



KONTORHAUS JOURNAL

Rund ums Hamburger Kontorhausviertel



Neues im Quartier

- Ohne Zeichnung ist nichts
- IG mit neuer Website
- Kundige Führung durchs Quartier

Die Reportage

- Den letzten Weg gemeinsam gehen

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

herzlich willkommen zur Sommerausgabe Ihres Kontorhausjournals. Das Quartier mausert sich mehr und mehr zu einem der wichtigen Galeriestandorte in der Hansestadt. Mit der Galerie Meliki Bilir und Kramer Fine Arts stellen wir Ihnen zwei interessante Newcomerinnen vor - junge Unternehmerinnen, die ihre Leidenschaft für die Kunst zum Beruf gemacht haben. Eine Bildstrecke im Kulturteil zeigt Ihnen außerdem, was zur Frühjahrseröffnung der Galerien rund um Sprinkenhof und Chilehaus zu sehen war.

Und es gibt Neuigkeiten von der Interessengemeinschaft Kontorhausviertel. Mit dem neu konzipierten Internetauftritt will die IG denen, die im Quartier arbeiten oder leben, noch mehr Möglichkeiten bieten, sich zu informieren und Kontakte zu knüpfen.

Die meisten von Ihnen kennen wahrscheinlich die Lesereihe, die ein emsiger Kreis von Engagierten organisiert. Unser Reporter Jan Heitmann hat das Kinderhospiz „Sternenbrücke“ besucht, das mit den Erlösen aus der Lesereihe unterstützt wird. Gerade die beispielhafte Arbeit, die dort geleistet wird, möchten wir Ihrer Aufmerksamkeit empfehlen.

Und wie immer an dieser Stelle geht unser Dank an alle, die unsere Recherchen unterstützt haben, sowie an die Unternehmen, die uns in dieser Ausgabe ihr Vertrauen geschenkt haben.

Ihr CityMedia Team

Es tut sich mal wieder was im Kontorhausviertel!

...nicht nur, dass sich in den vergangenen Monaten erfreulich viele neue Galerien angesiedelt haben. Dies wird nicht nur dem Anspruch unseres Quartiers gerecht, sondern wird auch dessen Niveau über seine Grenzen hinaus verbreiten. Auch hat die IG ihre Internetseite fertig gestellt, um nicht nur den Mitgliedern, sondern auch allen Interessierten eine Plattform zur Kommunikation, zum Kennenlernen wie auch zur Selbstdarstellung zur Verfügung zu stellen. Schauen Sie also `mal rein.... Aber auch in der Gastronomie scheint es einen Wandel zu geben.

Wie der Tagespresse entnommen werden konnte, hat sich unser Mitglied Gisela Nieto, die mehr als 20 Jahre lang das Restaurant „Weinhexe“ geführt hat, schweren Herzens von ihrer „Heimat“ getrennt und die „Weinhexe“ in neue Hände gelegt. Christian Rach - mit seinem Tafelhaus an der Elbe einer der führenden Hamburger Gastronomen und durch die RTL-Sendereihe „Rach, der Restauranttester“ in den Focus der Öffentlichkeit gerückt - zeichnet nunmehr mit einem völlig neuen Konzept für die „Weinhexe“ verantwortlich. Wir, die Interessengemeinschaft Kontorhausviertel e. V., haben seine Verlautbarung, mit dem Konzept der neuen Gastronomie auch unser Quartier abends zu einem Anziehungspunkt machen zu wollen, besonders gern gehört; kämpfen doch auch wir schon seit Jahren um eine nachhaltige Belebung des Kontorhausviertels. Die Interessengemeinschaft wünscht Herrn Rach daher viel Erfolg bei der Umsetzung seiner Ziele. Vielleicht ergibt sich ja auch eine fruchtbare Zusammenarbeit.

Ihr Axel Friederici

Inhalt

4

Neues im Quartier

- Ohne Zeichnung ist nichts
- IG mit neuer Website
- Kundige Führung durchs Quartier

6

Menschen und Geschichten

- Und ewig grüßt der Christian

7

Die Reportage

- Den letzten Weg gemeinsam gehen

9

Gestern und Heute

- Bürgerkrieg am Schopenstehl

10

Auf einen Blick

- Wo finde ich was? (Quartiersplan und Lage der Unternehmen)

13

Essen und Geniessen

- Hier gibt's was auf den Löffel - 10 Jahre Soup City

14

Die Kaufmannsseiten

- Zum Frühstück im Chilehaus

15

Gesundheit und Wellness

- Gewusst wie: Richtig schwitzen

16

Kunst und Kultur

- Kunstschau im Quartier
- Galerie Kramer Fine Art - Look For The Dark Star
- Lesereihe Kontorhausviertel

19

Tipps und Termine

Impressum



Galerie Melike Bilir

OHNE ZEICHNUNG IST NICHTS UND ZWAR FÜR KEINEN

Ein großes Schaufenster lässt freie Sicht in die Galerie Melike Bilir am Klosterwall 4. Fußgänger, die geschäftig durch das Viertel eilen, können flüchtige Blicke auf die derzeitige Ausstellung „OHNE ZEICHNUNG IST NICHTS UND ZWAR FÜR KEINEN“ erhaschen.

Diese Reihe soll beweisen: Zeichnungen sind weit mehr, als eine untergeordnete Stilrichtung und widmen sich dem Gedanken, dass Künstler ohne diese Ausdrucksart „nichts“ wären - und somit wären sie das dann auch für jeden anderen. Dieses Motto stellt eine interessante Herangehensweise dar und bündelt so die Aufmerksamkeit auf diese künstlerische Disziplin.

Die 28-jährige Galeristin Melike Bilir findet, es sei „eine ruhige Ausstellung“, sie habe bewusst Künstler ausgewählt, „die ein wenig älter sind“. Die junge Frau lächelt und erklärt, was sie in den Arbeiten von Aleksandar Kolenc, Günther Rost, Andrea Tippel und Jan Voss sieht. Außerdem achtet sie darauf, dass sie sich nicht „nur“ Hamburger Kunstschaffenden widmet. Verfolgt sie dabei ein bestimmtes Konzept? „Nein, eigentlich nicht, doch bietet es sich gerade nach dieser Ausstellung an, etwas Kontrastvolles zu präsentieren“. Abwechslungsreichtum

ist Bilir somit sehr wichtig, genauso wie ein freundschaftliches Verhältnis zu den Menschen, deren Werke sie beherbergt. „Schließlich verbringe ich sehr viel Zeit hier in den Räumen und ich will mich hier auch wohl fühlen“, lacht sie.

In Göttingen hat sie Kunstgeschichte studiert und kam dann nach Hamburg, um 2001 in der Hansestadt Kommunikationsdesign zu studieren. Dann brachte sie Herr Zufall in die Richtung, in der sie sich mittlerweile fest etabliert hat: 2007 jobbte die Studentin in einem Kino in der Innenstadt, welches abgerissen werden sollte. Die Ladenräume im Eingangsbereich des Gebäudes durften nicht mehr kommerziell genutzt werden, so brachte Bilir dort in drei Räume einfach Kunst herein. Mit „Walk of Fame“ fand das Kind schnell einen Namen, denn zu jeder Ausstellungseröffnung wurde stilecht ein roter Teppich ausgerollt. Bald musste Bilir weiter ziehen und verlagerte das Ganze nach St. Georg in Hamburg-Mitte. Aber auch hier war die Zeit begrenzt – nach nur einem Jahr war sie wieder auf der Suche nach neuen Räumen. Diese hat sie nun gefunden und fühlt sich an dieser Adresse gut aufgehoben.

Janine Luzak



Melike Bilir eröffnete 2007 ihre erste Galerie. Foto: Janine Luzak

Interessengemeinschaft mit neuer Website

Seit kurzem ist der neue Internetauftritt der Interessengemeinschaft Kontorhausviertel online. Das Kontorhausjournal sprach mit Quartiersmanagerin Edda Prenz.

KJ: Was hat die IG bewogen, die Internetpräsenz des Kontorhausviertels neu zugestalten?

Edda Prenz: Wir möchten eine Plattform schaffen, auf der sich Interessierte umfassend informieren können. Hier können Anwohner und Geschäftsleute erfahren, wo der nächste Schuster ist oder wer den leckersten Mittagstisch macht. Auch für Touristen und Kulturinteressierte bieten wir in der neuen Rubrik „Sehenswertes“ viele interessante Informationen.

