Stunden an. Ich hoffe, die Neugier ist geweckt und für weiter Infos zu den einzelnen Kursinhalten klickt doch einfach mal auf unserer Webseite:

www.poleyourbody.de

Das Interview führte Nina Schildt.



KRAFTWERK41
Physiotherapie
Flachland 41
22083 Hamburg

Tel: 040 / 325 11 353
Fax: 040 / 325 11 354
Mail: info@kraftwerk41.de
Web: www.kraftwerk41.de

Oh Danneborn, o Danneborn ...

... du trägst 'ne grönen Twig, den Winter, den Sommer, dat doert de leve Tit.

Es geht der Trend wieder zum traditionellen Weihnachtsbaum als elementaren Bestandteil des Weihnachtsfestes. Im vergangenen Jahr 2018 wurden in Deutschland rund 29,8 Millionen Weihnachtsbäume gekauft. Dies bedeutete ein Absatzrekord-Hoch, verglichen mit dem Absatz der letzten 10 Jahre. Um aber den Bedarf an Weihnachtsbäumen zu decken, werden jährlich über zwei Millionen Bäume nach Deutschland importiert, wobei die Produktionsbedingungen den Verbrauchern oft nicht bekannt sind.

Der in Deutschland beliebteste Baum ist die Nordmantanne, gefolgt von Blaufichte, Rotfichte und Nobilitanne, vornehmlich in der Größe zwischen 1,50 m und 1,75 m.

Worum schold ick nich grönen, da ick noch grönen kann, ick hebb nich Vader un Moder, de mi versorgen kann.

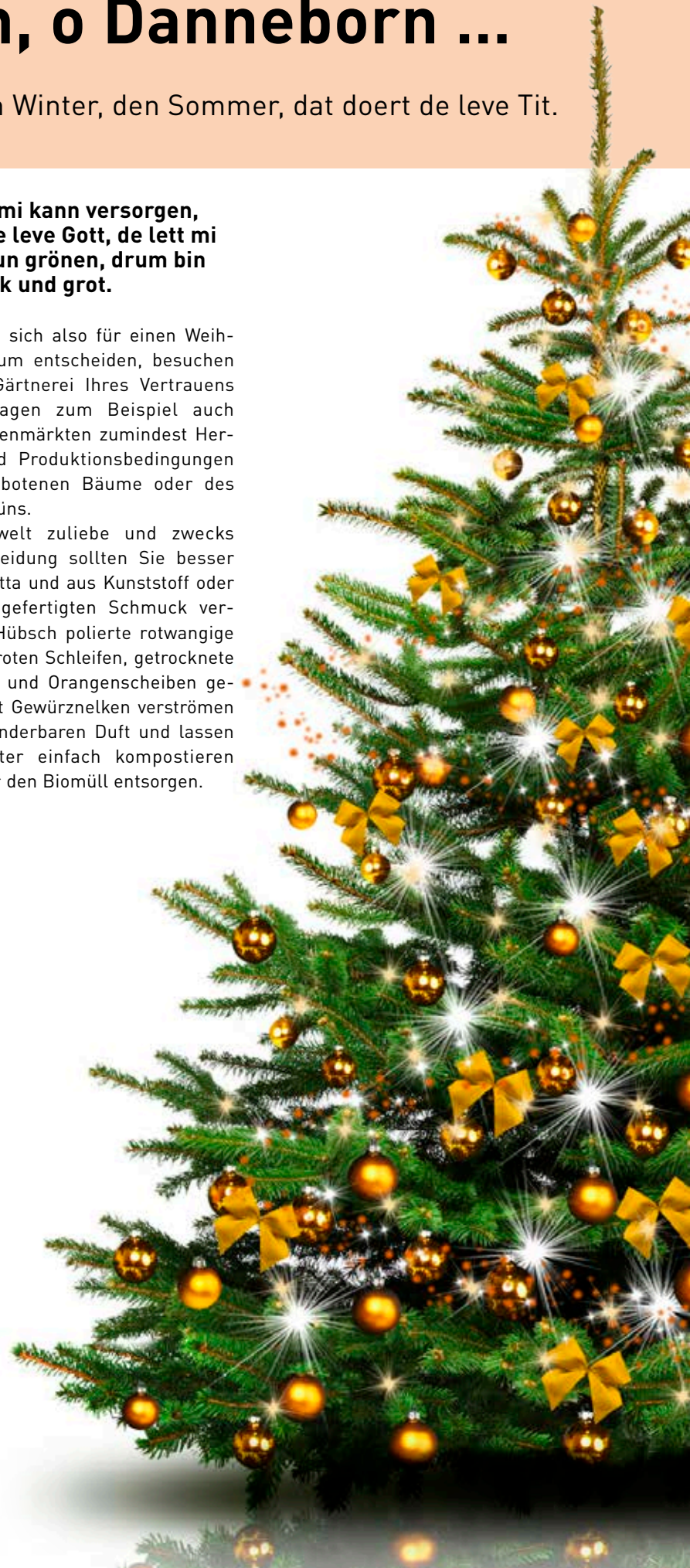
In vorbildlichen Gärtnereien wird auf den Einsatz von Pestiziden verzichtet und Schafe dienen als Rasenmäher. Um dichte Bäume zu erhalten, wird nach ca. 6 Jahren das Spitzenwachstum gehemmt und die äußeren Triebe werden per Hand herausgezwickelt, damit eine regelmäßige Rundung sowie eine schmalere Baumform erzielt wird. Dies erhöht das Produktionsrisiko und verlängert die Produktionszeit um ein ganzes Jahr. Kommen diese Bäume dann auf den Markt, sind sie bereits etwa 10 Jahre alt. Diese Qualität hat dann aber auch ihren Preis.

Bedingt durch die extensive und im besten Fall pestizidfreie Nutzung dieser Anbauflächen sowie durch deren lange Produktionsdauer, entstehen für viele Lebewesen und Pflanzen sehr günstige Bedingungen. Es entwickelt sich eine Fauna und Flora, die wesentlich artenreicher ist als auf üblichen landwirtschaftlichen Flächen.

Und de mi kann versorgen, dat is de leve Gott, de lett mi waßen un grönen, drum bin ick slank und grot.

Wenn Sie sich also für einen Weihnachtsbaum entscheiden, besuchen Sie die Gärtnerei Ihres Vertrauens und erfragen zum Beispiel auch auf Wochenmärkten zumindest Herkunft und Produktionsbedingungen der angebotenen Bäume oder des Schnittgrüns.

Der Umwelt zuliebe und zwecks Müllvermeidung sollten Sie besser auf Lametta und aus Kunststoff oder Stanniol gefertigten Schmuck verzichten. Hübsch polierte rotwangige Äpfel an roten Schleifen, getrocknete Zitronen- und Orangenscheiben gespickt mit Gewürznelken verströmen einen wunderbaren Duft und lassen sich später einfach kompostieren oder über den Biomüll entsorgen.



