

# urbanes

DAS GENERATIONEN-MAGAZIN FÜR HAMBURG



**Gerstensaft.** Die Rückbesinnung auf gutes Handwerk.

**Meerumschlungen.** Entdeckungen zwischen Nord- und Ostsee.

**Freischwimmer.** 100 Jahre Einsatz gegen den nassen Tod.

**Wasserspender.** Wie ein Mineralwasser der Dritten Welt hilft.

**Erinnerungen.** Wie das Leben trotzdem weiterging.

**Armutszeugnis.** Das Los der pflegenden Angehörigen.

## Zuhause im Haus Weinberg

Ein idyllischer Park, ein lebendiges Miteinander und rundum gute Pflege – das ist das Haus Weinberg, das **Altenpflegeheim** des Rauhen Hauses. Durch die überschaubare Größe und die persönliche Atmosphäre fühlen Sie sich schnell bei uns zu Hause. Neu eingerichtet ist unser Wohnbereich für diejenigen, die an **Demenz** erkrankt sind.

Platz frei in der  
**Kurzzeitpflege?**  
040/655 91-278

Pflege Gäste auf Zeit betreuen wir in unserer **Kurzzeitpflege**. Wenn Sie mehr wissen möchten, vereinbaren Sie einfach mit uns einen Termin.

**DAS RAUHE HAUS**

lebendig. diakonisch. nah.



**HAUS WEINBERG** Altenpflegeheim des Rauhen Hauses, Beim Rauhen Hause 21 22111 Hamburg, Tel. 040/655 91-150, Fax 040/655 91-246, [www.rauheshaus.de](http://www.rauheshaus.de)

| [www.ahdh.de](http://www.ahdh.de)

**HESSE DIEDERICHSEN**  
HEIM

**Ein Herz**

**muss Hände haben**

**Ein neues Zuhause für ältere, pflegebedürftige Menschen:**

- Seit Januar 2011 bieten wir in unserem Haus eine Pflege- und Betreuungsabteilung mit 12 Einzelzimmern für dementiell veränderte Menschen an.

**Bitte fordern Sie unseren Hausprospekt an!**



**MDK**  
Qualitäts-  
prüfung 2012  
Note  
**1,3**

**Hesse Diederichsen Heim**

**Lämmersieth 75**  
**22305 Hamburg (Barmbek)**  
**Tel. 040 61 18 41-0**

## Messbare Qualität

**Qualität in der Herzmedizin ist messbar:** So liegt der Anteil der herzchirurgischen Patienten im Albertinen Herz- und Gefäßzentrum, die ausschließlich arterielle Bypässe erhalten, bei über 93 Prozent (Bundesdurchschnitt unter 17 Prozent). Der Vorteil: Arterien halten dem hohen Druck in der Nähe des Herzens besser stand als Venen und bleiben deshalb viel länger funktionstüchtig.

Über 70 Prozent der isolierten Bypassoperationen werden bei uns ohne Herz-Lungenmaschine durchgeführt (Bundesdurchschnitt: ca. 14 Prozent). Der Vorteil: Komplikationen treten gerade bei älteren Patienten mit schon vorhandenen Begleiterkrankungen seltener auf.

Wir rekonstruieren in 77 Prozent der Fälle die Mitralklappe (Bundesdurchschnitt: 64 Prozent). Vorteile: Eine bessere Pumpfunktion des Herzens und die Vermeidung blutverdünnender Medikamente nach der OP.

In den kardiologischen Kliniken des Albertinen Herz- und Gefäßzentrums werden jährlich rund 700 Herzschrittmacher implantiert. Herzrhythmusstörungen können darüber hinaus sowohl elektrophysiologisch als auch herzchirurgisch durch Verödung der betroffenen Regionen in den Vorhöfen beseitigt werden.

Nicht zuletzt werden bei uns regelhaft nur noch MRT-fähige Herzschrittmacher implantiert. Vorteil: Der Patient muss später etwa im Falle eines Schlaganfalls, einer Wirbelsäulen- oder Gelenkerkrankung oder bei einem Tumorleiden nicht auf diese richtungweisende und schonende Diagnostik verzichten.

**Das Albertinen Herz- und Gefäßzentrum bietet Herzmedizin aus einer Hand:** von der diagnostischen und interventionellen Kardiologie, über die Herzchirurgie mit spezieller Kardioanästhesie bis hin zur Rehabilitation vor Ort (in Kooperation mit der Ostseeklinik Schönberg-Holm).

**Ihr Herz ist bei uns in den besten Händen.**

**Albertinen Herz- und Gefäßzentrum**  
Albertinen-Krankenhaus  
Ev. Amalie Sieveking-Krankenhaus

**Info-Telefon 040 55 88-2445**  
[www.albertinen-herzzentrum.de](http://www.albertinen-herzzentrum.de)



**Albertinen Patienten-Uni**  
**Interdisziplinäre Behandlung**  
**der Aortendissektion**

**26. Nov. 2013 • 17 bis 19 Uhr**  
Albertinen-Krankenhaus  
Süntelstr. 11a • 22457 Hamburg  
Haupteingang: Hogenfelder Str. 22

**Herz- und Gefäßzentrum**

Albertinen-Krankenhaus  
Ev. Amalie Sieveking-Krankenhaus

**albertinen**†

in besten Händen

# Wasser ist zum Waschen da...



*Dietrich Klatt ist Pastor i.R. der Evang. Stiftung Bodelschwingh.*

...auch zum Zähneputzen kann man es benutzen. Sie erinnern sich vielleicht an den Song aus den 50er Jahren. Wir Heutigen sollen mehr Wasser verbrauchen, war vor einiger Zeit zu lesen. Weil wir mit dem Nass so sparsam umgehen, trocknen die Fugen im Mauerwerk der Abwassersiele aus, der Mörtel zerbröseln und ein nächster Wasserschwall versickert dann da, wo er es eigentlich nicht soll. Kaputtgespart könnte man das nennen.

Der Aufruf, den Wasserhahn ruhig kräftiger aufzudrehen, klingt in meinen Ohren ein wenig absurd, angesichts der Tatsache, dass sauberes Trinkwasser weltweit zu einem Mangelprodukt geworden ist. Die Berichte zum UNO-Jahr des Wassers 2013 machen deutlich, was Wassermangel bedeutet und zu welchen weitreichenden Problemen der unbedachte und verschwenderische Umgang mit der Ressource Wasser andernorts führt. Zukünftige Kriege, so sagen Experten, werden nicht um's Öl geführt, sondern um Wasser.

Wir können das vielfach gar nicht nachvollziehen, denn als dramatisch erleben wir allenfalls das Zuviel, so wie beim Hochwasser dieses Sommers. Und wenn wir für horrendes Geld Mineralwasser von den Fidschi-Inseln kaufen, nur weil es angeblich ganz besonders rein ist, dann ist auch das ein Überflussproblem, allerdings ein ganz anderes. Da haben uns mit allen Wassern gewaschene Marketingexperten einmal mehr einen teuren Floh ins Ohr gesetzt.

Mit dem Wasser ist es wie mit dem Reichtum, es ist höchst ungleichmäßig verteilt. Und da begeistert mich die Idee von Viva con Agua, den teils absurden Kult, den wir uns Mineralwasser machen, zu benutzen, um dort zu helfen, wo Kinder und Erwachsene sterben müssen, weil sie keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser haben.

Wasser ist Leben und für uns auch Lebensfreude. Es tut nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele gut. So betrachtet, ist jedes Wasser auch irgendwie eine Heilquelle.

Herzlichst Ihr

*Dietrich Klatt*  
DIETRICH KLATT

**urbanes** erscheint viermal im Jahr und wird kostenlos in Hamburg verteilt.

**Abonnementsbestellungen richten Sie bitte schriftlich an den Verlag.**

Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlags oder infolge von Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung strafbar. Zur Zeit gültig ist Anzeigenpreisliste Nr. 13

→ **Herausgeber**

Art Works! Werbeagentur GmbH  
Unterberg 15b · 21033 Hamburg  
Telefon (040) 411 89 88-0

→ **Verantwortlich**

V.i.S.d.P. Heinrich Großbongardt

→ **Redaktionsanschrift**

urbanes c/o Art Works!  
Unterberg 15b · 21033 Hamburg  
Telefon (040) 411 89 88-0  
i.rieken@urbanes.de

→ **Chefredakteur**

Heinrich Großbongardt  
Telefon (040) 28 51 55 80  
h.grossbongardt@urbanes.de

→ **Autoren dieser Ausgabe**

Caroline Dieterich, Ulrike Kirschner,  
Pia Kröger, Jörn Meve, Marianne Weller,  
Silvia Welt, Kirstin Rütter, Marion Seigel

→ **Gesamtherstellung**

Art Works! Werbeagentur GmbH  
Bei den Mühlen 70 · 20457 Hamburg  
Telefon (040) 411 89 88-0

→ **Anzeigen**

Imke Rieken, Tel. (040) 411 89 88-0

→ **Druckerei**

Druckerei Vettters GmbH & Co. KG.  
Radeburg bei Dresden



Seite 8\_Schleswig-Holstein

## Meerumschlungen

Schleswig-Holstein ist die pure Vielfalt auf kleinem Raum: Küste, Marschen und Geest mit ihrem jeweils eigenen Charakter ziehen jedes Jahr Millionen Urlauber an. urbanes gibt ein paar Tipps für einen goldenen Herbst.