KJ: Wer hat den neuen Auftritt konzipiert?

Edda Prenz: Das Layout wurde gemeinsam mit dem im Montanhof ansässigen Unternehmen postalö entwickelt. Die Inhalte werden durch das Quartiersmanagement gepflegt.

KJ: Was ist neu am Web-Auftritt der IG?

Edda Prenz: Neu ist erst einmal die frische Optik und das breitere Spektrum an Informationen. Alle ansässigen Unternehmen können kostenlos ihre Kontakte hinterlegen und auf ihre Veranstaltungen aufmerksam machen.

Sind Unternehmen Mitglied der IG, können sie zusätzlich ihre eigene Präsenz mit Fotos gestalten und mit ihren Kontaktdaten verlinken - außerdem können IG-Mitglieder unser Netzwerk mit Login-Bereich nutzen. Das wird die Unternehmen im Viertel noch enger miteinander verbinden.



Kümmert sich um die Belange des Quartiers: Edda Prenz.
Foto: Edda Prenz / IG

Kundige Führungen durchs Quartier

Das Quartiersmanagement des Kontorhausviertels präsentiert allen Freunden des Kontorhausviertels mit Freude den neu konzipierten zweistündigen Rundgang

“Das Kontorhausviertel mit allen Sinnen – Entdecken! Erleben! Genießen!“

In Kooperation mit den Hamburger Gästeführerinnen Christina Linger und Barbara Heyken sowie Partnern aus Gastronomie, Einzelhandel und Galerieszene des lebendigen Viertels zwischen Tradition und Innovation ist ein kurzweiliges Rundgangskonzept ins Leben gerufen worden, das alle Sinne anspricht. Hier mal kurz schauen, dort riechen, ein wenig später probieren – ein Genuß, den keiner so schnell vergessen wird - gewürzt mit einem guten Schuß Information zur Historie und aktuellen Entwicklungen des alten, neuentdeckten Quartiers zwischen Innenstadt und Hafencity.

Gönnen Sie sich zwei erlebnisreiche Stunden! Seien Sie herzlich willkommen!

Ab Juni 2010 finden monatlich an folgenden Tagen Führungen jeweils von 16.00 bis 18.00 Uhr statt:

24. 06., 15. 07., 12. 08., 02. 09., 23. 09., 14. 10. 2010

Start: St. Jacobi-Kirche
Ende: Kattrepel / „Laufauf“

Preis pro Person 10,- Euro

Um vorherige verbindliche Anmeldung wird gebeten.
Wir freuen uns auf Sie!

Informationen und Buchungen unter:

IG Kontorhausviertel e.V.
Edda Prenz (Quartiersmanagerin)

040 / 41 45 49 50
fuehrung@kontorhausviertel.com

T A X A T

STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT MBH & CO. KG

Chilehaus A · Fischertwiete 2
20095 Hamburg

Telefon 040 / 80 80 52-0

www.taxat.de

Und täglich grüßt der Christian

Wenn man es nicht besser wüsste, könnte man glatt meinen, es wäre „Murmeltiertag“. In der Komödie „Und täglich grüßt das Murmeltier“ gerät Bill Murray in die Fänge des sich ständig wiederholenden Ablaufs ein- und desselben Tages. Und nun hier. Im Kontorhausviertel. Ein bedeckter Tag, es ist Mai, Regen. Da steht der junge Mann immer an der gleichen Stelle, immer zur gleichen Uhrzeit und verkauft die aktuelle Ausgabe von „Hinz & Kunzt“, das Hamburger Straßenmagazin. Meist laufen wir vorbei, aber diesmal nicht.

Christian verkauft seit drei Jahren „Hinz & Kunzt“. Für ihn ist das Straßenmagazin mehr als das, was es ohnehin schon ist. Die Rettung? Eher Hoffnung auf Rettung durch sich selbst. „Dank der Leute bei Hinz & Kunzt bin ich nach sechs Jahren an der Spritze auf Polamidon umgestiegen. Von ihnen habe ich erst davon erfahren“, sagt Christian.

Polamidon ist eine Form des Methadons, dem Substitutionsmittel, das in der Behandlung von Heroinabhängigen eingesetzt wird. Dadurch entfallen Entzugserscheinungen und mit sukzessiver Reduktion der Dosierung kann ein drogenfreies Leben winken. Seit drei Jahren holt sich der 27-jährige jeden Morgen um 9.30 Uhr seine Tagesdosis ab. Eine Reduzierung fand bislang nicht statt. Christian gilt als unbequem. Schon immer. Und so verlief auch sein Leben bis heute. Seine Eltern kennt er nicht, er wächst bei Pflegeeltern auf, in Heimen. Und im Heim bleibt er, bis er über das Hamburger Jugendprojekt „Sozialarbeit und Segeln“ mit dem Schiff auf eine große Reise geht. New York und Mexiko sind die Anlaufstellen. Der Stress auf dem Schiff ist groß: „Nachtwachen, manchmal nur



Christian mit einer Ausgabe Hinz&Kunzt. Foto: Christian Busemann

Provisionsfreie Vermietung

040.36 17-43 82

Allianz 

Allianz Real Estate

Germany GmbH

Niederlassung Nord

Joachimstaler Straße 12

10719 Berlin

www.sprinkenhof-hamburg.de

GERADLINIG. KLASSISCH. ZEITLOS.



BÜROS IM sprinkenhof

IM KONTORHAUSVIERTEL HAMBURG

zwei Stunden Schlaf und jede Menge harte Arbeit. Es hieß, es solle gut für uns sein, aber das war schon krass“, resümiert Christian, der in Mexiko schließlich ausbücht. Dort beginnt der Absturz: In Hafenkneipen schnupft er mit 16 Jahren zum ersten Mal Koks. Die Mexikaner schicken ihn zurück. In Hamburg steuert er ziellos umher. Als 18-jähriger „macht er Platte“, heißt, er schläft irgendwo draußen im Schlafsack auf Zeitungen. Er verschuldet sich, klaut, um sich sein tägliches Heroin leisten zu können. Dann kommt nach fünf Jahren auf der Straße wie aus dem Nichts der Hinweis auf „Hinz & Kunzt“.

Endlich was zu tun. Ein bisschen zumindest. Arbeit bringt Struktur, gibt Halt. Der gebürtige Niedersachse lebt seit drei Jahren nicht mehr auf der Straße, sondern in einem Zweibettzimmer in einem Wohnheim in Stellingen, Bornmoor. Täglich steht er bis nachmittags im Kontorhausviertel, teilweise nach einer kurzen Pause bis zum frühen Abend. Dann fährt er nach Hause, kocht sich Nudeln mit Soße und trinkt ein oder zwei Bier. Dazu ein bisschen Fernsehen. So läuft jeder Tag ab. Christian lebt von 359 Euro im Monat, Hartz 4. Davon zahlt er sein HVV-Ticket, sein Polamidon, Trinken, Essen, Arzt, Klei-

dung, einfach alles. Dazu summieren sich noch Altlasten, jede Menge Schulden aus seiner beschaffungskriminellen Zeit, die er monatlich abzahlt. Seiner Verantwortung ist er sich bewusst. Vom Arbeitsamt hat er lange nichts mehr gehört, Funkstille in der Realität, Gärtner oder Tierpfleger ist er dafür in seinen Träumen.

Was in „Und täglich grüßt das Murmeltier“ Bill Murray allmählich verrückt werden lässt und als Komödie gemeint ist, ist für Christian ein zerbrechliches Korsett, das ihn am Leben erhält. Kommen irgendwann noch eine Wohnung und ein Job dazu, dann wird er vielleicht auch mal wieder lachen können. Wie man es bei Komödien tut: So herzlich.

All seine Hoffnungen liegen erst einmal weiterhin im Verkauf von „Hinz & Kunzt“. „Jetzt kommt der Sommer. Da kaufen die Leute wieder mehr Hefte“, sagt Christian. Der Wind hat mittlerweile nachgelassen und die geschlossene Wolkendecke bricht stellenweise auf. Allmählich lässt sie wieder den blauen Himmel zum Vorschein kommen. Es wird wärmer.