1. O Tannenbaum, o Tannenbaum, du
 trägst ein' grünen Zweig, den Winter, den
 Sommer, das dauert die liebe Zeit.

Tipps für eine lang anhaltende Freude

- Bewahren Sie den Baum nach dem Kauf im Netz an einer sonnen- und windgeschützten Stelle im Freien oder in einer kühlen Garage auf. Stellen Sie ihn in einen Eimer Wasser.
- Den Baum schon einen Tag vor dem Schmücken aufstellen. Er braucht diese Zeit um die Äste wieder in die richtige Position zu bringen. Erst dann sollte man ihn schmücken.
- Ideal ist es, den Baum vor dem Aufstellen 2 - 3 cm frisch anzuschneiden. Den Baum mit Netz in den Weihnachtsbaumständer stellen und dann das Netz von unten nach oben aufschneiden und abnehmen.
- Die größte Gefahr des Nadelns besteht, wenn der Baum unmittelbar vor die Heizung gestellt wird. Ein etwa 2 m hoher Weihnachtsbaum benötigt bis zu 2 Liter Wasser am Tag. Deshalb ist es günstig, einen Baumständer mit Wasserbehälter zu wählen und täglich zu gießen.
- Wer keinen Platz für einen Weihnachtsbaum hat, kann ein Flair an Weihnachtsstimmung auch mit einem Ensemble aus unterschiedlichen Zweigen mit Zapfen und Nüssen erzeugen. Diese aber bitte nicht einfach aus dem Wald holen.

O Tannenbaum, o Tannenbaum,
 du trägst ein' grünen Zweig,
 den Winter, den Sommer,
 das dauert die liebe Zeit

Warum sollt' ich nicht grünen,
 da ich noch grünen kann?
 Ich hab' nicht Vater noch Mutter
 die mich versorgen kann.

Und der mich kann versorgen,
 das ist der liebe Gott,
 der lässt mich wachsen und grünen,
 drum bin ich stark und groß.

Zu guter Letzt

Alle Jahre wieder rieseln leise die Nadeln und spätestens nach Silvester stellt sich die Frage: Wohin mit dem ausgedienten Weihnachtsbaum?

Bei Redaktionsschluss standen die Abholungstermine in Hamburg für das Neujahr 2020 leider noch nicht fest. Diese können Sie telefonisch unter 040 25760 für Ihren Stadtteil erfragen. Zusätzlich gibt es noch den Online-Abfuhrkalender der Stadtreinigung, der einen Tag vor Abholung an den Termin erinnert.

www.stadtreinigung.hamburg/privatkunden/abfuhrkalender

Damit die Entsorgung reibungslos klappt, müssen die Weihnachtsbäume kleiner als 2,50 Meter und restlos abgeschmückt sein. Die Bäume müssen so an den Straßenrand gelegt werden, dass von ihnen keine Verkehrsgefährdung oder -behinderung ausgeht. Wichtig ist auch, dass kein Ständer am Stamm befestigt ist. Für private Haushalte ist die Abholung gebührenfrei. Unabhängig von den jeweiligen Abholungsterminen je Stadtteil, können die Bäume auch auf den Hamburger Recyclinghöfen kostenlos abgegeben werden.

Nina Vollmer

Langer Tag der Stadtnatur

13. – 14. Juni 2020

Loki Schmidt Stiftung

Steintorweg 8, 20099 Hamburg

Tel. 040 28007736

stadtnatur@loki-schmidt-stiftung.de

www.tagderstadtnaturhamburg.de



Wenn der Schlafplatz Luxus ist

Wohnungslose Frauen bleiben oft unbemerkt. Sie tun alles, damit niemand von ihrer Notsituation erfährt. Hilfe gibt es in Einrichtungen wie FrauenZimmer.

Kein Ausbildungsplatz, Stress mit der Familie – gerade volljährig, zog Maxie G. zu ihrem Freund. Der setzte sie nach drei Jahren auf die Straße. Zurück zu den Eltern: „Auf keinen Fall!“ Im Sommer ging es irgendwie: „Nachts jobbt man in einer Kneipe, schläft tagsüber auf einer Bank im Park.“ Richtig schwer wurde es mit dem Beginn der kalten Jahreszeit. Maxie G. hat zu FrauenZimmer gefunden. „Wer bei uns vor der Tür steht, hat Schlimmes erlebt“, sagt Sabine Kordt, Leiterin der Einrichtung in Hamburg Borgfelde. Oft auch sexuelle Gewalt. Kein Zuhause, alle Bindungen abgebrochen. Die Auslöser dafür sind verschieden: „Von der Flucht vor dem gewalttätigen Partner über Suchtverhalten und psychischen Erkrankungen bis zu familiären Verlusten“, weiß die Sozialpsychiatrische Fachkraft aus ihrer 30-jährigen Tätigkeit. Dazu kommen Frauen aus Osteuropa, die keine Arbeit finden. Vielfach sind die Betroffenen aufgrund ihrer Lebenserfahrungen traumatisiert.

Laut einer Studie im Auftrag der Freien und Hansestadt Hamburg aus dem Jahr 2018 sind 1910 Menschen in der Stadt ohne Obdach. Mehr als ein Viertel davon ist weiblich, Tendenz steigend. Experten gehen besonders bei Frauen von einer deutlich höheren Dunkelziffer aus. „Wohnungslose Frauen machen sich unsichtbar“, bestätigt Sabine Kordt, „sie sind gepflegt und wissen, in welcher Kaufhaustoilette man sich unbemerkt frisch machen kann.“ Die wenige Habe im Koffer, teilweise versteckt an einem trockenen

Ort, „einige haben nur ihre Handtasche dabei, wirken wie auf dem Weg zur Arbeit.“ Wer nicht auffällt, dem gelingt es eher, Bedrohungen und Angriffen zu entgehen. Wohnungslose Frauen gehen Zweckpartnerschaften ein oder übernachten bei Zufallsbekannten. Damit verbundene Gefahren riskieren sie. Nur nichts anmerken lassen! „Der Grund dafür ist zumeist die Scham“, erklärt die Einrichtungsleiterin, „viele Frauen kommen aus geordneten Lebenssituationen, haben das Gefühl, versagt zu haben!“ Bereits eine Trennung oder der Verlust des Jobs können eine Abwärtsspirale in Gang setzen.