Foto: Helmut Kunde

Seite 13\_Malerei

## Ein Fest der Farben

Südlichtern, die sagen, der Norden sei vor allem grau, sei dringend ein Besuch im Nolde-Haus in Seebüll verordnet. Der Farbrausch, in dem Emil Nolde seine Heimat malte, lässt jeden Friesland mit anderen Augen sehen.



Foto: Dennis Rehner

Seite 21\_Viva con Agua

## Trinken gegen den Durst der anderen

Ein Trainingslager auf Kuba veranlasste Fußballprofi Benjamin Adrion gegen die schlechte Wasserversorgung Initiative zu ergreifen. Es war der Beginn eines großartigen Projektes, das inzwischen über 3.000 Unterstützer hat.

Seite 24\_DLRG

## Leben retten hat immer Saison

Es begann mit einem schrecklichen Unglück in Binz auf Rügen, bei dem viele Menschen ertranken, weil sie nicht schwimmen konnten. Konsequenz war die Gründung der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft vor 100 Jahren.



Seite 30\_Bier

## Leckeres Handwerk

Während das Geschäft mit Bier zunehmend von wenigen riesigen global agierenden Konzernen dominiert wird, stemmen sich kleine handwerkliche Brauereien mit Engagement und dem Sinn für Qualität gegen diesen Trend.

Seite 36\_Pflegende Angehörige

## Der lange Marsch

Arnold Schnittger ist Vater eines Sohnes, der seit Geburt schwerbehindert ist. Er ist zusammen mit ihm von Nord nach Süd durch Deutschland gewandert, um die Aufmerksamkeit auf die schwierige Lage pflegender Angehöriger zu lenken.



DIAKONIE

## Neuer Leiter für's Hilfswerk

Dr. Tobias Woydack wird der neue Leiter des Diakonie-Hilfswerks Hamburg. Der 39-jährige Pastor tritt seine Stelle am 1. Januar 2014 an. Er ist Nachfolger von Pastor Dirk Ahrens, der ebenfalls ab 1. Januar 2014 seinen Dienst als Landespastor des Diakonischen Werkes Hamburg beginnt. Er ist derzeit Gemeindepastor in der Maria-Magdalena-Kirchengemeinde in Hamburg, Osdorfer Born. Das Diakonie-Hilfswerk bietet konkrete Unterstützung für Eltern, Familien und Kinder und für Menschen in Not. Es betreibt unter anderem ein Frauenhaus und die Telefonseelsorge in Hamburg. <<



SENIORENZENTRUM ST. MARKUS

## Traditioneller Laternenumzug

Der alljährliche Laternenumzug des Altenheims St. Markus ist in Eimsbüttel schon so etwas wie eine feste Institution. In diesem Jahr findet er am Mittwoch, dem 23. Oktober, statt. Veranstaltet wird er vom Förderkreis Seniorenzentrum St. Markus Hoheluft e.V. zusammen mit der Grundschule Hohe- luft. Los geht es um 18.30 Uhr vor dem Seniorenzentrum an der Gärtnerstraße 63. Für einen stimmungsvollen musikalischen Rahmen sorgen zwei Spielmannszüge der Feuerwehr und der Polizei. <<

[www.martha-stiftung.de](http://www.martha-stiftung.de)

ZUSAMMENARBEIT

## Starkes Bündnis für Menschen ohne Papiere

Seit fünf Jahren bietet die Malteser Migranten Medizin (MMM) in Hamburg ambulante medizinische Hilfe für Menschen ohne Papiere an. In Zukunft arbeiten die Malteser und Albertinen-Stiftung auf diesem Gebiet zusammen. Dadurch können auch Flüchtlinge behandelt werden, die außerhalb der Hamburger Stadtgrenzen leben. Die beiden Partner kennen sich bereits aus der Zusammenarbeit zwischen dem ambulanten Malteser Hospiz-Zentrum und dem stationären Diakonie-Hospiz Volksdorf. Angestoßen wurde diese Kooperation durch die Hilfe für einen serbischen Roma-Jungen aus Norderstedt. Ihm konnte im Sommer 2013 durch eine orthopädische Operation im Albertinen-Krankenhaus geholfen werden, sich wieder schmerzfrei zu bewegen. <<

[www.malteser-migranten-medizin.de](http://www.malteser-migranten-medizin.de)

Pflege & Gesundheit

Bestattung: Auf dem Grund des Meeres	7
Traditionelle Chinesische Medizin: Wenn Sorgen „an die Nieren gehen“	20
Forschung: Ein Bluttest für Demenz	27
Algen: Im grünen Bereich	28
Brustkrebs: Heilungserfolg im Team	40

Reisen & Lebensart

Schleswig-Holstein: Meerumschlungen	8
Bier: Leckeres Handwerk	30

Kultur & Kirche

Emil Nolde: Ein Fest der Farben	13
BallinStadt:	18
A wie Auswandern, B wie Ballin	
Marinemalerei: Wasser-Farben	42

Kultur & Kirche

Theater: Festivaljubiläumsschmaus	35
-----------------------------------	----

Politik & Gesellschaft

Spuren des Jahrhunderts: Weiterleben – aber wie?	15
Viva con Agua: Trinken gegen den Durst der anderen	21
100 Jahre: Leben retten hat immer Saison	24

Rubriken & Infos

Editorial   Impressum	3
Tipps & Meldungen	4-5, 44
Landes-Seniorenbeirat	38
Literatur-Tipps	33
Rätsel	41
Adressen	45-47

## EHRENAMT

**Ein Koffer voller Anregung**

Wenn die Menschen nicht zur Kultur kommen, dann muss sie eben zu den Menschen kommen. Nach diesem Prinzip funktioniert das Projekt „Kultur im Koffer“. Seit dem Sommer sind die Botschafter des Projektes Hamburg unterwegs. Ganz unterschiedliche Themen befinden sich in den Koffern: der frühe Jazz oder Heinz-Erhard-Gedichte, britische Lebensart oder Märchen sind nur einige Beispiele. Es sind die Themen der Kultur-Botschafterinnen und Botschafter. In einem Einführungsseminar haben sie ein persönliches Lieblingsthema aufbereitet und sich auf Besuche bei älteren Menschen vorbereitet. „Irgendwann ist das vielleicht so selbstverständlich wie Essen auf Rädern“, sagt Antje Stoffregen von der Fachstelle „Leben im Alter“ im Kirchenkreis Hamburg-Ost. Das Projekt ist noch im Aufbau. Im Oktober beginnt ein neuer Kurs für die Freiwilligen. <<

→ „Kultur im Koffer“

Heidrun Wörle, Projektkoordinatorin  
Tel. (040) 519 000 82

## AKTION HERZBRÜCKE

**99 glückliche Kinder**

Anfang September sind im Rahmen des Projektes „Herzbrücke“ der Hamburger Albertinen-Stiftung erneut neun schwer herzkrank afghanische Kinder und Jugendliche in Hamburg eingetroffen. Nach sechs Monaten organisatorischer Vorbereitungen und Voruntersuchungen durch die Vertrauensärzte der Herzbrücke in Afghanistan hatten die afghanischen Familien ihre kranken Kinder nach Kabul gebracht. Sie werden in den nächsten Wochen im Albertinen-Herz- und Gefäßzentrum des Albertinen-Krankenhauses sowie im Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf behandelt. Voraussichtlich Mitte Dezember werden alle Kinder zurück nach Afghanistan fliegen. Seit dem Beginn der Herzbrücke im Jahre 2005 konnte bislang 99 Kinder erfolgreich ein neues Leben geschenkt werden. <<

[www.albertinen-stiftung.de](http://www.albertinen-stiftung.de)



## WILHELMSBURG

**Seniorenzentrum eröffnet**

In unmittelbarer Nachbarschaft zur internationalen Gartenschau IBA wurde mit dem Seniorenzentrum „Am Insepark“ eines der größten Projekte der Internationalen Bauausstellung IBA Hamburg eröffnet. Auf 9.200 Quadratmetern bietet das viergeschossige Gebäude nicht nur 141 Pflegeheimplätze, sondern auch einen ambulanten Pflegedienst, eine Pflegeschule mit Aus- und Weiterbildungsplätzen, eine Mutter-Kind-Wohngruppe mit sieben Appartements sowie eine Kindertagesstätte für 60 Kinder

## FRIEDHOF OHLSDORF

**Erinnerung an die Bombenopfer**

Am 30. August 2013, 70 Jahre nach der größten Katastrophe, die die Hansestadt je erlebt hat, wurde auf der Sammelgrabstätte der Bombenopfer auf dem Ohlsdorfer Friedhof (Mittelallee) vier gleich gestaltete Stelen aus Muschelkalk mit Informationstafeln der Öffentlichkeit übergeben.