Christian Busemann

Die Reportage

Den letzten Weg gemeinsam gehen

Das Kinder-Hospiz Sternenbrücke betreut unheilbar kranke Kinder

Es ist eine Nachricht, die jede Familie bis ins Mark erschüttert und tiefe seelische Wunden schlägt: Ein Kind ist unheilbar krank und wartet auf den Tod. Noch vor nicht einmal zwei Jahrzehnten blieben die Betroffenen mit dieser schrecklichen Gewissheit und den psychischen und körperlichen Belastungen, die diese extremen Lebensumstände mit sich bringen, sich selbst überlassen. In dieser Situation jedoch benötigen die gesamte Familie, die Eltern und auch die Geschwisterkinder des erkrankten Kindes Hilfe und Unterstützung von entsprechend ausgebildeten Fachkräften. Heute gibt es für sie derartige Hilfsangebote. In Kinder-Hospizen stehen Kinderkrankenschwestern und -pfleger, Schmerztherapeuten, Trauerbegleiter und Sozialarbeiter bereit, um die unheilbar und lebensverkürzend erkrankten Kinder sowie ihre Eltern auf ihrem schweren Weg zu begleiten und sie seelisch und körperlich zu entlasten. Ein Hospiz, abgeleitet vom lateinischen Begriff *hospitium* (Herberge), ist eine Pflegeeinrichtung der Sterbebegleitung, die Todkranke in ihrer letzten Lebensphase im Sinne der Palliativpflege umfassend versorgt. Es gibt ambulante, teilstationäre und stationäre Hospizeinrichtungen. Da die Erholung der Eltern und die Zuwendung an die Geschwisterkinder wegen der intensiven Pflege des erkrankten Familienmitglieds häufig vernachlässigt werden, bieten Kinder-Hospize den Eltern die Möglichkeit, sich vorübergehend aus der Pflege herauszunehmen und ihr Kind in die Obhut von professionellen Pflegern zu geben.

Seit sieben Jahren hilft in Hamburg das Kinder-Hospiz Sternenbrücke Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die wegen der besonderen Schwere ihrer Krankheit stark



Das Hospiz bietet Raum für den Abschied in Würde. Foto: Hospiz Sternenbrücke

pflegebedürftig und ohne Hoffnung auf Heilung sind und nur noch eine begrenzte Lebenserwartung haben, ein würdevolles Leben bis zu ihrem Tod führen zu können. Würdevoll bedeutet dabei, in Ruhe und im Miteinander in Bezug auf die individuellen Bedürfnisse im Lebens- und Sterbeprozess. Neben dieser umfassenden palliativ-pflegerischen Versorgung in der letzten Lebensphase des Kindes bietet die Sternenbrücke parallel die zeitlich unbefristete Begleitung der gesamten Familie an. Dazu gehört auch die Möglichkeit einer Kurzzeitpflege von 28 Tagen im Jahr, um die pflegenden Angehörigen zu entlasten und ihnen die Zeit zum Schöpfen neuer Kräfte zu geben.

Um den Kranken und ihren Familien ein Stück Normalität zu vermitteln, erinnert in dem 2003 angekauften und mit 1,6 Millionen Euro aus Bundesmitteln umgebauten Haus im Sandmoorweg in Rissen kaum etwas an ein Krankenhaus oder an eine Pflegeeinrichtung. Alle Räume tragen helle und freundliche Farben, und das ganze Haus ist mit schönen Stoffen, Möbeln, Dekorationsstücken und allerlei Überraschungen für Groß und Klein ausgestattet. Diese angenehme Atmosphäre und die einfühlsame Zuwendung helfen den kranken Kindern und ihren Angehörigen, das Gefühl von Alleinsein und Isolation zu verlieren und Geborgenheit zu finden. Seit September 2006 gibt es auf dem Gelände den „Garten der Erinnerung“. Hier finden betroffene Familien Raum für Trauer und Erinnerung. Einmal im Jahr lädt das Kinder-Hospiz alle Eltern der in der Sternenbrücke verstorbenen Kinder zu einem gemeinsamen Erinnerungstag ein. Seit der Eröffnung des Hauses im Mai 2003 wurden 280 Familien betreut, 83 Kinder sind in dieser Zeit gestorben.

Eine persönliche Beziehung und individuelle Fürsorge ist für die 48 Voll- und Teilzeitmitarbeiter der Sternenbrücke die Grundlage für die Betreuung ihrer Schützlinge, die als Persönlichkeiten betrachtet und daher nicht als Patienten, sondern als Gäste bezeichnet werden. Zum Team zählen fünf Kinderärzte, 28 Kinderkrankenschwestern, Sozialpädagogen, Erzieher und Trauerbegleiter. Hinzu kommen das hauswirtschaftliche und das Leitungs- sowie Verwaltungspersonal. Ihnen stehen 66 Ehrenamtliche zur Seite, die in allen Bereichen tätig sind und nach den „Leitlinien der diakonischen Hospizarbeit“ in einer 60-stündigen Schulung ausgebildet werden. Ihr Ziel ist es, in gegenseitigem Respekt und Miteinander einen gemeinsamen Weg – vom ersten Kontakt in der Krankheitsphase bis zur individuellen Lebensform – im Sterbeprozess zu gehen und die verbleibende Zeit bewusst mit Leben zu füllen. Die Voraussetzung für eine ganzheitliche Betreuung ist eine individuell abgestimmte Schmerztherapie, die es dem erkrankten Gast ermöglicht, die letzte Phase seines Lebens weitgehend schmerzfrei zu erleben. Das Team der Sternenbrücke schafft Vertrauen durch die Begleitung der Kinder und ihrer Angehörigen, durch die gleichen Mitarbeiter in der Kurzzeitpflege wie in der Finalpflege. Für die Zeit nach dem Verlust des Kindes werden die Eltern und Geschwister in ihrer Trauer weiter begleitet.

Um auch externe Ärzte, Pflegepersonal und psychosoziale Fachkräfte für die Betreuung von unheilbar erkrankten Kindern besonders zu qualifizieren, bietet die Sternenbrücke nach einem in Zusammenarbeit mit dem Klinikum Datteln entwickelten Curriculum regelmäßig Kurse zum Thema „Palliativversorgung für Kinder und Jugendliche“ an. Die von der Hamburger Ärztekammer anerkannte Weiterbildungsmaßnahme dauert 1 ½ Jahre und umfasst insgesamt 200 Unterrichtsstunden.

Das Kinder-Hospiz ruht organisatorisch auf zwei Säulen. Träger des Hauses ist die 2001 ins Leben gerufene Stiftung Kinder-Hospiz Sternenbrücke. Ihm steht ein 1999 gegründeter gemeinnütziger Förderverein mit derzeit über 1.400 Mitgliedern zur Seite, der durch seine Öffentlichkeitsarbeit Spenden für den laufenden Betrieb des Kinder-Hospizes sammelt. Auf Grund gesetzlicher Regelungen übernehmen die Kranken- und Pflegekassen nur einen Teil der 395 Euro, die die Unterbringung und Pflege eines erkrankten Kindes täglich kosten. Der Aufenthalt von Eltern und Geschwister im Hospiz wird von den gesetzlichen Kostenträgern bisher überhaupt nicht unterstützt. Damit die Hilfe und Unterstützung allen betroffenen Familien unabhängig von ihren eigenen finanziellen Möglichkeiten zugute kommen kann, ist die Sternenbrücke auf Spendenmittel in Höhe von derzeit jährlich 1,7 Millionen Euro angewiesen. Spenden, die unmittelbar helfen, dass die kranken Kinder, ihre Familien, Väter, Mütter und Geschwisterkinder nicht hilflos und allein vor dieser plötzlichen, unglaublichen Belastung stehen. Deshalb engagiert sich auch die Interessengemeinschaft Kontorhausviertel für die Sternenbrücke. Sie veranstaltet regelmäßig musikalisch umrahmte Lesungen mit prominenten Hamburgern, deren Erlös dem Kinder-Hospiz zugute kommt.