Angebote eigens für Frauen sind wichtig

FrauenZimmer gehört zu den Hamburger Einrichtungen, die einen sauberen Schlafplatz und eine Postadresse bieten. Auch tagsüber dürfen sich Frauen hier aufhalten, Küche, Waschmaschine und Trockner nutzen. Die Mitarbeiterinnen des Hauses beraten und helfen im Umgang mit Behörden. Sie versuchen den Jüngeren Zukunftsperspektiven aufzuzeigen und den Älteren aus der Resignation zu helfen. Weibliche Wohnungslosigkeit hat ihre eigenen Facetten. „Angebote eigens für Frauen sind wichtig“, betont Sabine Kordt, „so sind sie weniger der Gewalt ausgesetzt und laufen nicht Gefahr, vor Ort in neue Abhängigkeitsverhältnisse zu geraten.“

Dr. Ramona Vauseweh

* Name von der Redaktion geändert

Hilfe für Frauen im Wohnungsnotfall

Containerprojekt für Frauen

Caritasverband für das
Erzbistum Hamburg e.V.,
Landesstelle Hamburg
Danziger Str. 66, 20099 Hamburg
Tel. 040 280140-0
info@caritas-hamburg.de

FrauenZimmer/fördern und wohnen AöR

Hinrichsenstr. 4a, 20535 Hamburg
Tel. 040 25418721
frauenzimmer@
foerdernundwohnen.de
www.foerdernundwohnen.de

Hoffnungsorte/ Marianne-Doell-Haus

Hospitalstr. 66, 22767 Hamburg
Tel. 040 38614747
mdhau@hoffnungsorte-hamburg.de
www.hoffnungsorte-hamburg.de

Kemenate Frauen Wohnen e.V. und Tagestreff für wohnungslose Frauen

Charlottenstr. 30, 20257 Hamburg
Tel. 040 4304959
vorstand@kemenate-hamburg.de
www.kemenate-hamburg.de

Auch Sie wollen helfen?

Das Winternotprogramm der Stadt bietet Obdachlosen Schutz vor Winterkälte und -nässe. Das Angebot beschränkt sich auf die Übernachtung. Darum haben engagierte Bürgerinnen und Bürger einen Verein gegründet, der das Angebot ergänzt: Ehrenamtliche bereiten Mahlzeiten zu und verteilen diese, sammeln Geldspenden und geben Bekleidung weiter. Der Verein freut sich über Sach- und Geldspenden, freiwillige Helfer und neue Mitglieder.

Förderverein Winternot- programm für Obdachlose e.V.

c/o Aline Zieher
Cäcilienstr. 2, 22301 Hamburg
info@winternotprogramm.de

Kleidung spenden HANSEATIC HELP e.V.

Große Elbstraße 264,
22767 Hamburg
Tel. 040 210919070
info@hanseatic-help.org
www.hanseatic-help.org



Meine Lieblingsplätze in Hamburg (Teil 3):

Der Hamburger Hafen und die HafenCity



Die Hamburger Landungsbrücken bieten gerade abends ein herrliches Panorama.

Der größte Seehafen Deutschlands und der drittgrößte in Europa ist nicht nur das Herz der Weltstadt Hamburg und das Wirtschaftsdrehkreuz Norddeutschlands, sondern eine mit 7.200 Hektar Fläche einmalige Sehenswürdigkeit mit unendlich interessanten Plätzen. Er ist eine international sehr beachtete touristische Attraktion, was sich an den vielen Hafenrundfahrten und neuerdings auch durch die Cruise Days widerspiegelt.

Aufgrund des kaiserlichen Freibriefes vom 7. Mai 1189, der die Gründung des Hamburger Hafens dokumentiert, wird seit 1989 jährlich der Hafengeburtstag groß gefeiert mit einer Parade von historischen Frachtseglern und vielen weiteren Attraktionen u. a. der Möglichkeit, Schiffe auch von innen zu besichtigen.

Die Bedeutung des Hafens für den internationalen Schiffsverkehr verdeutlichen die Fakten: Der Hafen verbindet mehr als 900 Häfen in über 170 Ländern, woraus sich auch die Bezeichnung Hamburgs als Tor zur Welt

ableitete. 2018 wurden 8,73 Mio. TEU Container umgeschlagen, über 900.000 Passagiere fanden sich hier am Drehkreuz ein. Zu den Sehenswürdigkeiten des Hafens zählen die historische Speicherstadt, die Kattwykbrücke, die Köhlbrandbrücke, die Landungsbrücken, die Containerterminals sowie der Museumshafen und vieles mehr.

BDS-Wohnanlage am Kaiserkai

Die Geschichte des Hafens stellt sich aufgrund des ständig steigenden Transportbedarfs bei stetigen technischen Innovationen vielfältig dar: Zum einen entstand ein enormer Platzbedarf und zum anderen benötigten die ab 1970 den Seetransport dominierenden Containerschiffe neue Anlagen zum Be- und Entladen; die Containerterminals. Die Dörfer Altenwerder, Francop und Moorburg wurden aufgelöst und der Hafen mit neuen Terminals massiv erweitert. Aufgrund dieser Verlegung und die

für Containerschiffe nicht anfahrbaren Kaianlagen wie Dalmannkai (Kaiserkai) oder Grasbrookhafen entstand aus den Überlegungen zur weiteren Nutzung der historischen Hafenanlagen die Idee, die Innenstadt für Gewerbe, Büro und Wohnen auf diesen Flächen zu erweitern. 1997 wurden die Planungen für die HafenCity veröffentlicht. Bis zur Fertigstellung im Jahr 2030 werden für ca. 48.000 Personen Arbeitsplätze und für rund 12.000 Menschen neuer Wohnraum entstehen.

Auch die BDS hat am Kaiserkai gemeinsam mit anderen Genossenschaften und einem Bauträger 2007 Wohnraum erstellt. Unsere Wohnanlage steht am Kaiserkai 29 – 31, ein paar Schritte von der Elbphilharmonie entfernt, die erst zehn Jahre später fertiggestellt wurde. Am 1. März 2008 wurde die HafenCity einschließlich der Speicherstadt und des Oberhafens zum eigenständigen Stadtteil erklärt und gehört zum Bezirk Hamburg-Mitte.

Olaf Klie



Nicht nur im Winter heiß begehrt

Dezenter Duft, wohlige Wärme und eine Geschmacksauswahl, bei der jeder etwas für sich entdeckt. „Eine Tasse Tee ist der Gegenpol zur Hektik der digitalen Zeit,“ sagt Peter Nimpisch, Manager Meßmer Momentum.

In Deutschland sind Kräuter- und Früchtetees am beliebtesten. Dabei handelt es sich nicht mal um Tee im eigentlichen Sinne: „Streng genommen wird nur als Tee bezeichnet, was man als Aufguss der Pflanze *Camellia sinensis* herstellt“, erklärt Peter Nimpisch. Für den Siegeszug des Heißgetränks in Europa sei zunächst ein wenig Wirtschafts-Spionage nötig gewesen: Da China keinen Handeltrieb, schmuggelte Robert Fortune, schottischer Gärtner und Forschungsreisender, Mitte des 19. Jahrhunderts die ersten Teepflanzen nach Indien, um sie dort anzubauen. Derzeit ist Hamburg in Europa der wichtigste Handelsplatz für Tee. „70 Prozent des Tees auf diesem Kontinent durchlaufen hier den Hafen“, erklärt Peter Nimpisch. Im Meßmer Momentum lässt eine multimediale Ausstellung die Geschichte des Tees miterleben. 70 Teesorten gibt es bei Meßmer, in der Lounge klassisch in der Kanne oder als Cocktail gereicht. Bei Schulungen können Tee-Fans die Welt des Tees mit dem Gaumen entdecken.