Gestiftet wurden sie von Senatsdirektor a.D. Reinhold Scharnberg. Dieser hat die Hamburger Bombennächte des Juli und August 1943 selbst erlebt und wandte sich 2011, in hohem Alter, mit der Bitte an die Friedhofsverwaltung, dass die dortige Anlage für die Bombenopfer den nachfolgenden Generationen besser erklärt werden müsse. <<

→ Spendenkonto  
Albertinen-Stiftung  
Herzbrücke  
Konto 1144  
Bank für Sozialwirtschaft  
Blz 25120510



aus dem gesamten Stadtteil. Diese Nutzervielfalt bietet die Möglichkeit für die Begegnung der Generationen. Im Seniorenzentrum entstehen rund 90 Arbeitsplätze. <<

## MITTERNACHTSBUS

**Erfahrungsaustausch zwischen Elbe und Newa**

Fast 60.000 Menschen leben in St. Petersburg auf der Straße und es gibt kaum staatliche Hilfsangebote für sie. Jetzt waren die Mitarbeiter des dortigen Mitternachtsbusses zu Besuch bei ihren Kollegen in Hamburg. Der Nachtbus an der Newa wird von dem Projekt „Nochlezkha/Nachtasyl“ betrieben und von der Diakonie Hamburg unterstützt. Aus dem Austausch von unterschiedlichen Erfahrungen wachsen Netzwerke und es entstehen neue, wertvolle Ideen. Für die Helfer des Hamburger Mitternachtsbusses ist der Austausch auch angesichts der Migration aus Osteuropa für ihre Arbeit hier sehr wichtig. <<

Anzeige

**Vinothek**

- Weinproben, Edle Weine & Champagner
- Boberger Spirituosen & Whisky vom Fass

**Weinbar mit Bistro**

- Erlesene Weine genießen und in aller Ruhe auswählen.

**Feinkost**

- Sich selbst etwas gönnen oder verschenken

**Exklusive Ferienappartements**

- NEU ab Oktober 2012



**Weinhaus  
an der Bergstrasse**

**Vinothek - Weinbar - Feinkost**

Tel. 040.739 96 42 • [weinhaus-boberg.com](http://weinhaus-boberg.com)  
Am Langberg 104 • 21033 Hamburg



## JUBILÄUM

**180 Jahre Rauhes Haus**

Am 13. September feierte das Rauhe Haus seinen 180. Geburtstag: Johann Hinrich Wichern gründete es am 12. September 1833 als Rettungshaus für verwahrloste und verwaiste Kinder aus den Elendsquartieren Hamburgs. Damit legte der Hamburger Theologe den Grundstein der heutigen Diakonie. In dem Festakt mit Hamburgs Erstem Bürgermeister Olaf Scholz und Kirsten Fehrs, Bischöfin im Sprengel Hamburg und Lübeck, erinnerte Prof. Michael Göring, Vorstandsvorsitzender der ZEIT-Stiftung, daran, dass bürgerschaftliches Engagement heute nach wie vor aus Solidarität oder

Nächstenliebe gespeist wird: „Das säkulare Zeitalter ist keinesfalls eine Zeit ohne christliche Beweggründe; diese sind in ihrer Dreifaltigkeit: Caritas, Gemeinschaftsbezug, Verantwortung weiterhin vorhanden.“ Bürgermeister Olaf Scholz sprach in seinem Grußwort an die rund 550 Gäste über die Wichtigkeit der Stiftung: „Das Rauhe Haus leistet einen wesentlichen Beitrag zur sozialen Entwicklung Hamburgs. Dass Hamburg im Zusammenwirken von Jugendhilfe und Schule eine führende Rolle übernommen hat, daran hat Das Rauhe Haus einen erheblichen Anteil.“ <<

Anzeige

HOSPITAL ZUM  
HEILIGEN GEIST  
Kleine Stadt für Senioren



## Leben bei uns



- Stationäre Langzeitpflege, überwiegend im Einzelzimmer
- Ambulante Pflege (Diakoniestation Alstertal)
- Kurzzeitpflege nach Krankenhausaufenthalt und Urlaubspflege
- Wohnen mit Service, Gästezimmer
- Hanseatischer Hausnotruf
- Physikalische Therapie mit Schwimmbad
- Fachärztliche Versorgung, Zahnarztpraxis und Apotheke
- Gottesdienste, Festsaal mit Kulturprogramm, Parkrestaurant, Menüservice, Krämerladen u.v.m.
- Altenpflegeschule Hamburg-Alstertal

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!  
Hospital zum Heiligen Geist · Kundenzentrum  
**Tel. (0 40) 60 60 11 11**

Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg Poppenbüttel · [www.hzgg.de](http://www.hzgg.de)

## WELTHOSPIZTAG

**Benefizkonzert im Michel**

„Gemeinsam für ein würdevolles Sterben“. Unter diesem Motto lädt der Landesverband Hospiz und Palliativarbeit Hamburg e.V. aus Anlass des Welthospiztags am 19. Oktober um 19 Uhr zum Benefizkonzert in den Hamburger Michel ein. Auf dem Programm stehen Werke von Brahms und Mendelssohn. Zwischen den Stücken liest NDR-Redakteur Gerd Spiekermann Passagen aus „Leben war eine prima Alternative“ von Maxie Wander. „Wir knüpfen damit an die Tradition des Welthospiztags an, die vor 25 Jahren in England begründet wurde“, erläutert Martina Kuhn von der Koordinierungsstelle Hospiz und Palliativarbeit Hamburg. Zu Beginn der Hospizbewegung hatte die Krankenschwester und Ärztin Cicely Saunders seit 1988 jährlich Konzerte vor den Toren des ersten Hospizes in London organisiert, um auf die sinnvolle Arbeit aufmerksam zu machen und Spenden für die damals noch junge Bewegung zu sammeln. Karten gibt es in allen Vorverkaufsstellen zu 9, 12 und 15 Euro. <<

→ **Benefizkonzert**  
**Hauptkirche St. Michaelis**  
**Englische Planke 1**  
**20459 Hamburg**  
**Tel. (040) 376780**

[www.welthospiztag-hamburg.de](http://www.welthospiztag-hamburg.de)

## DIAKONIE ST. PAULI

**Neuer Hospizkurs**

Die Ambulanten Hospizdienste St. Pauli und Winterhude starten einen neuen Kurs für ehrenamtliche Hospizbegleiter. Ein Informationsabend für Interessierte findet am 16. Oktober um 18 Uhr im Gemeindesaal der Diakonie St. Pauli statt. Der 90-stündige Kurs beginnt dann am 11. November 2013. Information und Anmeldung: **Stefanie Janssen**, Tel. (040) 43 18 54 16 [stefanie.janssen@diakonie-stpauli.de](mailto:stefanie.janssen@diakonie-stpauli.de) **Siglinde van Huffel**, Tel. (040) 27 80 57 58 [vanhuffel@bodelschwingh.com](mailto:vanhuffel@bodelschwingh.com) <<

→ **Diakonie St. Pauli**  
**Antonistraße 12**  
**20359 Hamburg**  
**Tel. (040) 43 18 54-0**  
**www.diakonie-**

## WEIN UND LESEN

**Doppelter Genuss**

Eine Weinprobe kombiniert mit der Vorstellung von neuen Büchern, diese Idee erfreut sich großer Beliebtheit. Das Weinhaus Boberg lädt zu einem anregenden Abend am **Dienstag, 22. Oktober 2013**, unter dem Titel „Wein & Lese(n)“ ein. urbanes-Autorin Ulrike Kirschner und ihre Kollegin Ursula Fischbuch von der Sachsantor-Buchhandlung stellen aus der Fülle der Neuerscheinungen ihre Lieblinge vor. Dazu gibt es Weine und Snacks, präsentiert von Weinhaus-Inhaber Carsten Günther und seiner Frau Nicole. Karten gibt es für 15 Euro in den Filialen der Sachsantor-Buchhandlung in Bergedorf und im Weinhaus. Die Zahl der Teilnehmer ist auf 25 begrenzt. <<



→ **Weinhaus Boberg**  
**Am Langberg 104**  
**21033 Hamburg**  
**Tel. (040) 739 96 42**  
**www.weinhaus-boberg.com**

# Auf dem Grund des Meeres

Gerade Menschen mit einer engen Beziehung zum Meer wünschen sich vielfach eine Seebestattung. Sie sollten dies aber unbedingt schriftlich festhalten.