Jan Heitmann



DOBERENZ UND PARTNER
WIRTSCHAFTSPRÜFER STEUERBERATER

Chilehaus A · Fischertwiete 2
20095 Hamburg

Fon: (040) 460 640
Fax: (040) 460 64 100

info@doberenz.de
www.doberenz.de



FRIEDERICI UND PARTNER
RECHTSANWÄLTE

Axel Friederici · Peter Hambach
Wero Kossan · Annette Hennesthal

Handels- und Gesellschaftsrecht · Immobilienrecht
Arbeitsrecht · Familienrecht · Erbrecht

Chilehaus A / Fischertwiete 2 · 20095 Hamburg
Tel. 040 / 46 06 46 · Fax 040 / 46 06 45 00



Der Schopentahl um 1906. Foto: Hamburger Staatsarchiv

Bürgerkrieg am Schopentahl

Im Januar 1906 beehrte die Arbeiterschaft gegen eine Wahlrechtsänderung auf

Anfang 1906 garte es in der Hamburger Arbeiterschaft. „Wahlrechtsraub“ war das Schlagwort, das die Gemüter erhitze. Gemeint war damit eine geplante Verfassungsänderung, mit der ein weiterer Steuerzensus im Wahlrecht eingeführt werden sollte.

Nachdem die SPD bei den Bürgerschaftswahlen 1904, 13 Mandate errungen hatte, wollte der Hamburger Senat das Wahlrecht ändern, um ein weiteres Erstarren der Sozialdemokratie zu verhindern. Bislang waren von den 160 Abgeordneten der Hamburgischen Bürgerschaft 80 Abgeordnete von den männlichen volljährigen Bürgern gewählt worden, die in den vorangegangenen fünf Jahren jährlich ein Einkommen von mindestens 1.200 Mark versteuert hatten. Weitere 40 wurden von den Bürgern mit vererbtem Grundbesitz und die verbliebenen 40 Abgeordneten von Bürgern mit Ehrenamt, den so genannten Notabeln gewählt. Die Wahlrechtsnovelle teilte die erste Gruppe erneut auf. Nun sollten von den 80 Abgeordneten 48 durch die Bürger gewählt werden, die über ein Jahreseinkommen von mindestens 2.500 Mark verfügten und 24 Abgeordnete von den Bürgern, die zwischen 1.200 und 2.500 Mark verdienen. Die restlichen acht Abgeordneten sollten von den Bürgern aus den hamburgischen Landgebieten gewählt werden. Somit wären 128 Mandate den einkommensstarken „herrschenden Klassen“ vorbehalten gewesen und Verfassungsänderungen, die eine Zweidrittel-Mehrheit erforderten, konnten nicht mehr von den Sozialdemokraten blockiert werden. In der Annahme, dass der Gesetzentwurf über Weihnachten kaum zur Kenntnis genommen werden würde, ließ der Senat ihn Heiligabend 1905 veröffentlichen.

Doch der Plan ging nicht auf, denn die Sozialdemokraten kündigten Streiks und Demonstrationen an. Als am 17. Januar 1906 die Bürgerschaft über die Gesetzesvorlage debattierte, rief die SPD zu Massenkundgebungen auf. Um die Wirtschaft nicht zu schädigen, sollte der Streik allerdings erst um 16.00 Uhr beginnen. Mehr als 30.000 Arbeiter folgten dem Aufruf. Nach dem offiziellen Ende der Kundgebungen um 18.00 Uhr marschierten die Massen durch die Altstadt zum Rathaus. Die Polizei bot 175 Schutzleute und 25 berittene Polizisten auf, um den Rathausmarkt abzusperren. Als es den Demonstranten nicht gelang, die Absperrungen zu durchbrechen, warfen sie Steine und Bierflaschen und zogen sich in die umliegenden Straßen zurück.

Die Polizei führte Verstärkungen heran, und der Senat bat das Militär um Hilfe. Gegen 21.30 Uhr eskalierte die Situation, als die Demonstranten am Schopentahl Barrikaden errichteten und die mit Säbeln bewaffneten Polizisten mit Steinen, Flaschen und eisernen Papierkörben angriffen. Bald wurden Schaufenster zertrümmert, Geschäfte geplündert und Brände gelegt. Als es auf Mitternacht zuging, stürmte die Polizei den Schopentahl. Sie drang in die Kneipen ein, in die viele Demonstranten geflüchtet waren. Im anschließenden Handgemenge gab es zwei Tote und zahlreiche Verletzte, darunter auch viele Unbeteiligte. Schließlich kehrte wieder Ruhe ein. Doch die Spannung blieb. Wer am nächsten Morgen mit Verletzungen auf der Straße angetroffen wurde, wurde verhaftet. Alle Kneipen und Restaurants im Schopentahl und den Nachbarstraßen mussten vorerst jeden Tag um 15.00 Uhr schließen.

Dieser Tag ging als „roter Mittwoch“ in die hamburgische Geschichte ein. Es war der erste politische Streik in der Hansestadt und der erste Generalstreik in Deutschland. Die Wahlrechtsänderung verhindern konnten die Proteste und der Gewaltausbruch indes nicht. Am 28. Februar 1906 beschloss die Bürgerschaft nach erbitterter Debatte mit überwältigender Mehrheit die Gesetzesänderung. Den meisten Hamburgern blieb fortan die Beteiligung an der politischen Willensbildung durch einen Urnengang verwehrt.

Jan Heitmann



1887 Streetwear

die Fußballmode der Hansestadt...

Unsere Öffnungszeiten
 Montag–Freitag 11 Uhr–18 Uhr
 Sonnabends 10 Uhr–18 Uhr

Kleine Reichenstrasse 15 • 20457 Hamburg • www.1887-shop.de



Walthers Eisenberg seit 1892
... der Mützenmacher Inb. Lars Küntzel

Das Fachgeschäft für Herrenhüte und Mützen

20095 Hamburg-City • Steinstraße 21
 Tel. 040 - 33 57 03 • Telefax 040 - 98 76 05 15
 E-Mail: L.Kuentzel@muetzenmacher.com
 Internet: www.muetzenmacher.com



Kl. Rosenstr.

Gerhart-Hauptmann-Platz

Spitalerstraße

Mönckebergstr.

Mönckebergstraße

Barkhof

Mönck

B.d.Petrik.

Kreuslerstr.

Ihda-Ehre-Platz

Jakobikirchhof

St.-Jakobi-Kirche



116

Stein

Speersort

Domstr.

Domplatz

Curienstr.

1 2 3 4 5 6 7 8 9

Kattreppel

Burchardstraße

47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 69 70 71 72 73 74

Mohlenhofstr.

117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150

Schmarkt

Schopenteh

15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Kattr. Br.

Niedern Str.

80 81 82 83 84 85 86 87 88 89

Niedern Str.

Kl. Reichenstr.

Hopfensack

Depenau



Polizei

Fischer-twierte

Brandtwiete

34 35 36 37 38 39 40 41



Meßberg

Meßberg

Willy-Brandt-Straße



Meßberg

gstr.
raße



enbergstr.

Bugenhagenstraße

Finanzamt

Lange Mühren

Steintorwall

Steintorwall

Steinstr.



Altman
Kurt-Sc
Alle

straße

Altstädter Tw.

120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144

Springeltw.

155 156 157 158 159

Altstädter Straße

Altstädter

Sprinkenhof

166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184

Johanniswall

Steinstr.



189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200

Kloster-

Wall

Markthalle

Kunst Haus

Kunst Verein

Amsinkst

Burchardstr.

Chilehaus

100 101 102 103 104 105 106 107 108 109



Steinstr.

Deichtor-
platz

Deichtortunnel



Berg

Willy-Brandt-Straße

Willy-Brandt-Straße

brücke

Deichtor-
hallen

Lebensart

192	Antiquariat	Johanniswall 3
1	Auktionshaus Schopmann	Speersort 1
15	Galerie am Domplatz	Alter Fischmarkt 11
38	Galerie Borchardt	Hopfensack 19
208	Galerie Carolyn Heinz	Klosterwall 13
21	Galerie Conradi	Schopstehl 20
108	Galerie Flo Peters	Pumpen 8
209	Galerie Hengevoss-Dürkop	Klosterwall 13
176	Galerie Goethel	Springeltwiete 2
136	Galerie Kramer Fine Art	Altstädter Straße 15
197	Galerie Melike Bilir	Klosterwall 6
37	Galerie Morat	Kleine Reichenstraße 1
175	Galerie PopArtPirat	Springeltwiete 2
182	Galerie Winter	Burchardstraße 10
109	Ketterer Kunst	Meißberg 1
128	Kunsthandlung Klose	Steinstraße 13
134	Kunstwerk	Altstädter Straße 13
210	Mikiko Sato Gallery	Klosterwall 13