„Kräuter sechs Minuten, Früchte acht Minuten ziehen lassen – mindestens“, nennt der Experte die Grundregel der Zubereitung. Beim Schwarztee dagegen gilt: Zwei bis drei Minuten maximal! „Eine schöne Zutat ist Zucker“, findet Peter Nimpisch, „er verstärkt den Geschmack.“ Sein wichtigster Hinweis für gelungenen Tee: „Stets frisches kaltes Wasser für den Aufguss verwenden – so ist genügend Sauerstoff enthalten, um das Aroma hervorzulocken!“

Für den besonderen Moment

Entscheidend für die Zubereitung: „Die Tee-Einwaage muss stimmen.“ Für losen Tee gilt: Ein Löffel pro Tasse. Praktisch für die Portionierung: Der Teebeutel. Er hat das Luxusgut zum Genussmittel für die Allgemeinheit gemacht. „Der Doppelkammerbeutel bietet genügend Platz für den Tee, um alle positiven Inhaltsstoffe im Wasser frei zu geben“, betont Peter Nimpisch, „der erste Teebeutel ohne Metallklammer wurde übrigens bei Meßmer entwickelt.“ **R. Vauseweh**



Meßmer Momentum

Am Kaiserakai 10, 20457 Hamburg
Tel.: 040 7367900-0
www.messmer-momentum.de
Öffnungszeiten täglich 11-20 Uhr



Auf den Spuren der Geschichte

Nah beim Michel steht das älteste Häuserensemble der Stadt. Fast 200 Jahre lang wohnten hier alleinstehende Frauen. Eine der kleinen Wohnungen kann besichtigt werden.

Sprossenfenster blicken in den Hof, überragt vom Turm des Michel. Drinnen ein schmaler Flur, blau-weißes Porzellan in einer Glasvitrine, den winzigen Tisch ziert ein Häkeldeckchen, ein Teppichklopper aus Rohr hängt an der Wand. Puppenstubenhaft klein, aber anheimelnd und gemütlich ist die Kramer-Witwen-Wohnung. Im Jahr 1676 ließen die Mitglieder des Krameramtes, eine Art Zunft der Hamburger Klein Händler, zehn dieser Wohnungen in der Neustadt errichten. Die wohlhabende Berufsorganisation

stellte sie den Witwen ihrer verstorbenen Amtsbrüder mietfrei zur Verfügung. „Diese Art der selbst organisierten Sozialversorgung hat in Hamburg eine lange Tradition“, erklärt Dr. Claudia Horbas, Abteilungsleiterin Kunst- und Kulturgeschichte des Museums für Hamburgische Geschichte. Ein weiterer Grund für eine Umsiedlung der Frauen: Die Ladengeschäfte mit ihren dazugehörigen Wohnungen wurden frei und konnten an neue Krämer vergeben werden. Die Fachwerkgebäude, die

sich um den Krayenkamp Nr. 10 gruppieren, bilden die älteste geschlossene Reihenhaussiedlung Hamburgs. 1866 übernahm die Stadt den Gebäudekomplex und nutzte ihn als Altenheim. 1933 wurde er unter Denkmalschutz gestellt und vor fast 50 Jahren vollständig saniert. Auf einer Tafel an einer der Backsteinmauern sind Balkenwaage und Elle zu sehen: Die beiden wichtigsten Messgeräte der Kramer Kolonialwarenhändler und sozusagen ihr Zunftzeichen. Zu ebener Erde laden inzwischen Geschäfte, ein

links: In der guten Stube ist die Zeit stehen geblieben.

rechts: Die Gastronomie in authentischem Ambiente lädt am Krayskamp 10 zum Verweilen ein.

rechts unten: Die mehrstöckigen Fachwerkgebäude bilden eine nicht nur bei Touristen beliebte Gasse.

ganz unten: Auf den schmalen Stiegen lässt sich das Lebensgefühl von einst besonders gut nachempfinden.



Die steile Treppe führt hinauf in die sogenannte gute Stube: „Da diese kaum benutzt wurde, schliefen die Frauen hier auch.“ Ein gusseiserner Ofen, Strickzeug wartet auf dem Sofa, als könne die Dame des Hauses jeden Moment zurück kommen. Sogar der passenden Wanddekoration hat man sich in der historischen Wohnung angenommen. „In der frühen Neuzeit leisteten sich die Bürger keine Tapete“, führt Dr. Claudia Horbas aus, „die Wände sind gestrichen und mithilfe von Schablonen im Stil der Zeit gestaltet.“

Eigenes Miniaturstadthaus

Durch die Luke im Dachboden wurden einst Holz und Torf als Brennstoff angeliefert. Die Holzgestelle vor dem Fensterchen boten eine gute Möglichkeit, die Wäsche zu trocknen. Kein elektrisches Licht, kein fließendes Wasser – bis zum Ende des 19. Jahrhunderts standen zwei Pumpen im Hof zur Verfügung. „Bei der Toilette galt damals: Eine für alle“, teilt der Stadtführer seiner Gruppe mit. Das stille Örtchen befand sich am Ende der schmalen Gasse. Der Hof bot Platz für Pflanzen, die eine oder andere Bank und einen gemütlichen Plausch zwischen Nachbarinnen. Hier lebten keine armen Leute, sondern Angehörige einer Mittelschicht, die zu ihrer Zeit einen großen Anteil an der großstädtischen Bevölkerung hatte. „Jede Witwe bewohnte sozusagen ihr eigenes Miniaturstadthaus“, sagt Dr. Claudia Horbas, „Tür an Tür mit Frauen aus der selben sozialen Schicht und dem gleichen Berufsstand.“ Das stärkte die Gemeinschaft, man half einander und war füreinander da. Der Stadtführer vor dem Museumseingang weiß allerdings auch von den Nachteilen der nachbarschaftlichen Enge zu berichten: „Männlicher Übernachtungsbesuch war hier nicht erlaubt!“ Da habe man sich sozusagen gegenseitig überwacht: „So dicht an dicht blieb nicht verborgen, wer bei den Nachbarinnen ein und aus ging!“ **R. Vauseweh**

Antiquariat, ein Teekontor und eine Galerie zum Stöbern ein. Eine der Türen aber öffnet sich für eine kleine Zeitreise: „Eine der zehn Kramer-Amts-Wohnungen wurde vom Museum für Hamburgische Geschichte als begehbare Museum hergerichtet“, sagt Dr. Claudia Horbas. Das Spezielle bei einer Besichtigung: „Als Besucher wird man selbst Teil der Geschichte“, führt die Abteilungsleiterin Kunst- und Kulturgeschichte aus, „diese Nähe kann über eine Ausstellung oder Filme nicht erreicht werden.“

Draußen in der Gasse hat ein Stadtführer seine Gruppe vor dem Museumseingang versammelt. Der kleine Raum neben dem Flur, „das war die Wohnstube für den Alltag, dort verbrachten die Bewohnerinnen die meiste Zeit“, erzählt der Ortskundige. Ums Eck die winzige Küche mit offenem Herd.