**E**r war der erste Mensch auf dem Mond, aber seine letzte Ruhe wollte er im Meer finden. So wie Astronaut Neil Armstrong wünschen sich viele Menschen eine Seebestattung. Die vier Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer spielen in der Bestattungskultur schon seit alters eine zentrale Rolle. Dahinter steckt die Idee, dass der Mensch nach seinem Tod in den ewigen Kreislauf des Werdens und Vergehens eingeht. Etwa jede 40. Bestattung in Deutschland ist heute eine Seebestattung.

Früher fanden nur Seeleute und Passagiere, die an Bord verstorben waren, ihre letzte Ruhe auf See. Schon aus hygienischen Gründen war es notwendig, den Leichnam dem Meer zu übergeben. Mit dem Feuerbestattungsgesetz wurde die seemännische

Bestattung 1934 in Deutschland zulässig, allerdings nur in Ausnahmefällen und mit einer besonderen Begründung, zum Beispiel der, dass der Verstorbene zu Lebzeiten eine besonders enge Beziehung zum Meer gehabt habe. Auch heute noch bedarf eine Seebestattung einer behördlichen Genehmigung, weil sie dem allgemeinen Friedhofszwang zuwiderläuft.

Auch im Hamburger Gesetz über das Friedhofs- und Leichenwesen heißt es, dass die Hamburger Friedhöfe eine Beisetzung von einem Schiff auf See nur als Ausnahme zulassen können, wenn dies dem Willen des Verstorbenen entspricht. Ein schriftlich niedergelegter Bestattungswunsch des Verstorbenen ist deshalb auf jeden Fall zu empfehlen. 1972 führte die „See-Bestattungs-Reederei

Hamburg“ die erste gewerbliche Bestattung durch. Inzwischen gibt es viele Reedereien, die dies anbieten und über entsprechend ausgerüstete Schiffe verfügen. Bestattungsunternehmen wie etwa GBI, verfügen über Kontakte zu erfahrenen Reedereien. Die Beisetzung der Urne, die wasserlöslich sein muss, erfolgt im Rahmen einer kleinen Zeremonie außerhalb der Drei-Meilen-Zone über sogenannten „rauhem Grund“, also in Gebieten, in denen weder gefischt noch Wassersport betrieben werden darf. Die Urne muss auch so beschaffen sein, dass sie rasch auf den Meeresboden sinkt. Die genaue Position wird im Logbuch festgehalten, um behördlichen Vorschriften Genüge zu tun. Auf Wunsch können die Hinterbliebenen an der Zeremonie teilnehmen. <<

Anzeige



## Martha Stiftung



### Sicherheit – Vorsorge – Service

Mit der SVS-Karte der Martha Stiftung

- Für Senioren ab 60 Jahren
- Beratung und Unterstützung in allen Lebenslagen
- Vermittlung von Dienstleistungen
- Hausnotruf
- Freizeitangebote
- Preis- oder Leistungsvorteile bei Geschäften und Dienstleistern (zum Teil)
- und vieles mehr



Sie erreichen uns in folgenden Stadtteilen

- Eimsbüttel, Hoheluft, Eppendorf, Lokstedt und neu in Niendorf  
Telefon (040) 41 30 42 90
- Langenhorn und Norderstedt  
Telefon (040) 50 79 70 98
- Rahlstedt · Telefon (040) 67 57 71 55

Rufen Sie uns an! Wir informieren Sie gerne ausführlicher!





Foto: Carlos Atlas Eridiso/www.nordseeurlaubsmus.de



# Meerumschlungen

Wer achtlos mal schnell von Hamburg nach Sylt düst, der verpasst viel.  
Denn rechts und links liegt ein Land voller Schönheit, Kultur und Genuss.

VON HEINRICH GROSSBONGARDT

**G**erade mal 50 Kilometer sind es von der Flensburger Förde bis Horsbüll gegenüber Föhr, etwa so weit wie von Wedel bis Geesthacht. Schmäler ist Schleswig-Holstein nirgendwo. Nach dem Saarland ist es – von den Stadtstaaten mal abgesehen – das kleinste Bundesland. Aber seine Küstenlinie würde mit ihren 870 Kilometern locker von Flensburg bis

zum Brenner reichen. 6,1 Millionen Übernachtungsgäste lockte das Land zwischen Nord- und Ostsee, Elbe und dänischer Grenze 2012 und dazu ungezählte Tagesausflügler.

Viele Menschen begeistert die ungeheure Vielfalt an vollkommen unterschiedlichen Landschaften: Wattenmeer und Förderküste, die Marschen mit ihrer Weite und ihrem

hohen Himmel und die Holsteinische Schweiz mit ihren Hügeln und Seen. Die Landschaften, die Eiszeit und Sturmfluten geformt haben, sind einzigartig. Herbes und Liebliches liegen hier dicht beieinander. Wer Trubel, buntes Leben und sportliche Aktivitäten sucht, der findet das, und wem der Sinn nach Ruhe, Natur oder Kultur steht, der findet auch dies. >>

[www.sh-tourismus.de](http://www.sh-tourismus.de)





Foto: Flensburg Fjord Tourismus GmbH

„Schleswig-Holstein meerumschlungen“ ist ein Land zum Ausspannen, Entdecken und Genießen. Von allem gibt es mehr als genug und seit ein paar Jahren stellt das Land das auch geknackte heraus.

→ **norditeran**  
Dorfstraße 12

25852 Bordelum  
Tel. (04671) 94 36 733  
www.norditeran.com

→ **norditeran Feinkost**

Tel. (04671) 94 36 735  
Mittwoch bis Freitag:  
10-12 Uhr | 14-18 Uhr  
Samstag 10-13 Uhr

Es ist eine notorische Behauptung von Südlichtern, das täglich Brot des Schleswig-Holsteiners sei das Fischbrötchen. Auch wenn ein Matjesbrötchen es mit mancher anderen Leckerei aufnehmen kann und Schleswig-Holstein seit zwei Jahren am 12. Mai den Weltfischbrötchentag feiert, das Kulinarikpotential ist damit nicht im Ansatz ausgeschöpft.

Schleswig-Holstein profitiert von der Rückbesinnung auf das Ursprüngliche und Echte, auf Unverfälschtes aus regionaler Produktion. Katen-

schinken, Rosenblütenmarmelade, Lübecker Marzipan sind nur einige davon. Gourmets schwören auf Salzwiesenslamm, Susländer Schwein und das intensiv-aromatische Fleisch von Galloways, Hochlandrindern und Auerochsen, wie sie auf den Weiden der Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein gehalten werden. Ach ja, den Käse sollte man nicht vergessen: 30 Hof-Käsereien und Meiereien gibt es im Land, die aus Kuh-, Ziegen- und Schafsmilch über 100 verschiedene Sorten produzieren – Biikensais, Friesisch Blue, Deichkäse, feinsten Tilsiter und viele mehr.

#### GROSSE KÜCHE AUF DEM DORF

Wo es so viel Gutes gibt, da sind auch gute Köche nicht weit. Malte Peters und Bastian Baumgarten zum Beispiel, zwei Jungs vom Lande, die in Nordfriesland aufgewachsen sind, in der weiten Welt ihr Handwerk lernen und nun zuhause in Bordelum das „norditeran“ betreiben. Im „Borchart“ in Berlin und in der Hamburger „Bank“ hat Peters Erfahrung gesammelt. Das berechtigt zu einigen Erwartungen. Der Brückenschlag zwischen nord-

ischer Küche und Mediterranem gelingt den beiden denn auch mühelos. Längst ist die ehemalige Kantine der Waldorfschule, in der sie ihr kleines Restaurant betreiben, eine Muss für Genießer. Wer hin will, sollte unbedingt vorbestellen.

Dass exzellente Küche zu allen Jahreszeiten anspruchsvolle und gut zahlende Gäste anlockt, haben auch die Tourismusmanager des Landes lange erkannt. Von Anfang September bis Ende März laden sie Spitzenköche aus ganz Deutschland und aus Skandinavien ein, damit sie in ausgewählten Restaurants mit der haus-eigenen Küchen-Crew aus heimischen Produkten ein Feinschmeckermenü zaubern. Dieses Schleswig-Holstein Gourmet-Festival findet inzwischen seit 25 Jahren statt, und viele Veranstaltungen sind schnell ausgebucht. Die teilnehmenden Hotels bieten in Zusammenhang mit dem genussvollen Gala-Abend attraktive Übernachtungsarrangements an. Am 15. September war im Strandhotel Glücksborg der glanzvolle Auftakt; das letzte Dinner findet am 15./16. März in den Holländischen Stuben im male-rischen Friedrichstadt statt.