Essen und Trinken

140	Altstädter Stube	Altstädter Straße 17
125	Aroi Dee Imbiss	Steinstraße 15
177	Asia Bistro im Sprinkenhof	Springeltwiete 1
22	Asia Imbiss Yang	Schopstehl 18
35	Bei Annette Bistro	Kleine Reichenstraße 1
18	Bonjour Hambourg	Schopstehl 30
50	Café Balzac	Steinstraße 25
116	Café Estrella	Jakobikirchhof 9
150	Café Spund	Mohlenhofstraße 3
123	Daniel Wischer	Steinstraße 15a
100	Der Suppenladen	Fischertwiete 1
146	Die Kochmütze Stehbistro	Mohlenhofstraße 1
199	Din Hau Imbiss	Klosterwall 2
16	Einstein Restaurant	Schopstehl 32
194	Enoteca Toscana	Johanniswall 5
25	Glasperle Restaurant	Hopfensack 26
2	Henrys Winery	Speersort 1
23	Il Cappuccino	Hopfensack 19
178	Im Sprinkenhof	Burchardstraße 8
115	Kirchencafé St. Jacobi	Steinstraße 18
129	Kombüse	Springeltwiete 9
173	Körri Speisekontor	Springeltwiete 2
87	La Nave Restaurant	Hopfensack 8
84	La Taskita	Depenau 10
74	Laufauf Restaurant	Kattrepel 2
137	Lieblings Eis	Altstädter Straße 15
55	Luxus Biss	Mohlenhofstraße 2
131	Mitri Saliba	Springeltwiete 7
59	Mohle Mio	Mohlenhofstraße 6
3	Mr. Cherng	Speersort 1
180	Oh it's fresh	Burchardstraße 10
62	ookii	Burchardstraße 16
27	O-ren Ishii	Kleine Reichenstraße 18
102	Palang good coffee	Fischertwiete 1
211	Pane e Tulipani Restaurant	Klosterwall 23
100	Saalbach Bistro	Steinstraße 19
49	Salam Syrische Küche	Steinstraße 27a
103	Sausalitos	Fischertwiete 1
6	Schanzenbäckerei	Kattrepel 10
183	Schanzenbäckerei	Burchardplatz 5
144	Sophies Essecke	Mohlenhofstraße 7
121	Soup City Bistro	Steinstraße 17a
56	Stadtbäckerei	Mohlenhofstraße 4
174	Vincendo Restaurant	Springeltwiete 2
107	Weinhexe Restaurant	Burchardstraße 13c
165	Wochenmarkt (donnerstags)	Burchardplatz

Rund ums Geld

98	Deutsche Bank	Meißberg 2
166	Dresdner Bank	Burchardplatz 5
85	eihbank	Depenau 2
70	Hamburger Sparkasse	Burchardplatz 17
90	Achim Langes Steuerberater	Katrepelsbrücke 1

Reisebüros

83	Arkadia Yachtcharter	Niedernstraße 121
69	Caissa Touristik	Burchardstraße 21
39	Clip Reisebüro	Willy-Brand-Straße 30
155	EXPLORER	Steinstraße 7
105	Reisebüro Bachmann	Burchardstraße 13
196	Reisebüro Feel China	Klosterwall 6
157	Reise-Centrum Hanseata	Steinstraße 7
169	Reisen grenzenlos	Johanniswall 4

Einkaufsmöglichkeiten

34	1887 Streetwear	Kleine Reichenstraße 15
207	Antik Center	Klosterwall 9-21
156	Australia Shopping	Steinstraße 7
145	Blumenbinderei Brehm	Mohlenhofstraße 7
19	Blumenhaus Evers	Schopstehl 30
4	Brautmoden Haupt	Speersort 1
198	Computersystems	Klosterwall 6
122	Der Männerladen	Steinstraße 17a
52	Der Mützenmacher	Steinstraße 21
158	Die Sesselei	Steinstraße 5-7
60	Die Teekiste	Mohlenhofstraße 8
172	Ergo	Burchardstraße 6
9	Fashion & Shoes	Schopstehl 15
206	Freitag® Shop Hamburg	Klosterwall 9
147	Gold-Silber Atelier Wilk	Mohlenhofstraße 7
97	Kiosk im Chilehaus	Fischertwiete 2
28	Kuball & Kempe	Alter Fischmarkt 11
104	La Casa del Habano	Burchardstraße 15
96	Manufactum	Fischertwiete 2
191	Möbellagerverkauf	Johanniswall 3
159	Modewelt	Steinstraße 5
58	Obst & Gemüse Schuback	Mohlenhofstraße 6
47	Petri-Apotheke	Steinstraße 27
88	Polster&Rutsch Briefmarken	Hopfensack 14
133	Schmuckolädchen	Altstädter Straße 11
36	Schwanke Auktionen	Kl. Reichenstraße 1
148	Seifenmanufaktur	Mohlenhofstraße 5
127	Senior aktiv Hamburg	Steinstraße 13a
54	Tabakwaren Andrea Lübbke	Steinstraße 21
72	Tabak Wellnitz	Kattrepel 2
80	Teehandlung Ernst Zwanck	Kattrepelsbrücke 1
117	Toedt Berufsbekleidung	Steinstraße 19a
99	Tramm & Hinners	Pumpen 6
20	Tri 11	Schopstehl 23
143	Uhren & Kleinkunst	Altstädter Straße 21
200	Vin-Loi Asia-Markt	Klosterwall 2
179	Was Frauen Wollen	Burchardstraße 8
126	Wehling & Fülcher	Steinstraße 13a
149	Weinhaus Stratmann	Mohlenhofstraße 3
139	Züge und mehr ...	Altstädter Straße 17

Sonstiger Service

142	Änderungsdienst	Altstädter Straße 19
8	Art of Print	Kattrepel 10
170	artvitale	Johanniswall 4
40	Comlife IT Systember. GmbH	Willy-Brand-Straße 30
124	Deutscher Diabetiker Bund	Steinstraße 15
73	Druck Zentrum	Kattrepel 2
86	Emil Stelling Armaturen	Hopfensack 6
118	Flex Time Zeitarbeit	Steinstraße 19
119	Foto Reiss	Steinstraße 19
171	eyeworks	Burchardstraße 6
189	Kiosk Baran	Steinstraße 1
48	Kundenzentrum HVV	Steinstraße 27
181	Lombardium	Burchardstraße 10
63	Mail Boxes	Burchardstraße 22
135	MS Änderungsschneiderei	Altstädter Straße 15
101	Instituto Cervantes Spanisches Kulturinstitut	Fischertwiete 1
193	pedalotours	Johanniswall 5
195	Parken	Klosterwall 30
17	Rackow Schule	Schopstehl 31
132	Repro Lüdke Kopie + Druck	Springeltwiete 5
168	ResMed	Springeltwiete 4
61	Sauberland	Mohlenhofstraße 8
71	Schlüssel Schulz	Kattrepel 2
26	Schlüssel Zentrale	Kleine Reichenstraße 49
57	Schuster	Mohlenhofstraße 6
89	Stempel-Perten	Hopfensack 14
82	Weight Watchers	Niedernstraße 122
51	WEMPE KG	Steinstraße 23
41	Zwo24 Textilpflege	Brandstwiete 1

Friseure / Drogerie

190	Barbier Huemer	Johanniswall 1
141	City Friseur	Altstädter Straße 19
5	Friseurladen Renate & Knut	Speersort 1
81	Frisurenstudio Knop	Kattrepelsbrücke 1
130	Haarzeit	Springeltwiete 7
53	In Stadt Friseur	Steinstraße 21
167	Jebe Drogerie / Kosmetik	Altstädter Straße 8
138	Maren Zeitler - Der Friseur	Altstädter Straße 15
24	Martin Max	Hopfensack 22
106	Nagelstudio A&H	Burchardstraße 13
7	Schlecker Drogerie	Kattrepel 10

Hier gibt's was auf den Löffel: Soup City feiert 10. Geburtstag



Das Soup City Team: Florian Scherer ist als Küchenchef für die Leckereien verantwortlich, während Sandra Scherer und Brygida Wegener-Lency (r.) für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig sind. Foto: Soup City

Seit zehn Jahren ist Soup City ein Paradies für alle Suppenfreunde. Als die drei Gründer Brygida Wegener-Lency, Sandra Scherer und Florian Scherer ihr Suppen-Bistro eröffneten, setzten sie sich ein hohes Ziel: Mit abwechslungsreicher sowie gesunder Kost und dennoch niedrigen Preisen wollten sie die Hansestadt Hamburg erobern. Aufgrund des großen Andrangs war es der Geschäftsleitung möglich, im Laufe dieser zehn Jahre insgesamt fünf Bistros zu eröffnen: In der Steinstrasse, der Speicherstadt, der Hafencity, am Baumwall sowie im Elb Hof.