Historische Museen Hamburg – Kramer-Witwen-Wohnung

Krayskamp 10, 20459 Hamburg, Tel. 040 3750 1988, info@mhg.shmh.de
Eingeschränkte Öffnungszeiten wg. Sanierungsarbeiten zw. Januar und März, genaue Angaben unter www.shmh.de/de/kramer-witwen-wohnung

Gastronomie, Empfehlungen & Veranstaltungen

Mit „Why me? Why not?“ schreibt Liam Gallagher seine Erfolgsgeschichte weiter. Im September erschien das zweite Solo-Album des ehemaligen Oasis-Frontmanns – und schoss gleich in die Spitzenpositionen der hiesigen Charts. Bei seiner kleinen Deutschland-Tour, die ihn auch nach Hamburg führt, stehen aktuelle Songs sowie alte Hits auf dem Programm. Wer dabei sein möchte, sollte sich rechtzeitig Karten sichern. Am 5. Februar 2020 in der Sporthalle



Foto: Coda Agency

GASTRO TREND

Gaumenganoven

Im Herzen von Hamburg-Altona gibt es drei Ganoven, die „Dinger“ servieren. Das sind fluffige, leckere Teigbällchen, gefüllt mit allem, was das Herz begehrt. Das Ambiente ist locker und die offene Küche lädt zum Zuschauen ein.

Zeisehallen, Friedensallee 7 – 9
www.gaumenganoven.de

Der erdbeerfressende Drache

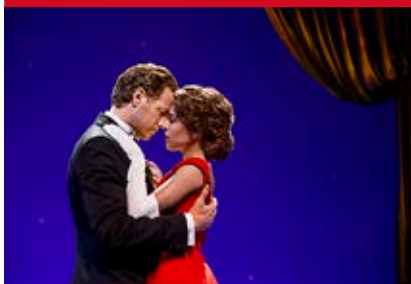
Ob Zander und Thunfisch, Rind und Räucheraal, Muscheln und Matcha oder Kürbis und Kokos – die Gerichte im Ottensener Lokal mit dem ungewöhnlichen Namen sind fantasievoll und vielseitig. Eine feine Weinauswahl rundet das Angebot ab.

Spritzenplatz 4
www.dererdbeerfressendedrache.de

Bistro Carmagnole

Auf der Karte des Bistros in der Sternschanze finden sich Klassiker der französischen Küche sowie erlesene Weine und exzellente Cocktail-Variationen. Der „Falstaff“-Guide wählte das Bistro Carmagnole 2019 unter die 500 besten Gasthäuser des Landes.

Juliusstraße 18, Tel. 040 40186115
www.carmagnole.kr

THEATER

Pretty Woman – Das Musical

Der romantische Kino-Stoff live auf der Musical-Bühne: Vivian und Edward kommen aus grundverschiedenen Welten – und verlieben sich wider Willen ineinander. Allen Hindernissen zum Trotz winkt am Ende natürlich das große Happy End. In den Hauptrollen: Patricia Meeden und Mark Seibert. Die Musik und Songtexte stammen von Weltstar Bryan Adams („Summer Of '69“, „Everything I Do“) und Jim Vallance.

Stage Theater an der Elbe: bis 11/2020, Mo 18:30 Uhr, Mi 19 Uhr, Do + Fr 19:30 Uhr, Sa 15 + 19:30 Uhr, So 14:30 + 19 Uhr

KINO

3 Engel für Charlie

Die neue Film-Adaption des erfolgreichen Serienstoffs aus den 1970ern trägt den Untertitel „Eine neue Welt braucht neue Engel“ – und muss den Vergleich mit den letzten Verfilmungen nicht scheuen. Actionreiche Komödie von Elizabeth Banks, mit Kristen Stewart, Naomi Scott und Ella Balinska in den Hauptrollen. Ab 2. Januar 2020 in den Kinos

Sonic the Hedgehog

Der blaue Igel Sonic, der die besondere Fähigkeit besitzt, mit Schallgeschwindigkeit rennen zu können, gilt weltweit als eine der populärsten Videospieldfiguren. In seinem Auftritt auf der großen Leinwand muss er den fiesen Dr. Eggman davon abhalten, die Weltherrschaft an sich zu reißen. Ab 20. Februar 2020 in den Kinos

Der wunderbare Mr. Rogers

Biopic über den populären US-Fernsehmoderator Fred Rogers, der vor allem mit seiner Kinderserie „Mr. Rogers' Neighborhood“ Berühmtheit erlangte. Mit Tom Hanks und Matthew Rhys in den Hauptrollen.

Ab 5. März 2020 in den Kinos

AUSSTELLUNG

Sagmeister & Walsh: Beauty

„Was ist Schönheit und warum fühlen wir uns von ihr angezogen?“ fragt sich das neue Ausstellungsprojekt von Stefan Sagmeister, dem in New York lebenden Superstar des Grafikdesigns. Gemeinsam mit Jessica Walsh stellt er ein visuell beeindruckendes Plädoyer für die Lust am Schönen vor. Eine Mischung aus Installationen und Beispielen aus Produktdesign, Stadtplanung, Architektur und Grafik animiert die Besucher*innen zum Sehen, Riechen und Fühlen. Das Best-of umfasst etwa 100 Objekte aller Gattungen. Museum für Kunst und Gewerbe, 15. Dezember 2019 bis 26. April 2020

PARTY
Ü-40-Party

„Sex, Drugs & Rock'n'Roll“ lautet ihr Motto. Doch keine Bange: Bei der regelmäßig stattfindenden Ü-40-Party in der Fabrik steht immer noch die Freude am Tanzen und an der Musik im Vordergrund. Zu Rock- und Dance-Classics sowie Chart-Hits aus mehreren Jahrzehnten wird hier ausgelassen gefeiert. Jeden 1. Samstag im Monat, Fabrik, ab 21 Uhr

Motorbooty!

Zwanzig Jahre Musikbeschallung vom Feinsten: Das DJ-Team von Motorbooty! trägt jede Samstagnacht aufs Neue dazu bei, dass der Molotow Club einer der beliebtesten Ausgehorte auf dem Kiez bleibt. Rock on! Jeden Samstag, Molotow, ab 23 Uhr

SHOW

Moving Shadows

Seit 40 Jahren setzen die „Mobilés“ neue Standards in einer der ältesten Kunstformen der Menschheit, dem Schattenspiel. Das aktuelle Programm des französischen Ensembles unter der Regie von Harald Fuß verspricht eine faszinierende Show voller Zauber und Poesie. Körper verschmelzen in artistischer Weise zu atemberaubenden Choreografien aus Licht und Schatten, unterstützt von mitreißender Musik. Ein Erlebnis für den Sehsinn. 18. März 2020, Laeiszhalle, großer Saal, 20 Uhr

KONZERTE
Die Happy

30. Dezember 2019, Große Freiheit 36

Jan Plewka singt Simon & Garfunkel

10. Januar 2020, Fabrik

Andrea Berg

17. Januar 2020, Barclaycard Arena

Ride

31. Januar 2020, Gruenspan

Esther Ofarim

2. Februar 2020, St. Pauli Theater

Sophie Zelmani

11. Februar 2020, Knust

Kaiser Chiefs

15. Februar 2020, Mojo Club

Max Herre

6. März 2020, Laeiszhalle

Viktoria Tolstoy

11. März 2020, Stage Club

Lordi

12. März 2020, Markthalle

James Blunt

14. März 2020, Barclaycard Arena

Simple Minds

16. März 2020, Sporthalle

Rabih Abou-Khalil

19. März 2020, Elbphilharmonie

Seasick Steve

31. März 2020, Uebel & Gefährlich



Vorhang auf 2020

Unser Partner **inkultur – BÜHNE FREI FÜR MEHR HAMBURG** hat uns für diese Spielsaison wieder ein interessantes, vielseitiges Angebot unterbreitet:

Staatsoper Hamburg

Sonntag, 16. Februar 2020
Beginn um 16 Uhr

LA TRAVIATA

Oper von Giuseppe Verdi in
italienischer Sprache

Francesco Maria Piave nach
Alexandre Dumas' Roman
„La Dame aux Camélias“
Inszenierung: Johannes Erath

Johannes Eraths Inszenierung von Verdis erfolgreichster Oper feierte 2013 in Hamburg eine überzeugende Premiere: „Das Update eines Klassikers mit viel verdientem Beifall“ (Hamburger Abendblatt). Die Geschichte um Prostitution und Liebe, Krankheit und Tod gab Verdi die Gelegenheit, sein großes Thema, die Liebe, die an gesellschaftlichen Bedingungen scheitert, neu zu formulieren.

Die Handlung beruht auf dem Roman „La dame aux camélias“ (Die Kameliendame) von Alexandre Dumas. Alfredo Germont verliebt sich in die an Schwindsucht erkrankte Kurtisane Violetta Valéry. Durch ihre Liebe begreift sie die Leere ihres bisherigen Lebens und lernt erstmals das bescheidene Glück kennen. Doch Alfredos Vater fordert Violetta auf, seinen Sohn zu verlassen, da der Ruf seiner Familie auf dem Spiel stehe. Sie gehorcht und lässt Alfredo unwissend zurück. Erst als sie im Sterben liegt, erfährt er die Wahrheit ...

Philharmonisches
Staatsorchester Hamburg

Chor der Hamburgischen Staatsoper

Musikalische Leitung:
Giampaolo Bisanti



Ohnsorg Theater

Samstag, 14. März 2020
Beginn um 16 Uhr

CHAMPAGNER TO'N FRÖHSTÜCK

Komödie von Michael Wempner
Inszenierung: Milena Paulovics
Ausstattung: Beate Zoff

Milena Paulovics, die in der letzten Spielzeit mit „De dresseerte Mann“ ihr Regiedebüt am Ohnsorg Theater gegeben hat, inszeniert diese herrlich schräge Komödie über die Hindernisse und Tücken einer ganz besonderen Rentner-WG.

Valentin ist aus dem Seniorenheim geflüchtet. Bei einer Wohnungsbesichtigung trifft er auf Marie, die nicht mehr bei ihrer Tochter wohnen will. In ihrer Not beschließen sie gemeinsam einzuziehen, die Miete wird geteilt. Doch das Zusammenleben der eigenwilligen Alten gestaltet sich schwieriger als erwartet. Hinzu kommt die ablehnende Haltung von Maries Tochter und Valentins Sohn, die wenig Verständnis für die neu gegründete Rentner-WG haben.

Mit Manfred Bettinger, Robert Eder,
Tim Ehlert, Sandra Keck,
Beate Kiupel, Meike Meiners, u.a.

Ernst Deutsch Theater

Samstag, 4. Juli 2020
Beginn um 15:30 Uhr

SECHS TANZSTUNDEN IN SECHS WOCHEN

Schauspiel von Richard Alfieri
Regie: Anatol Preissler
Kostüme: Elisabeth von Cramm

Die Schauspieler Gila von Weitershausen und Mark Weigel zeigen in dieser charmanten Komödie einen humorvollen Pas de deux mit hinreißenden Tanzeinlagen. In leichtfüßigen Dialogen erzählt das Stück von zwei gegensätzlichen Charakteren, die sich bei gemeinsamen Tanzstunden näher kommen.

Lily Harrison, Gattin eines erkonservativen Baptistenpredigers, gut situiert, engagiert über die Agentur „Sechs Tanzstunden in sechs Wochen“ einen privaten Tanzlehrer. Mit Michael Minetti, einem ehemaligen Broadwaytänzer und temperamentvollen Italiener, prallen zwei Welten aufeinander. Bald wird klar, dass jeder für sich eine Lebenslüge konserviert hat und ängstlich bemüht ist, sich bloß keine Blöße zu geben. Getragen vom Rhythmus des Swing, Tango, Wiener Walzer, Foxtrott und Cha-Cha-Cha entwickelt sich, für beide unerwartet und fast gegen ihren Willen, langsam so etwas wie Vertrauen. Aus dem Tanzlehrer wird ein Tanzpartner ...



Komödie Winterhuder Fährhaus

Samstag, 9. Mai 2020
Beginn um 15:30 Uhr

ALLES WAS SIE WOLLEN

Von Matthieu Delaporte und
Alexandre de la Patellière
Regie: Herbert Herrmann

Die romantische Komödie aus der Feder des französischen Autorenduos Matthieu Delaporte und Alexandre de la Patellière (u. a. „Der Vorname“) spielt mit Illusion und Wirklichkeit.

Lucie, eine erfolgreiche Theaterautorin, hat eine Schreibblockade. Bisher lieferte ihr missglücktes und chaotisches Privatleben den Stoff für ihre Stücke. Doch jetzt ist sie glücklich und

jegliche Inspiration zum Schreiben fehlt – das Papier bleibt weiß. Das Leben meint es gut mit ihr und eine defekte Badewanne führt zu einer Begegnung mit Thomas, ihrem Nachbarn. Beide kommen einander näher und entwickeln einen gewagten Plan, um Lucies Kreativität wiederzubeleben.

Mit Herbert Herrmann
und Nora von Collande

Foto: Franziska Strauss

Die Karten für die vorgenannten Veranstaltungen können **nur insgesamt als Abonnement und von Mitgliedern des Aktive Nachbarschaften e.V. inkl. Begleitung** bestellt werden! Der Preis hat sich in diesem Jahr leicht erhöht, jedoch das Hamburger Unternehmen **inkultur** gewährt uns eine Provision, so dass der Abonnement-Preis **von**

110,75 € auf 103,00 € ermäßigt wird. Ein wirklich günstiges Angebot, bei dem Sie zugreifen sollten! Den Theater-Abo-Preis von **103,00 € pro Person** überweisen Sie bitte mit Namensangabe bis spätestens zum **Dienstag, den 14. Januar 2020** auf das Konto des Aktive Nachbarschaften e.V. bei der Hamburger Sparkasse.

Der Versand der Eintrittskarten, wird rechtzeitig vor den jeweiligen Aufführungen von unserem Vertragspartner **inkultur – BÜHNE FREI FÜR MEHR HAMBURG** an Ihre jeweilige Adresse vorgenommen!

**Viel Spaß wünschen Ihnen
Ihre Aktive Nachbarschaften e.V.**



Wichtige Treffpunkte 2020: Wer trifft sich wann und wo?