Bastian Baumgarten und Malte Peters zelebrieren ambitionierte Küche auf dem Dorf.

[www.gourmetfestival.de](http://www.gourmetfestival.de) | [www.kaesestrasse.sh](http://www.kaesestrasse.sh)





## „Rum muss, Zucker kann, Wasser darf..“

Rum gehört heute zu den beliebtesten Spirituosen der Welt und darf in keiner guten Cocktailbar fehlen. Planters Punch, Cuba Libre, Daiquiri ... alle diese wohlklingenden Namen sind ohne das „Gold der Karibik“ undenkbar. Genießen Sie das karibische Gold aus der Rum-Manufaktur und tauchen Sie ein in die große Zeit der Flensburger Westindienfahrt. Wir verlosen unter den richtigen Einsendungen 10 Flaschen mit 0,5 Liter des original Braasch-Rum mit 40% Vol. nach altem Flensburger Chef-Rezept!

### VIEL ZU SCHADE FÜR EINEN GROG

Eine Köstlichkeit, die erst seit einem guten Jahrzehnt wiederentdeckt wird und unter Kennern immer mehr Freunde findet, ist Rum. Flensburgs Geschichte ist eng mit diesem Getränk verbunden. Von hier aus starteten die Schiffe nach Dänisch-Westindien, den heutigen amerikanischen Jungfernsinseln, und brachten der damals ebenfalls dänischen Stadt Rohrzucker, Reichtum und auch den Rum.

Die Flensburger Rumhersteller verfeinerten den Pure-Rum mit 75 Prozent Alkoholgehalt, den sie aus der Karibik erhielten, indem sie ihn in Eichenholzfässern lagerten, auf



Trinkstärke verdünnten und die verschiedenen Sorten mischten. Zur Blütezeit des Rumhandels gab es in der kleinen Stadt an der Förde 200 Rumhandelshäuser.

Walter Braasch macht das auch heute noch und setzt damit eine Tradition fort. Sein Unternehmen ist eines von zweien, die von den vielen Herstellern, die es einst in Deutschlands Rumhauptstadt gab, noch übrig geblieben sind, wobei das Wort „geblieben“ nicht ganz richtig ist, denn der gelernte Destillateur ist gemessen an der langen Tradition ein Neuling. Er hat sein Rumhaus erst 1998 eröffnet, als der letzte große Hersteller am Ort seine Produktion einstellte. Ganz in der Nähe des Westindienspeichers von 1789, einem der berühmtesten Packhäuser der Stadt, betreibt er einen kleinen Rum-Laden, in dem man probieren und sich beraten lassen kann. Schon beim ersten Schluck merkt man: Für einen steifen Grog ist dieser Rum viel zu schade. Daneben führt Braasch auch eine Menge anderer verführerischer Köstlichkeiten geistiger Natur, wie etwa Eierlikör aus eigener Produktion, Pflaumenbrand oder Rum-Pralinen. >>

→ **Wein- & Rumhaus Braasch**  
Rote Str. 26 - 28  
24937 Flensburg  
Tel. (0461) 14 16 00  
[www.braasch.sh](http://www.braasch.sh)

→ **Braasch Rumladen**  
Große Straße 24  
24937 Flensburg

**In einer kleinen Rum-Manufaktur entsteht ein Getränk für Kenner.**



### So können Sie gewinnen\*:

Beantworten Sie die Frage: Zu welchem Staat gehört Dänisch Westindien heute? Schreiben Sie die Lösung auf eine Postkarte und senden sie an: urbanes c/o Art Works! GmbH, Unterberg 15b, 21033 Hamburg. Viel Glück. Einsendeschluß: 30. Nov. 2013



**Walter Braasch lässt die Flensburger Rum-Tradition weiterleben.**



Foto: Helmut Kunde



Foto: TSMH/Oliver Franke

Weiter Himmel, weites Land – inspirierend und faszinierend zu gleich.

→ **Flensburger  
Schiffahrtsmuseum**  
Schiffbrücke 39  
24939 Flensburg  
Tel. (0461) 85 29 70

Wer dabei auf den Geschmack gekommen ist, der sollte einen Abstecher ins Rummuseum im Keller des Flensburger Schiffahrtsmuseum machen. Bis vor einigen Jahren lagerten dort noch riesige Eichenfässer mit westindischem Rum. Das sorgt bis heute für eine dem Thema angemessene Raumnote.

#### EIN SCHMUCKSTÜCK DER RENAISSANCE

Oder steht Ihnen der Sinn nach Kultur? Schloss Gottorf und das Nolde-Museum sind natürlich jedes für sich eine Reise wert oder auch zwei. Aber Hamburgs nördlicher Nachbar bietet große Kultur auch im Kleinen. In Husum zum Beispiel, Theodor Storms grauer Stadt am Meer, die so ganz und gar nicht grau ist, sondern skandinavisch farbenfroh. 20.000 Husumer gibt es, aber die haben insgesamt sechs Museen – ein Verhältnis, das rekordverdächtig ist.

Da ist selbstverständlich das Wohnhaus des Dichters, ein Kaufmannshaus aus dem 18. Jahrhundert. Das Nordseemuseum Husum-Nissenhaus

schildert sehr anschaulich das Leben der Nordfriesen mit dem Meer. Vor allem aber ist da das Schloss vor Husum, das einzige landesherrliche Schloss an der schleswig-holsteinischen Westküste. Herzog Adolf I. von Schleswig-Holstein-Gottorf ließ es Ende des 16. Jahrhunderts im Stil der niederländischen Renaissance für seine Aufenthalte in der Gegend erbauen. Später wurde es dann Witwensitz, Schloss der dänischen Könige und noch später Verwaltungsgebäude des Kreises Husum. Der Name des Schlosses wirkt befremdlich, liegt es doch in der Nähe des Marktplatzes, doch als es erbaut wurde, war das deutlich vor der Stadt.

#### WOHER SIE KAMEN, WEISS NIEMAND

Heute ist es Museum und kultureller Mittelpunkt der Westküste. Zu besichtigen sind einstige Wohn- und Schlafräume, der Rittersaal mit seinem opulenten Todeskampfkamin sowie die Schlosskapelle und die fürstliche Loge. Daneben gibt es Ausstel-

lungen zeitgenössischer Kunst sowie für Kinder das Pole-Poppenspüler-Museum mit 500 Puppen verschiedenster Art und Herkunft. International bekannt ist das Schloss aber als Veranstaltungsort für das Festival „Raritäten der Klaviermusik“, das seit 1987 jedes Jahr im August dort stattfindet.

Berühmt ist das Schloss auch für seinen Garten und den Park, in dem seit Jahrhunderten jedes Jahr im Frühling Millionen wilder Krokusse blühen und ihn in ein lila Blütenmeer verwandeln. Niemand weiß, warum diese Krokus-Art mit dem Beinamen „Neapolitanus“ ausgerechnet hier wächst. Eigentlich sind die Frühlingsblüher, wie schon der Name sagt, in Südeuropa beheimatet und sonst nirgends wild in Deutschland zu finden. Auch ohne die Antwort auf diese Frage zu kennen, bleibt der lila Blütenteppich im Husumer Schloss ein Ereignis, das man sich vormerken kann – als einen von vielen guten Gründen, zwischen den Meeren auf Entdeckungsreise zu gehen. <<

→ **Schloss vor Husum**  
König-Friedrich V.-Allee  
25813 Husum  
Tel. (04841) 89 73 130

→ **NordseeMuseum**  
Husum Nissenhaus  
Herzog-Adolf-Str. 25  
25813 Husum  
Tel. (04841) 25 45  
www.museumsverbund-  
nordfriesland.de



Foto: istockphoto.com

## Kulinarische Offenbarung

Eigentlich ist das Norditeran das Ergebnis eines Fehlschlags. Bastian Baumgarten und Malte Peters waren eigentlich nach Bordelum gekommen, um die Kantine der dortigen Waldorfschule zu übernehmen. Sie wollten einfach zurück nach Hause. Die Schule wurde mangels Nachfrage bald geschlossen und die beiden Partner mussten nach einem Plan B Ausschau halten. Der ist ihnen besser gelungen als Plan A je hätte werden können. Jedenfalls nehmen viele Gäste eine lange Anfahrt in Kauf und bereuen es nicht.

### Sie können gewinnen!

Wir verlosen\* ein köstliches Gourmetmenü für zwei Personen. Schreiben Sie einfach eine Postkarte mit dem Stichwort „Norditeran“ an urbanes c/o Art Works! GmbH, Unterberg 15b, 21033 Hamburg senden oder schicken Sie eine E-mail an kontakt@urbanes.de. Einsendeschluss: 30. November 2013.