Der absolute Spitzenreiter auf der Suppenbeliebtheitsskala ist die Asiatische Kokos-Currycremesuppe. Aber auch die Chili-Suppe ist eine wahre Köstlichkeit, die in der ganzen Stadt genossen wird. Insbesondere Berufstätige schauen in der Pause gerne vorbei, um sich ein nahrhaftes und geschmackvolles Mittagessen zu gönnen. Täglich stehen acht bis zehn frische, exotische und klassische Suppen zur Auswahl, und zu jeder Köstlichkeit wird ein Stück Brot, ein Apfel oder eine Süßigkeit serviert. Doch damit nicht genug: Die Speisekarte beinhaltet auch verschiedene Salate und Desserts, frisch gepresste Orangensäfte, kalte Getränke sowie verschiedene Kaffeespezialitäten, so dass für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Neben den Bistro-Angeboten bietet Soup City einen Catering- und Partyservice. Ob nun Suppen oder Fingerfood, klassische Buffets oder ausgefallene Menüs; Chefkoch Florian Scherer lässt keinen Wunsch unerfüllt. Und sollte die geplante Party an der fehlenden Location zu scheitern drohen, ist auch das kein Problem: Soup City bietet im historischen Kontorhaus Elb Hof Veranstaltungsräume für bis zu 250 Personen zur Vermietung an. Weitere Informationen im Internet: www.soupcity.de

Oliver Jensen



Mahlzeit!



**Täglich wechselnde Gerichte
für jeden Geschmack.**

Mittagstisch im Laufauf
Kattrepel 2 • 20095 Hamburg • Tel.: 040 - 326626
www.laufauf.de

Zum Frühstück im Chilehaus

Netzwerke verbinden nicht nur, sondern sie verhelfen auch zu persönlichem und beruflichem Erfolg. Deshalb ist Networking aus dem Geschäftsleben heute nicht mehr wegzudenken. Die Union Investment Real Estate GmbH, Eigentümerin des weltberühmten Chilehauses, veranstaltet mehrmals im Jahr gemeinsam mit dem Bundesverband mittelständische Wirtschaft Unternehmensverband Deutschland e.V. (BVMW) ein Business Breakfast. Dazu kommen jeweils an einem Freitag um 9.00 Uhr Geschäftsleute zusammen, um sich einen interessanten Vortrag anzuhören, einen Blick hinter die Kulissen anderer Unternehmen zu werfen, sich im Gespräch auszutauschen und Kontakte zu knüpfen oder zu vertiefen. Veranstaltungsort sind die Räume der Flo Peters Gallery im Chilehaus C. Die Galerie ist spezialisiert auf Schwarz-Weiß-Fotografie des 20. Jahrhunderts, es finden dort aber auch viel beachtete Ausstellungen zeitgenössischer Fotokunst statt.



von links nach rechts: Helmut Klün, Dr. Susanne Kaschub, Immobilien Marketing und Kommunikation Union Investment Real Estate GmbH; Claus Strunz, Chefredakteur Hamburger Abendblatt; Roland Hampe, Immobilien Marketing und Kommunikation Union Investment Real Estate GmbH. Foto: Clemens Plettenberg

Beim Business Breakfast dreht sich allerdings alles um Wirtschaft. Den Auftakt bildet jeweils ein Referat. Zu den hochrangigen Rednern gehörten beispielsweise Hamburgs Flughafenchef Michael Eggenschwiler, der Chefredakteur des Hamburger Abendblattes, Claus Strunz und Johannes Mock-O'Hara, der Geschäftsführer von Stage Entertainment Germany. Am 18. Juni stellt die Gastronomin Christina Block ihr Unternehmen vor. Das Unternehmerfrühstück erfreut sich großer Beliebtheit, und Helmut Klün, Kreisgeschäftsführer Hamburg des BVMW, und Union Investment können immer rund 80 Besucher begrüßen. „Das Business Breakfast ist eine unserer erfolgreichsten und meist besuchten Veranstaltungen, und die Referentenliste liest sich wie das Who is Who des Hamburger Wirtschaftslebens“ erklärt Klün.

Beide Veranstalter des Business Breakfast sind geradezu prädestiniert, Geschäftsleute zusammenzuführen. Der BVMW vertritt als wichtigster Mittelstandsverband die Interessen der mehr als drei Millionen Klein- und Mittelstandsbetriebe in Deutschland. Unter dem Motto „Vernetzung ist Erfolg“ bietet er seinen mehr als 150.000 Mitgliedsfirmen eine breite Dienst-



Markantes Wahrzeichen - das Chilehaus. Foto: Union Investment

leistungspalette. Für die Durchführung des Business Breakfast hat er mit der Union Investment Real Estate GmbH den richtigen Partner. Als Eigentümerin des Chilehauses legt das Unternehmen, einer der in Europa führenden Investment-Manager, besonderen Wert darauf, seinen Mietern hier ein funktionierendes Business Quartier zu bieten. Hinter historischer Fassade verfügt das Chilehaus über modernste Büroflächen. Die im Durchschnitt 300 bis 500 Quadratmeter großen Büros wurden nach Forschungsergebnissen des Fraunhofer Instituts für Arbeitswirtschaft und Organisation gestaltet. Flexible Grundrisse und ein modulares Mietangebot sind ebenso selbstverständlich wie allerneueste Technik, Verkabelung und eine Klimatisierung, die die Mitarbeiter hinter den 2.800 Fenstern auch im heißen Sommer einen kühlen Kopf behalten lässt. Dabei bietet die moderne Innenausstattung einen reizvollen Kontrast zur historischen Fassade und den liebevoll erhaltenen architektonischen Details des in den Jahren 1922 bis 1924 errichteten Gebäudes. Das Unternehmensziel, den Mietern innovative, flexible und kostengünstige Lösungen bei Architektur und Gebäudegestaltung, Technik und Ausstattung sowie Service rund um die Immobilie zu bieten, wurde beim Chilehaus in vorbildlicher Weise verwirklicht. Die 30.000 Quadratmeter Nutzfläche werden auch höchsten Anforderungen gerecht. Weitere Pluspunkte des Chilehauses sind seine zentrale Innenstadtlage in einem attraktiven Umfeld gegenüber der weltbekannten Speicherstadt und die sehr gute Verkehrsanbindung. Der Hauptbahnhof, zwei U-Bahnhaltestellen und eine Buslinie bieten eine ausgezeichnete Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr. Auch mit dem Auto ist das Chilehaus gut zu erreichen. Durch die Nähe zur Mönckebergstraße mit ihren Kaufhäusern und Geschäften ist eine sehr gute Versorgung mit Einrichtungen des täglichen Bedarfs gegeben. In der bekannten Einkaufsstraße, im Kontorhausviertel und an der nahen Binnenalster laden zahlreiche Restaurants und Cafés zum Verweilen ein. Auch wenn die Union Investment über mehr als 220 Spitzenimmobilien in den wichtigsten Metropolen der Welt verfügt, bleibt das Chilehaus eines der herausragenden Objekte im Bestand des Unternehmens.

Jan Heitmann

Gewusst wie: Richtig schwitzen

Das Saunieren ist für unsere Gesundheit ein echter Segen: Das Krankheitsrisiko wird minimiert, die Muskulatur entspannt sich und die Hautalterung verlangsamt sich. Voraussetzung ist nur, dass der empfohlene Saunaablauf eingehalten wird. Hier eine kleine Anleitung, damit das Saunieren auch die gewünschte Wirkung hat:

- Vor dem Gang in die Sauna geht es unter die Dusche. Einerseits aus hygienischen Gründen, andererseits weil Fettfilme oder Kosmetikrückstände auf der Haut die Schweißabgabe reduzieren würden. Gleiches gilt für Nässe auf der Haut, weshalb man sich gut abtrocknen muss.

- Bei dem Betreten der Sauna sollte die Platzwahl gut durchdacht sein. Dabei gilt: Je höher die Sitzposition, desto höher ist die Temperatur. Anfänger nehmen also zunächst auf der unteren Bank Platz, während Fortgeschrittene sich nach oben setzen können.