Stadtteil	Wo?	Wann?	Wer?	Kontakte
Barmbek Nord	Gemeinschaftsraum Elligersweg 17	Jeden 3. Do. im Monat um 14:30 Uhr	Gruppe Barmbek/ Bramfeld	Frau Kuhnert, Tel. 0173 2446902
Bramfeld	Gemeinschaftsraum Haidlandsring 2a	Jeden 4. Di. im Monat um 15:00 Uhr	Gruppe Haidlandsring	Frau Volkert, Tel. 5362780
Eilbek	Gemeinschaftsraum Schellingstraße 70	Jeden 4. Mo. im Monat um 15:00 Uhr, Pause von Mai bis August	Gruppe Eilbek	Frau Greif, Tel. 6020676
Farmsen	Claudias Vereinshaus Berner Heerweg 187 b - U-Bahn Farmsen -	Jeden 3. Mi. im Monat um 15:00 Uhr, Pause im Juli und August	Gruppe Farmsen/ Buchnerweg	Herr Parke, Tel. 6437351 Herr Lahtz, Tel. 6434595
Hummelsbüttel	Gemeinschaftshaus Tegelsberg 46	Jeden 1. Mi. im Monat um 15:00 Uhr	Gruppe Tegelsberg	Frau Schroller, Tel. 6025893 Frau Siedler, Tel. 6025605
Rahlstedt	Gemeinschaftsraum Boltenhagener Str. 14	Jeden 2. Do. im Monat um 15:00 Uhr, Pause im Juni und Juli	Gruppe Rahlstedt	Herr und Frau Brummund, Tel. 6472547
Wandsbek-Gartenstadt	Rolfinkstraße 8-10 „Cafe Reinhardt“ S-Bahn Wellingsbüttel	Treffen und Uhrzeit nach Absprache!	Gruppe Eydtkuhnenweg	Frau Bock, Tel. 6935971
Barmbek Süd	Pfenningsbusch 28 Gebäude im Innenhof	Jeden 2. Mo. im Monat um 14:30 Uhr	Hofsänger vom Pfenningsbusch	Herr Baar, Tel. 2003606 Frau Brokmann, Tel. 2003560
Winterhude	Treffpunkt nach Absprache!	Jeden 3. Di. im Monat um 15:00 Uhr	Gruppe Winterhude	Frau Paulun, Tel. 0172 6834664 Frau Langsdorff, Tel. 7005993

Klatsch und Tratsch

Klatsch und Tratsch findet einmal im Monat, 15:00 – 18:00 Uhr im Haus der Baugenossenschaft Dennerstraße-Selbsthilfe eG statt. Kreuzen Sie einfach Ihren Wunschtermin an und senden Sie den Abschnitt an:

Aktive Nachbarschaften e. V., Hufnerstraße 28, 22083 Hamburg.


 Treff 20. Januar 2020

 Treff 28. Februar 2020

 Treff 27. März 2020

 Treff 24. April 2020

Klatsch und Tratsch
Klatsch und Tratsch
Klatsch und Tratsch
Klatsch und Tratsch

Name, Vorname

Name, Vorname

Name, Vorname

Name, Vorname

Mit wem? (Name)

Mit wem? (Name)

Mit wem? (Name)

Mit wem? (Name)



Beratungsangebote in Hamburg: Pflegestützpunkte

Die Wohnberatung der BDS richtet sich an unsere Mitglieder, bei denen sich aufgrund des Alters oder aus gesundheitlichen Gründen die Ansprüche an die eigene Wohnung oder das Wohnumfeld verändern. Das Beratungsangebot hat das Ziel, dass betroffene Mieterinnen und Mieter so lange wie möglich selbständig in der Wohnung und im Quartier bleiben können, auch wenn sich Bedürfnisse oftmals grundlegend ändern. Oft lässt sich beispielsweise die Wohnung unkompliziert mit Hilfsmitteln, wie Haltegriffen, ausstatten. Auch die Nutzung eines Hausnotrufs oder Gespräche mit ehrenamtlichen Besuchsdiensten können dazu beitragen, dass ein weitestgehend eigenständiges Wohnen in den eigenen vier Wänden trotz gewisser Einschränkungen möglich bleibt.

Häufig erreichen mich auch Fragen rund um das Thema Pflege, nicht nur von unseren Mitgliedern, sondern in vielen Fällen auch von Angehörigen. Im Rahmen meiner Weiterbildung zur zertifizierten Wohnberaterin habe ich einen Tag lang einen Mitarbeiter eines Pflegestützpunktes begleiten dürfen und habe so einen sehr guten Einblick in die Arbeit dieser Beratungsstelle gewinnen können.

Die Pflegestützpunkte sind, wie die Seniorenberatung auch, in den sieben Hamburger Bezirken angesiedelt. Das Beratungsangebot richtet sich an hilfe- und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen im jeweiligen Bezirk. Die Beratung kann vor Ort im Pflegestützpunkt stattfinden, in vielen Fällen kommen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aber auch zu den Ratsuchenden nach Hause. Bei meiner Hospitation im Pflegestützpunkt habe ich den Mitarbeiter auf seinen zahlreichen Hausbesuchen begleitet. Bei den meisten Besuchen ging es tatsächlich um Fragen rund um die Beantragung eines Pflegegrads. Ich schätze den Kontakt zu den Pflege-



Häufige Fragen vor der Beantragung eines Pflegegrads

- Wie und wo stelle ich den Antrag auf Leistungen der Pflegekasse?
- Wo bekomme ich Hilfe beim Ausfüllen des Antragsformulars?
- Wie läuft die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung ab?
- Wie wird der Pflegegrad ermittelt?
- Was mache ich, wenn die Pflegekasse den Antrag ablehnt?

All diese Fragen können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflegestützpunkte nicht nur beantworten, sie unterstützen beispielsweise sogar beim Ausfüllen des Antrags.

Weitere Beratungsthemen:

- Möglichkeiten der Pflege in der eigenen Wohnung
- Suche nach einem geeigneten Heimplatz
- Finanzierung von Umbaumaßnahmen
- Nutzung von Senioren-Betreuungs- und Begleitdiensten
- Hilfemöglichkeiten im Haushalt

stützpunkten in den Bezirken, in denen die BDS Wohnungsbestand hat. Ich kann mich dort entweder selbst über viele Themen informieren oder aber unsere Mieterinnen und Mieter oder deren Angehörige an diese Stellen verweisen.

Zu zahlreichen Hausbesuchen bei unseren Mitgliedern im Rahmen der Wohnberatung habe ich auch schon eine Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter der Pflegestützpunkte hinzugezogen. Die Beratungskräfte werden von den Pflegekassen und den

Bezirksämtern gestellt und verfügen in der Regel über eine lange Berufserfahrung und somit ein großes Expertenwissen. Eine Vernetzung mit den Pflegestützpunkten und anderen Institutionen ist im Rahmen eines qualifizierten Mitgliederservice unerlässlich. Von ihr profitieren dann in erster Linie natürlich unsere Mitglieder.