Gewinnen Sie  
ein Gourmetmenü für  
2 Personen

www.norditeran.com



# Ein Fest der Farben

Wie unterschiedlich man doch eine Landschaft erleben kann. „Am grauen Strand, am grauen Meer“, dichtet Theodor Storm. Und dann ist da jemand wie Emil Nolde, den dieselbe Landschaft zu einem Farbenrausch inspiriert, als malt er einen anderen Planeten, aber nicht dieselbe Heimat.

VON CAROLINE DIETERICH

Seit 1957 finden im historischen Wohn- und Atelierhaus des Malers Emil Nolde in Seebüll, ganz im Norden Schleswig-Holsteins, jährlich wechselnde Ausstellungen statt. Die diesjährige trägt den Titel „Emil Nolde: Farben waren mir ein Glück“ und beschert dem Besucher mit 136 Exponaten aus unterschiedlichen Werkbereichen und Schaffensphasen des Künstlers ein faszinierendes Erlebnis inmitten der nordfriesischen Idylle: Endlose Weiten, vereinzelte Häuser und zahllose Kühe mit ihren Kälbern. „Die Freude an den Fennen mit ihren

Tieren hatten wir, und wir liebten ihr lustiges Leben, ungefesselt auf grünem, flachen Land“ so schrieb der Maler.

Das Noldehaus, der rote Backsteinbau im Bauhausstil, steht auf einer kleinen Warft, zu deren Füßen sich der farbenfrohe Garten in die sonst eher karge Marschlandschaft schmiegt. Noldes Garten war sein persönliches Paradies. Wie auch sein Wohnhaus hat er ihn selbst entworfen und bis ins kleinste Detail genau geplant. Die Wege des Gartens ließ er in der Form der Initialien von sich und seiner Frau

Ada anlegen, ein „A“ und ein „E“ als Zeichen inniger Verbundenheit.

Im Erdgeschoss des Hauses erlauben die Fenster einen Blick in die Wohnräume Emil Noldes. Alles wurde so belassen, wie der Maler es einst eingerichtet hatte, fast so, als könne er jeden Moment in der Tür erscheinen. Im Bildersaal fesselt die Intensität der Farben: tosendes Blau, vibrierendes Weiß, glühendes Rot und strahlendes Gelb. Durch die expressive Steigerung des Kolorits entdeckte der Künstler das Eigenleben der Farbe, so dass diese schließlich zu seinem Ausdrucks- >>

→ **Nolde  
Stiftung Seebüll  
25927 Neukirchen  
Öffnungszeiten:  
Täglich 1. März  
bis 1. Dezember  
10 - 18 Uhr**

[www.nolde-stiftung.de](http://www.nolde-stiftung.de)





Fotos: Helmut Kunde



Der Garten seines Hauses war für Emil Nolde – hier im Selbstporträt – die Quelle vieler Motive.



**Im Ausstellungsraum des Nolde-Hauses kann man den Norden sehen, wie ihn nur einer sah.**

mittel wurde. Er selbst war begeistert von jener Entwicklung: „Die Farben waren mir ein Glück, es war, als ob sie meine Hände liebten“.

Als feinsinniger und scharfer Beobachter gelingt es Nolde mit wenigen Mitteln, Stimmungen und Gefühle einzufangen, wie etwa die innige Verbundenheit des „Menschenpaars“ oder die unumstößliche Macht der

Naturgewalten beim „Seeweib“. Seine nordfriesische Heimat findet sich ebenso wieder wie Szenen des mondänen Berliner Nachtlebens. Einen besonderen Reiz üben von jeher die Blumendarstellungen Noldes aus, wirken sie doch, als hätte man den eben durchschrittenen Garten Stück für Stück auf Leinwand gebannt. In diesem Jahr erwarten die Besucher zudem über 30 Werke Emil Noldes, die noch nie zuvor in Seebüll zu sehen waren.

Die Kabinette der Ausstellung sind den Aquarellen und der Druckgraphik gewidmet. Die „Ungemalten Bilder“ entstanden während Noldes Malverbot und dienten zum Teil als Vorlage für spätere Gemälde. Der aufmerksame Besucher wird manchem Aquarell so das passende Gemälde im Bildersaal zuordnen können und Verbindungen entdecken.

Eine besondere Rolle nimmt die Farbe bei den Aquarellen der Reihe der Phantasien ein. Mit gänzlich

durchnässtem Papier, ließ der Künstler der Farbe buchstäblich freien Lauf, sah darin entstehende Gestalten und formte sie im Anschluss mit klaren Strichen aus der farbigen Melange heraus. So entstanden märchenhaft groteske Gestalten, welche selbst kühnste Phantasien übertreffen.

**DER FARBE FREIEN LAUF LASSEN**

Die freie Gestaltung aus dem Innersten heraus ist ein wichtiger Aspekt der religiösen Werke, welche im ehemaligen Atelier des Künstlers zu finden sind. So wollte Nolde keine Bilder zur Bibel erschaffen, vielmehr verarbeitete er darin kindlich religiöse Eindrücke, die den Künstler so sehr beschäftigten, dass die Bilder förmlich aus ihm herausströmten:

Die Ausstellung zeigt so einen Querschnitt durch das Leben und Schaffen Noldes, sie bietet viele Entdeckungen und lässt manches Werk in neuem Licht erscheinen. <<

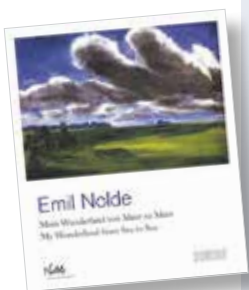
Gewinnen Sie 5 x 2 Eintrittskarten ins Nolde-Haus

**„Mein Wunderland von Meer zu Meer“**

„Mein Land, darüberhin die tausenden Lerchen jubelnd auf- und niederschwebend, mein Wunderland von Meer zu Meer“, schwärmte Emil Nolde in seiner Autobiografie.

„Mein Wunderland von Meer zu Meer“ heißt auch der neue Themenband mit rund 70 Bildern jener Heimat, die das Werk des großen Farbenkünstlers so nachhaltig prägte: Weizenfelder und Marschland hinter den Deichen, Wälder und Dünengras, reetgedeckte Höfe und das markante Wohnhaus Noldes in Seebüll mit dem prächtigen Garten, in dem Sonnenblumen und Mohn leuchten.

Sie können eines von drei Büchern mit je zwei Eintrittskarten für das Nolde-Haus in Seebüll gewinnen\*, wenn Sie wissen, was die Buchstaben A und E im Garten des Nolde-Hauses bedeuten. Senden Sie die richtige Antwort an urbanes c/o Art Works! Unterberg 15b, 21033 Hamburg oder schicken Sie eine E-mail an kontakt@urbanes.de Mit etwas Glück gehören Sie zu den Gewinnern! Einsendeschluss: 30. November 2013



**Emil Nolde. Mein Wunderland von Meer zu Meer Jörg Garbrecht, 152 Seiten, Hardcover.**



**Buntes Blumenmeer der Natur im Garten in Seebüll.**

\*Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



# Spuren des Jahrhunderts: „Weiterleben – aber wie?“



Alltagserinnerungen sind ein Stück lebendiger Geschichte. Seit 1997 lässt der Zeitgut Verlag Menschen aus ganz Deutschland erzählen, was sie erlebt, gefühlt, gedacht und gehofft haben. So wie Ernst Haß, der 1944 bei einem Bombenangriff seinen Arm verliert. Seine schwangere Frau kommt im Bombenhagel um. Wie wird man damit fertig?

Seit 1941 fuhr ich unter der KMD (Kriegsmarine Dienststelle) Blockadebrecher im Mittelmeer und in Norwegen. Zuvor war ich auf Hilfskreuzern, Minenräumern und Minensuchern. Im Oktober 1944 lag mein Schiff, die „Athen“, in Hamburg auf der Werft. Ich hatte Nachturlaub eingereicht, der auch genehmigt wurde. Ich war 31 Jahre jung, und natürlich war es viel schöner, nachts bei der Ehefrau zu schlafen als allein an Bord. Meine Frau und ich wohnten bei meinen Eltern in Wilhelmsburg, einem Stadtteil unweit des Hafens.