- Unerfahrene Saunagäste denken häufig, je länger sie es in der Sauna aushalten, desto besser ist die Wirkung. Großer Fehler: Zu ausgedehnte Schwitzbäder können nämlich Erschöpfungen oder Schlafstörungen verursachen. Ein Saunagang sollte daher maximal 15 Minuten (bei Anfängern lieber 10 Minuten) dauern. Einzige Ausnahme ist das Saunieren in der Biosauna, denn dort sind bis zu 30 Minuten völlig in Ordnung.

- Nach dem Ende der Saunazeit geht man ins Freie, damit der Körper langsam abkühlen kann. Erst danach sollte man kalt baden oder duschen. Der weitere Ablauf bleibt einem selbst überlassen: Entweder man entspannt im Ruheraum oder aber geht zum zweiten Mal hinein.

- Die Anzahl der Saunagänge sollte sich nach der Häufigkeit des Saunierens bemessen. Wer maximal einmal wöchentlich in die Sauna geht, kann ruhig bis zu drei Saunagänge absolvieren. Zwei Saunagänge sind wiederum geeignet, wenn man wöchentlich zwei- oder dreimal das Schwitzbad aufsucht. Bei einem täglichen Saunieren hingegen ist ein Saunagang völlig ausreichend.

Oliver Jensen



PETRI
A P O T H E K E
Steinstraße 27 / Ecke Kattrepel · 20095 Hamburg
Tel. 040 / 32 58 88 0 · info@petri-apotheke-hamburg.de
Wir sind für Sie da!
Mo.-Fr. 7.00 - 18.30 Uhr · Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

170



artvitalle
Kunsttäter & Wohlfühlmassagen
www.artvitalle.de
Wir schenken Ihnen die ersten 5 Minuten Nackenmassage!
Artvitalle-Atelier im Sprinkenhof
Johanniewal 4, 20095 Hamburg
Tel.: 040 429 07 991
... einfach vobestimmen und ausprobieren!
Sie können die Artvitalle-Massagen auch von Ihrem Chef oder der privaten Krankenkasse bezahlt bekommen.

Haar Zeit
Friseurmeisterin **Karina Essig** master of beauty
Friseurmeisterin **Karina Essig** Master of Beauty Salon **Haar Zeit**
Reinkommen + Drankommen Mit uns DHNE Am (140 319 800)
Painting • Glanz • Akzente • Natürlichkeit
die neueste Form der Farbtechnik
Der Friseur für die ganze Familie
Reinkommen + Drankommen
Haar Zeit · Springeltwiete 7 (vormals Salon Brigitte)
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 8-18 Uhr · Sa. 8-14 Uhr
Tel. 040 / 33 88 00 · www.salon-haarzeit.de

Entdecke die Welt von JEBE
Schönheit zum besten Preis
Friseurbedarf | Parfümerie | Drogerie | Kosmetik | Nageldesign | »Stadtschönheiten«
Genießen Sie zusätzliche Rabatte mit der JEBE Vorteilskarte!

JEBE Hamburg | Altstädter Straße 8 | 20095 Hamburg | Tel.: 040/30 37 56 - 0
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 9.30 - 18.30 Uhr | Samstag 10.00 - 18.00 Uhr
www.jebe.de

Kunstschau im Quartier

Gemeinsame Eröffnung der Galerien gut besucht

Nunmehr zum zweiten Mal luden Kunstgalerien im Kontorhausviertel zur gemeinsamen Saisoneroöffnung ein. Am 9. April konnten Kunstinteressierte bis in den späten Abend hinein durch die Ausstellungsräume flanieren und dort die aktuellsten Exponate bewundern. Zum ersten Mal nahm die Galerie Melike Bilir teil, die erst Anfang 2010 ihre Räume im Kontorhausviertel eröffnet hat.

Wer sich gegen 19 Uhr im Viertel einfand, brauchte nur den ersten Besuchergruppen zu folgen, um die nächste Galerie zu finden. Früh am Abend waren zunächst nur wenige unterwegs, aber je länger der Abend dauerte, desto mehr kamen. Und es gab eine Menge zu sehen: Malerei, Skulpturen, Objekte, Photographien. Die Hälfte der teilnehmenden Galerien lud gleichzeitig zur Vernissage neuer Ausstellungen ein.

Die teilnehmenden Galeristen sind mit der Resonanz zufrieden. Evelyn Drewes von der Galerie PopArtPirat schätzt, dass sie an diesem Abend um die 200 Besucher hatte. „Wir hatten viele neue Besucher, auch über das Stammpublikum hinaus“, sagt Carolyn Heinz über den Abend. Die Galeristen im Quartier werden diesen Rundgang nun zwei Mal im Jahr veranstalten. Der nächste Termin steht bereits fest. Es ist der 10. September.

Friedrich List





Ausstellung mit Arbeiten von Astrid Köppe, in der Galerie Carolyn Heinz.
Foto: Peter Schindler



Kommen Sie zu uns!
Der erntefrische Flugtee ist eingetroffen!



Wir verfügen über eine 200jährige Tradition und viel Erfahrung. Bei uns finden Sie Tees aus aller Welt mit außergewöhnlichen Qualitäten.

Kattrepelsbrücke 1 (Nähe U-Bahn Meißberg)
Telefon (040) 32 66 02 · Fax (040) 33 52 47

ReiseCenter Hanseata

Pauschalreise, Kreuzfahrt, Individualurlaub, Last Minute?
Wir beraten Sie gerne.



Steinstraße 7 · 20095 Hamburg
Tel. 040 / 20 14 10 · www.LCC-travel.de

Ihre Anzeige im Kontorhaus-Journal...



...bekommen Sie von Ihrem
Mediaberater Oliver Giercke
Telefon 0176 / 488 918 23

Photovoltaikanlagen

- Beratung
- Planung
- Finanzierung
- **komplett schlüsselfertig aus kompetenter Hand**



Solar Team Nord

Rugenbarg 45 · 22848 Norderstedt
Telefon 040 / 325 990 13-0
Telefax 040 / 325 990 13-9
Mail: info@solarteam-nord.de
www.solarteam-nord.de



SCHWANKE

Auktionshaus für internationale Philatelie

Seit 1973 in Hamburg das Haus für Postgeschichte weltweit, klassische Raritäten, philatelistische Literatur, Sammlungen, Posten, Münzen, Nachlässe.
5-6 Auktionen im Jahr. Sprechen Sie uns an für Gratikataloge oder einen Verkauf!

Schwanke GmbH · Kleine Reichenstraße 1 · 20457 Hamburg
Tel. 040 / 33 71 57 · e-mail: auktion@schwanke-auktionen.de



Silke Silkeborg „Le Jardin Bleu“ 2010. Foto: Galerie Kramer Fine Art

Galerie Kramer Fine Art „Look For The Dark Star“

Was passiert, wenn man eine Prise Chet Baker mit John Carpenter vermischt? Es kommt Kunst heraus! Unter dem Namen „Look For The Dark Star“ eröffnete die Galerie Kramer Fine Art am Freitag, den 07. Mai 2010. Der Titel dieser Ausstellungen setzt sich zusammen aus Bakers Klassiker „Look For The Silver Lining“ und Carpenters Science Fiction Parodie „Dark Star“. Eine besondere Idee, welche durch Silke Silkeborgs Werke angeregt wurden. Die Hamburger Malerin erhielt erst im Februar den Karl Heinz Ditze Diplompreis. Sie errang den dritten Platz. Die Jury hatte die Preisträger unter insgesamt 56 ausgestellten Arbeiten der diversen Studienschwerpunkte wie Bildhauerei, Bühnenbild, zeitbezogene Kunst und Malerei hochkarätige Diplomarbeiten ausgewählt.