Christina Moje

Mehr Informationen unter:

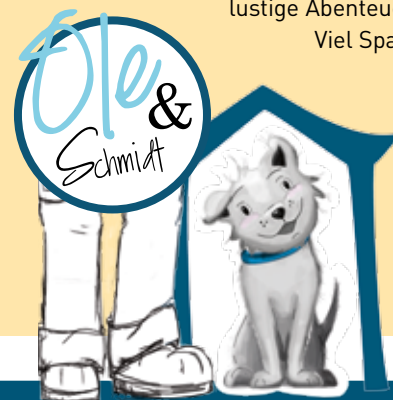
www.hamburg.de/pflegestuetzpunkte



Endlich schlechtes Wetter!

Dunkel, kalt und nass? Beste Voraussetzungen, um sich mit Eltern, Geschwistern, Freunden oder der Familie Zeit für ein Brettspiel zu nehmen!

Ole & Nachbar Schmidt
erleben in
jeder Ausgabe
lustige Abenteuer.
Viel Spaß!



Ole will nicht raus

„Wau“, sage ich.

„Moin“ sagt Nachbar Schmidt.

„Geht Schmidt nach draußen komm' ich nicht mit.“

Seit Neustem steht dort dann und wann ein dicker, großer, runder Mann. Ganz weiß mit schwarzen Augen, als Spielgefährte wird der nix taugen!

Ole – am Fenster, hinter der Vase – guckt misstrauisch auf dessen Nase. Spitz ist sie und furchtbar lang, Ole traut sich kaum zum Hauptausgang.

Doch dann gibt er sich einen Ruck, sagt sich selbst „Komm, Ole, guck! Mit diesem dicken Kugelbauch, steht der Mann doch auf dem Schlauch.“

Damit kann er doch nicht rennen, höchstens flennen oder pennen. Kann nicht hüpfen, jagen, toben. Ole kann das. Man sollt' ihn loben.

So rennt er tapfer kreuz und quer, vor, hinter und neben dem Schneemann her. Nachbar Schmidt sagt: „Jetzt geht's rund. Ole, mein bester Lawinenhund!“

Frohes Fest!
Euer Ole



Go – Der Renner seit über 2.000 Jahren

Das Spiel Go ist für zwei Spieler, stammt aus Asien und ist mehrere tausend Jahre alt. Mittlerweile spielen es Millionen Menschen auf der ganzen Welt. Beim Go können auch Spieler, die das Brettspiel noch nicht so gut können, gegen Profis antreten: Schwächere Spieler erhalten zu Beginn des Spiels sogenannte Vorgabesteine, eine Art kleinen „Vorsprung“. Bei unterschiedlich starken Spielern sind die Siegchancen damit ausgeglichener.

www.dgob.de



Tal der Wikinger – Das Kinderspiel des Jahres 2019

Wenn im Tal der Wikinger das alljährliche Fässerkegeln stattfindet, müssen die Spieler Mut, Geschick und vor allem Risikofreude beweisen, um mit der Kugel die richtigen Fässer umzuwerfen und möglichst viele Goldmünzen zu sammeln. Wer es schafft, durch geschicktes Kegeln seine Wikinger gut auf dem Steg zu positionieren und die meisten Goldmünzen zu erbeuten, gewinnt das Spiel. Tal der Wikinger hat in diesem Jahr die Auszeichnung „Kinderspiel des Jahres“ erhalten.

www.haba.de



Mensch-ärgere-Dich-nicht – Ein rekordverdächtiges Spiel

Wer bringt seine vier Spielfiguren als erster ins Ziel? Mensch-ärgere-Dich-nicht ist sicherlich eines der bekanntesten Brettspiele. Im August nächsten Jahres soll es sogar eine Weltmeisterschaft geben. Es gibt auch einen Weltrekord rund um das Spiel: 2017 haben in Amberg, einer Stadt in Bayern, 1.692 Menschen gleichzeitig Mensch-ärgere-Dich-nicht auf 375 Spielbrettern gespielt.

www.schmidtspiele.de



Brettspiele testen:



Die Bücherhallen Hamburg bieten eine große Auswahl an Brettspielen an, die sich ausleihen lassen. Mehr unter: www.buecherhallen.de/games.html



Weihnachtstipps



Henri und Henriette feiern Weihnachten

Cee Neudert,
Christiane Hansen

Hahn Henri und Henne Henriette leben mit ihren vier Küken auf dem gemütlichen Bauernhof und freuen sich auf gemeinsame Weihnachten. Für das schönste Fest im Jahr will Henri alles perfekt vorbereiten, und so schreibt er sich eine Liste. Von niemandem will sich Henri helfen lassen, und das führt zu einer ganzen Menge lustiger Verwicklungen! Ein tolles Bilderbuch, dessen unzählige Details beim Vorlesen nicht nur die Kleinen begeistert.

ISBN 9 783 522 459 136



Hygge Christmas: Die schönsten Rezepte & Bräuche für ein skandinavisches Weihnachtsfest

Brontë Aurell

Skandinavien ist weiterhin im Trend und was passt besser zur (Vor-) Weihnachtszeit als das dänische Wort „hygge“, das mit „Wohlbefinden verbreitend“ übersetzt werden kann? Mit rund 80 süßen und salzigen Rezepten kann man seiner Weihnachtszeit einen kleinen skandinavischen Anstrich geben und bekommt durch kleine Texte zwischendrin einen guten Eindruck, wie unsere nordischen Nachbarn diese Zeit verbringen.

ISBN 9 783 959 612 586



Weihnachten für die ganze Familie: kochen, backen und basteln im Advent

Margarethe Brunner

Alles rund um Weihnachten in einem Buch: Neben zahlreichen Rezepten (klassisch und ausgefallener), bietet dieses Buch auch sehr schöne Bastel- und Dekoideen oder Gedichte, um festliche Stimmung aufkommen zu lassen. Und für alle, denen noch Geschenke fehlen gibt es ein kleines Kapitel mit einer Auswahl an Rezepten zum Verschenken. So kommt man sicher gut durch die kalten Dezemberwochen.

ISBN 9 783 833 866 999

Leonie Hintz, Bücherhalle Barmbek



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: Sebastian Meyer,
Christina Moje, Janet Petersen

Telefon: 040 20200-630

E-Mail: mitgliederservice@bds-hamburg.de

Wohnberatung für Senioren und Menschen mit Handicap

Ansprechpartnerin: Christina Moje

Telefon: 040 20200-321



Mein Hamburg. Mein Netz.

ALLE TARIFE
MONATLICH
KÜNDBAR!

Wussten Sie schon? Als willy.tel-Kunde haben Sie die Möglichkeit ebenfalls unsere Mobilfunk-Tarife zu nutzen – ganz einfach und günstig:

Zum Beispiel der All-Inclusive-Tarif für Rund-um-die-Uhr-Nutzer für nur **17,90 €** monatlich (**mobil.allnetflat LTE**). Oder einfach nur der flexible Baukasten-Tarif für **1,00 €** im Monat (**mobil.basic**), der sich individuell anpassen lässt.

Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern!



0800 - 333 44 99 (kostenlos)



www.willytel.de