Morgens, gegen 2 Uhr, wir schliefen fest, pochte jemand an unsere Wohnungstür. Es war meine Mutter, die schrie: „Aufstehen! Es ist Fliegeralarm!“ Wir hatten die Sirenen nicht gehört. Mutter gab nicht eher Ruhe, bis wir uns erhoben hatten. Meine schwangere Frau und ich sahen erstaunt zum Himmel, wo die Scheinwerfer der Flak die bombenbeladenen Flugzeuge suchten. Ein benachbarter Bauer hatte von seinem Grundstück aus einen splittersicheren Erdbunker in den Obergewerkswerderdeich gebaut, unserem Haus direkt gegenüber. Drinnen standen ein paar Gemüseboxen, auf denen man sitzen konnte. In der Dunkelheit nahm ich meine Frau an die rechte und meine Mutter an die linke Hand. Wir rannten los. Wir wollten den Deich schräg hinauflaufen. Aber es kam anders. Plötzlich spürte ich den mir bekannten Druck,

den fallende Bomben verursachen. Ich konnte nur noch „Hinlegen!“ brüllen und riss beide Frauen mit um. Das Sausen und Detonieren der Bombe, das Krachen der herunterfallenden Trümmer hörten sich furchtbar an! Unser Haus war getroffen. Dann Stille, unerträgliche Stille.

## „JUNGE, DEIN ARM!“

Plötzlich hörte ich Mutter schreien: „Mein Bein! Mein Bein!“ Ich wollte aufstehen, aber es ging nicht! Immer wieder fiel ich auf mein Gesicht. Dann nahm ich es wahr: Mein rechter Arm fehlte, bis obenhin!

Irgendwie rappelte ich mich hoch. Ich sah meine Mutter auf dem Rücken liegen, das rechte Bein hielt sie hoch. An ihrem Unterschenkel hing der Fuß mit dem Schuh nur noch an einer einzigen Sehne. Ein schrecklicher Anblick! Mutter schrie entsetzt: „Dein Arm, Junge, dein Arm!“

Ich zwang mich zur Besinnung und drückte mit Daumen, Mittel- und Zeigefinger der linken Hand die Armschlagader ab. Eigenartigerweise schaute ich mich nach meinem rechten Arm um. Ich glaube, wenn ich diesen gefunden hätte, hätte ich ihn wohl an meine Schulter gedrückt, damit er wieder anwächst.

Dann sah ich meine Frau. Sie lag mit geschlossenen Augen am Deich. Ich glaubte, sie sei tot. Seit der Detonation waren vielleicht zwei, drei Minuten vergangen. Ich wollte Hilfe ho-

len. Irgendwie schaffte ich es, den Deich hochzukommen und durch die Hecke zu kriechen. Dann stand ich vor dem Erdbunker. Alles schrie auf. Ich taumelte zu meinem Vater und brachte nur noch hervor: „Mutter Bein ab, Frau tot!“

Vater rannte los, während ich mich in den Bunker schleppte. Ich legte mich auf die Gemüseboxen und fing an zu beten: „Herrgott, hole mich!“ Als Krüppel wollte ich nicht weiterleben! Ich wollte meine linke Hand aus dem rechten Oberarmstumpf nehmen, in Ohnmacht fallen und verbluten. Aber ich hatte keine Kraft mehr, alles war verkrampft. Mit geschlossenen Augen lag ich da und wartete auf den Tod.

## EIN RETTENDER TRUNK

„Womit habe ich das nur verdient?“ musste ich denken. Die Schmerzen nahmen zu und ich flehte: „Herrgott, erlöse mich!“ Nach einer Weile vernahm ich die Stimme von Bauer Benthack: „Erni, kann ick di wat helfen?“ Ich öffnete die Augen und sagte zu ihm: „Jo, dat kanns du, ick hebb beusen Döst.“

Der Bauer konnte nicht glauben, dass ich noch am Leben war. Er rannte los und brachte mir nach wenigen Minuten eine große Kanne mit frischer Milch! Er hielt sie mir an die Lippen, während ich trank und trank. Wie sich später herausstellte, war die Milch meine Rettung gewesen, >>

denn ich hatte schon sehr viel Blut verloren. Meine Nerven waren zum Zerreißen gespannt. Ich war jetzt wieder allein. „Was ist mit meiner Frau? Was macht meine Mutter?“ ging es mir immer wieder durch den Kopf. Dann wurde ich durch Autogeräusche und das Tatütatata des Martinhorns von meinen quälenden Gedanken abgelenkt. Ich hörte Schritte und Stimmen. Eine Frau rief: „Hier drinnen liegt er!“

### IM HOCHBUNKER

Zwei Sanitäter vom SHD holten mich aus dem Erdbunker heraus und legten mich auf eine Trage. Der eine meinte ungläubig: „Der lebt ja noch!“ Sie verbanden mich. Den linken Arm drückten sie an meinen Körper und umwickelten alles mit Klosettpapier, sie hatten anscheinend kein Verbandszeug. Die ganze Zeit über war ich bei vollem Bewußtsein. Die Männer trugen mich zum Auto, einem einfachen LKW ohne Hänger, und schoben mich hinein. Und los ging die Fahrt! Nach ein paar Minuten hielt der Wagen an. Ich schlug die Augen auf und stellte fest, dass ich mich im Keller der Kirche am Wilhelmsburger Bahnhof befand, der als Sanitäts- und Unfallstation hergerichtet worden war. Mein Hausarzt, Dr. Otto, erkannte mich. Er meinte, das könne man hier nicht machen. Also die Stufen wieder hinauf, rein in den Wagen und weiter.

„Wo fahren wir bloß hin? Geht es jetzt gleich zum Friedhof?“ dachte ich. Auf einmal merkte ich, dass jemand meinen Körper absuchte. „Du verdammter Leichenfledderer, du musst noch warten, ich bin noch nicht tot!“ schrie ich.

Plötzlich ging alles sehr schnell. Inzwischen hatten wir den Hochbunker von Wilhelmsburg erreicht. Das hatte ich alles noch mitbekommen. Auf dem OP-Tisch im Hochbunker Wilhelmsburg hat man mir die Kleider vom Körper geschnitten, auch die langen Stiefel von den Beinen.

Eine Ärztin beugte sich über mich und fragte mich unter anderem nach meiner Blutgruppe. Ich bat um einen Kognak, den ich auch sofort bekam. Wie von ferne hörte ich noch, wie die Ärztin lachend meinte, aus diesen Menschen würden Helden gemacht! Dann wurde es dunkel um mich.

Als ich wieder erwachte und in die Welt der Lebenden zurückfand, vernahm ich als erstes ein lautes Klatschen. Ich konnte aber nicht deuten, dass dieses Geräusch etwas mit mir zu tun hatte. Später sagte man mir, dass seien Schläge mit nassen Handtüchern gewesen. Auf diese Weise hatten sie mich aus der Bewusstlosigkeit geholt.

Irgendwann beugte sich eine Schwester über mich und rief meinen Namen. Ich dachte, ich sei jetzt im Himmel. „Bist du ein Engel? Wie heißt du?“ fragte ich sie. „Ich heiße Schwester Gertrud und bin kein Engel“, war ihre Antwort. Ich glaubte ihr nicht, ich war fest davon überzeugt, im Himmel zu sein. Als sie sich umdrehte, sah ich jedoch, dass der vermeintliche Engel keine Flügel hatte. Ich tastete meinen Körper ab. Beide Knie waren verbunden. Meine Beine hatte ich also noch! Aber mein Arm fehlte! In meiner Verzweiflung riss ich den dicken Verband vom Armstumpf ab. Als Krüppel wollte ich nicht weiterleben!

### ZWEI TAGE BEWUSSTLOS

Die Schwester bemerkte es aber. Im OP wurde ich neu verbunden. Die Ärztin hatte einen Herrenhaarschnitt und schimpfte wie ein alter Seemann mit mir. Ich wurde dann in einen anderen Raum, in dem weitere Verletzte lagen, gebracht. Meinen linken Arm banden sie am Bett fest. Am nächsten Morgen fütterte mich die Ärztin mit Hühnersuppe, nachdem sie mir noch einmal den

Marsch geblasen hatte. Sie besuchte mich jetzt jeden Morgen, soweit sie Zeit hatte, und machte mir auf ihre Weise Mut zum Weiterleben. Die Operation sei sehr schwer gewesen, meinte sie, erst nach zwei Tagen sei ich aus der Bewusstlosigkeit erwacht. Die Ärztin war es auch, die mir die Nachricht überbrachte, dass meine Frau ebenfalls überlebt habe und im Krankenhaus in Wintermoor sei. Sie habe nur ein paar Granatsplitter im Gesäß und in der Hüfte. Auch meine Mutter lebte. Sie lag im Ausweichkrankenhaus Bevensen. Ich war überglücklich! Verständlich, dass ich so bald wie möglich nach Wintermoor, zu meiner Frau verlegt werden wollte. Doch leider war ich noch nicht transportfähig.