Silke Silkeborg „Fluchtfahrzeug“ 2009. Foto: Galerie Kramer Fine Art

Das Potential der Künstlerin hat Sandra Kramer, Galerieinhaberin, schon früh erkannt. „Ich freue mich sehr, Silke für meine Galerie gewonnen zu haben!“ Der Ausstellungstitel gibt außerdem einen Hinweis auf Silkeborgs Arbeitsweise. Sie widmet sich Nachtlandschaften – mit einem besonderen Clou, der sich auch sofort in der Atmosphäre ihrer Bilder niederschlägt: Sie sucht die Orte, die sie verewigen möchte, zu unterschiedlichen Abend- und Nachtzeiten auf. Sobald



Galerie Kramer Fine Art. Foto: Hgen Stier

die Künstlerin ein geeignetes Motiv für sich entdeckt hat, und die Licht-, oder besser, Dunkelsituation passt, legt sie los. Sie malt unter freiem Himmel in der freien Natur und verarbeitet das, was sie wahrnimmt, in einer lasierenden Malweise auf der Leinwand. So wird selbst der leichteste Dunst einer auf den ersten Blick gewöhnlich erscheinenden Landschaft sichtbar und gibt dem Motiv ein intensives, sehr tiefes Gefühl. Eine bemerkenswerte Herangehensweise, die am 4. Juni 2010 mit dem De Bruycker Preis in Schneverdingen honoriert wird.

Die Galerieeröffnung war laut Kramer „ein voller Erfolg.“ Knapp 70 geladene Gäste ließen sich von dem Berliner DJ, Journalist und Kunstexperten Jan Joswig musikalisch einheizen und genossen zusammen mit der Inhaberin die erste Party in den Ausstellungsräumen. In jedem Quartal möchte sie nun Werke herausragender zeitgenössischer Künstler vorstellen – demnächst Arbeiten von Bea Winkler.

Sandra Kramer, ihres Zeichens Kunsthistorikerin, spielte schon lange mit dem Gedanken, eigene Ausstellungsräume in Hamburg unterzubringen. Nach ihrem Studium in Berlin und der Hansestadt war sie u.a. als Assistenz in der Luxe Gallery in New York, sowie in der Leitung des Kunsthauses Artes (Berlin) tätig und bereichert von nun an in der Altstädter Straße 13, jeweils von Dienstag bis Freitag von 12 bis 18.30 Uhr und samstags von 12 bis 15 Uhr (u.n.V.), Tel.: 040 / 318 101 54 die Hamburger Kunstszene.

Janine Luzak

Lesereihe Kultur im Kontorhausviertel



Rolf Becker

Mittwoch, 9. Juni, 20.00 Uhr

„Der Norddeutsche Rundfunk“

Echo des Tages Die Geschichte des heutigen NDR begann im Juni 1950. Damals strahlte der NWDR (Nordwestdeutscher Rundfunk) seine ersten Probesendungen aus und legte so den Grundstein zum heutigen Rundfunk- und Fernsehsender für ganz Norddeutschland.

Es liest: Rolf Becker

Ort: Auktionshaus Schwanke, Kleine Reichenstraße 1



Karl-Heinz Hassel

Mittwoch, 14. Juli 2010, 20.00 Uhr

„Der blonde Hans“

Flieger, grüß' mir die Sonne Hans Albers ist eine Hamburger Legende. Zum 50. Todestag des Schauspielers, der im Juli 1960 starb, blicken wir auf seine märchenhafte Karriere und sein Leben zwischen Hamburg und Haiti zurück.

Es liest: Karl-Heinz von Hassel

Ort: Instituto Cervantes, Chilehaus B, Fischertwiete 1

Mittwoch, 11. August, 20.00 Uhr

„Hamburgs Künstler“

FarbWortKlang Vielfalt

Maler, Dichter und Komponisten haben Hamburg zu allen Zeiten geprägt. Eine Erinnerung an die kreativen Köpfe der Elbmetropole.

Es liest: Ingrid Sanne

Ort: Kunstverein, Klosterwall 23



Ingrid Sanne

Der Eintritt für die Lesungen beträgt jeweils 11 Euro.

Der Erlös aus den Veranstaltungen kommt dem Kinderhospiz „Sternenbrücke“ zugute.

Aktuelle Informationen sowie Kartenreservierungen erhalten Sie unter Telefon 040 / 41 45 49 50 oder per E-Mail über kultur@kontorhausviertel.com

Fotos: Agentur wolkenArt

Juni

Bis zum 3. Juli

Die Galerie Carolyn Heinz zeigt im Galeriehaus Hamburg, Klosterwall 13 die Ausstellung „Bart und Faden“ der Künstler Reinhold Engberding und Peter Jordan. Zu sehen sind plastische Arbeiten, Zeichnungen und Siebdrucke.

8. Juni, 20.00 Uhr

Das Instituto Cervantes lädt Interessierte ein zu einer Flamen-co-Werkstatt in den Institutsräumen im Chilehaus, Eingang B, Fischertwiete 1. Anmeldung unter 040 / 530 20529-0 oder unter CULTX1HAM@cervantes.es

15. Juni, 14.00 Uhr

Der Verein I.K.A.R.U.S. stellt sein Projekt „Wohnen für Hilfe - Generationsübergreifende Wohnpartnerschaften“ vor. Die Veranstaltung im Vereinsbüro Schopenstehl 23 ist kostenfrei.

Mittwoch, 16. Juni, 9. 30 Uhr

Die Gossler, Gobert & Wolters Gruppe veranstaltet ein Businessfrühstück in ihren Räumen in der Fischertwiete 1, Chilehaus B, 2. Stock. Weitere Informationen hat Frau Josephine Bartcky, Tel. 040 / 328 101-791 oder über j.bartcky@ggw.de

19. Juni, ab 16.00 Uhr.

Das Instituto Cervantes lädt ein zum Tag der offenen Tür ins Chilehaus, Eingang B, Fischertwiete 1.

24. Juni, 15.00 Uhr

Der bürgernahe Beamte Matthias Junge informiert in den Räumen des Vereins I.K.A.R.U.S. im Schopenstehl 23 über das Thema „Sicherheit zu Hause und unterwegs“.

Juli

3. Juli

In den Räumen der Schwanke GmbH, Kleine Reichenstraße 1, findet eine Briefmarkenauktion statt.

8. Juli, 15.00 Uhr.

Unter dem Titel „Brainwalking - in Bewegung bleiben, zu Fuß und im Kopf“ stellt Algird Fugalewitsch in den Räumen von I.K.A.R.U.S., Schopenstehl 23 sein Gedächtnisprogramm vor.



Impressum

Herausgeber:
CityMedia Communicators
and Publishers GmbH
Geschäftsführung:
Konstantin Theodoridis
Friedrich List
Syltring 16
22926 Ahrensburg
Telefon: 04102 / 69 72 64
Fax: 04102 / 69 72 65
Mail: info@cittymedia.com
www.cittymedia.com

Registergericht Lübeck, HRB 7789
USt-IdNr.: DE255580733

Bankverbindung:
Deutsche Bank
Konto: 2974137
Bankleitzahl: 20070024

Kaufmännische Leitung:
Konstantin Theodoridis

Chefredaktion und V.i.S.d.P.:
Friedrich List (fhl)
Telefon: 040 / 20 97 62 45

Reporter:
Christian Busemann,
Dr. Jan Heitmann, Oliver Jensen,
Janine Luzak

Lektor:
Rainer Kreuzer

Mediaberatung und
Anzeigengestaltung:
Oliver Giercke
Mobil: 0176 48891823

Foto, Titelseite, Satz und Layout:
Peter Schindler

Druck:
Druckerei Greschow
Welzow

Erscheinungsweise
4 mal jährlich

Text, Umschlaggestaltung, Titel,
Art und Anordnung des Inhalts
sind urheberrechtlich geschützt.
Nachdruck - auch auszugsweise -
nur mit ausdrücklicher Billigung
des Verlages.

Wir bitten um Verständnis, daß
wir trotz sorgfältigster Prüfung
keine Gewähr für die Richtigkeit
und Vollständigkeit der angegebenen
Termine übernehmen können.

Kontakt zur Interessengemeinschaft:
Die IG trifft sich jeden letzten
Mittwoch im Monat im Restaurant
Laufauf, Kattrepel 2.
Interessierte sind herzlich eingeladen.

Edda Prenz (edp)
Quartiersmanagerin
Interessengemeinschaft
Kontorhausviertel e.V.

Quartiersmanagement
Fischertwiete 2 (Chilehaus A)
20095 Hamburg
Tel: +49 (0)40 4145 4950
Fax: +49 (0)40 4145 4951

Mail:
edda.prenz@kontorhausviertel.com
www.kontorhausviertel.com

Vereinsregister Amtsgericht Hamburg
Nr. VR18319

Axel Friederici
(Vorstandsvorsitzender)

Joachim Schönwandt
(stv. Vorsitzender)