### LEBENSLANG LEIDEN

Am 24. Oktober 1944 kam ich dann endlich im Krankenhaus in Wintermoor an. Ich wollte natürlich sofort meine Frau besuchen, was allerdings mit größeren Schwierigkeiten verbunden war. Ich konnte doch noch nicht laufen! Beide Knie hatten Splitterverletzungen, an denen ich noch heute leide. Trotzdem hatte ich damals großes Glück, denn ich hätte auch meine Beine verlieren können. Wer würde mich also zu meiner Frau bringen?

Mit etwas Geld und gutem Zureden konnte ich schließlich einen Pfleger überzeugen, mich in einem Rollstuhl zu ihr zu fahren. Es war ein freudiges Wiedersehen, auch wenn meine Frau im Bett liegenbleiben musste. Wir waren am Leben und hatten uns wieder! Die Verwundung meiner Frau war viel schwerer, als man zunächst angenommen hatte. Sie hatte einen großen Splitter im Becken, und wir machten uns Sorgen um unsere ungeborenen Kinder. Wir erwarteten doch Zwillinge. Ende November konnte ich allein, mit einem Gehstock, meine Frau besuchen. Ihr Zustand verschlechterte sich zunehmend. Die Ärzte fanden nicht heraus, woher das Fieber kam. Dann stellten sie plötzlich fest, dass ein Ungeborenes verletzt sei. Wir bekamen große Angst. Meinem Antrag, auch meine Mutter nach Win-



**Spuren des Jahrhunderts**  
Fesselnde Erinnerungen  
des Alltages 1914 bis 1989.  
192 Seiten mit vielen  
Abbildungen, Ortsregister.  
Zeitgut Verlag, Berlin.  
ISBN 978-3-86614-217-6  
Euro 6,90



termoor zu verlegen, wurde stattgegeben. Im Dezember waren wir drei hier vereint. Mutter konnte mit den Armstützkrücken ganz gut gehen. Das Bein hatte man ihr wegen Wundbrand am Oberschenkel amputiert. Es war alles gut verheilt, und Mutter gewöhnte sich an den Gedanken, mit einem Holzbein zu leben. Sie war sehr tapfer.

Vater hatte in der Zwischenzeit mit Unterstützung seiner Arbeitskollegen aus den Trümmern unseres Hauses ein kleines Behelfsheim gebaut. Er wollte Mutter zu Weihnachten heimholen. Tränen standen in seinen Augen, als er uns stolz von dem Hausbau berichtete.

Kurz vor dem Fest, ich glaube, es war am 20. Dezember, machte er seine Ankündigung wahr und holte Mutter mit einem Handwagen ab. Am Abend zuvor war er damit nach Wintermoor gekommen. Wir beratschlagten noch, welcher Weg wohl der günstigste sei. Vater hatte gehört, dass die Elbbrücken ge-

sprengt werden sollten, doch das geschah Gott sei Dank nicht, unser Bürgermeister Karl Kaufmann war dagegen. Ich habe heute noch vor Augen, wie er Mutter auflud, sie fürsorglich in Woldecken hüllte und losfuhr. Über 50 Kilometer zog Vater den Wagen von Wintermoor bis nach Wilhelmsburg zu Fuß und kam spät am Abend dort an.

#### ENTTÄUSCHTE HOFFNUNG

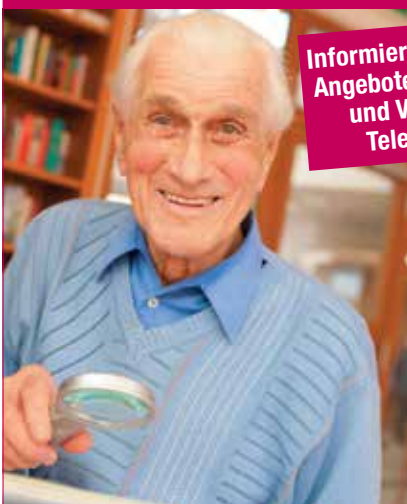
Die Fliegerangriffe rissen nicht ab. Auch in Wintermoor fielen Bomben, aber das Krankenhaus blieb glücklicherweise verschont. Die Engländer, Amerikaner und Russen rückten immer näher. Jeden Tag wurden neue Durchhalteparolen verkündet. Aber ich hatte andere Sorgen! Meiner Frau ging es immer schlechter. Eines Tages hieß es, die Geburt müsse künstlich eingeleitet werden! Am darauffolgenden Tag stellten die Ärzte fest, dass der eine Zwilling im Mutterleib gestorben

war. Sie operierten sofort. Nach unendlicher, banger Wartezeit wurde ich zur Frauenstation gerufen. Nie zuvor war ich mit dem Stock so schnell gelaufen! Und ich war voller Hoffnung! Leise betrat ich das Krankenzimmer meiner Frau. In diesem Augenblick wurden alle meine Träume zerstört. Meine Frau lag aufgebahrt in ihrem Bett, ihre Augen waren geschlossen, das Kinn war mit einem Tuch hochgebunden. Der Stationsarzt erklärte mir, man habe leider zu spät erkannt, dass eines der beiden Ungeborenen schon tot gewesen sei. Eine Welt brach für mich zusammen! Meine Frau tot! Beide Kinder, es waren Jungen, auch tot! Was musste ich noch ertragen? Ich verfluchte diesen verdammten Krieg, der mir das Liebste genommen hatte.

Weihnachten 1944 war für mich unsagbar traurig. Die Krankenschwestern hatten Order, auf mich aufzupassen. Es glückte mir nicht, mich umzubringen. Das Leben ging gnadenlos weiter. <<

Anzeige

## Mehr als ein Dach über dem Kopf



Informieren Sie sich über unsere Angebote für Kurzzeit-, Urlaubs- und Verhinderungspflege.  
Telefon: 040 - 644 16-0

Mit Sicherheit, Komfort und Pflegequalität residieren in Volksdorf.

Entscheiden Sie sich jetzt, aktiv und rechtzeitig für einen Einzug in die Residenz.



Residenz am Wiesenkamp

albertinen<sup>†</sup>

in besten Händen

Wohnpark am Wiesenkamp gemeinnützige GmbH

Ein Unternehmen der Albertinen-Gruppe

22359 Hamburg · Wiesenkamp 16 · Tel.: 040 / 644 16 - 0

Veranstaltungen erfahren Sie unter: Telefon: 040 / 644 16 555

info@residenz-wiesenkamp.de · www.residenz-wiesenkamp.de

Wir bieten im Rahmen des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) sowie des Bundesfreiwilligendienstes Einsatzstellen im sozialen Bereich sowie in der Kulturabteilung.

In direkter Nähe der U-Bahn-Station Meiendorfer Weg



## „Starker Trost“

„Die Menschen vom GBI haben mich in meinen schwersten Stunden von vielen Sorgen befreit. Jetzt geht das Leben weiter.“

Wir sind für Sie da –  
24 Stunden, täglich  
Tel. **040 - 24 84 00**

Ihr Qualitätsbestatter:  
in vielen Stadtteilen für Sie  
präsent – 12 x in Hamburg  
[www.gbi-hamburg.de](http://www.gbi-hamburg.de)

**GBI**  
Großhamburger  
Bestattungsinstitut rV

# A wie Auswandern, B wie Ballin

Was haben Begriffe wie »Currywurst«, »Idole«, »Loreley« oder »Vereine« gemeinsam? Darüber klärt ein Projekt mit dem Titel „Deutschland für Anfänger“ auf. Eine Ausstellung erklärt Deutschland – wissenschaftlich fundiert, aber auch augenzwinkernd.

→ **BallinStadt**  
Veddeler Bogen 2  
20539 Hamburg  
Tel. (040) 31 97 916-0  
info@ballinstadt.de  
Öffnungszeiten:  
April bis September  
10 bis 18 Uhr  
Oktober bis März  
10 bis 16.30 Uhr

→ **Deutschland  
für Anfänger**  
Sonderausstellung  
vom 7. September  
bis 21. Oktober 2013,  
Eintritt frei.



Von A wie Arbeit über F wie Fußball bis Z wie Zukunft – die Ausstellung eröffnet eine spannende und ungewöhnliche Sichtweise auf Deutschland. Die 26 individuellen Themen der einzelnen Buchstaben fügen sich zu einem Deutschlandbild zusammen. Dabei erlebt der Besucher die Vielfalt Deutschlands und entdeckt sich selbst darin wieder.

Seit 2009, dem Jahr, in dem die Bundesrepublik Deutschland ihren 60. Geburtstag feierte, ist das Partnerprojekt des Goethe-Instituts und der Bundeszentrale für politische Bildung/bpb auf Wanderschaft. Nun ist die Ausstellung zum ersten Mal in Hamburg zu Gast.

Selbstkritisch und lebendig geben die einzelnen Elemente der Ausstellung Antworten auf die Fragen: Welchen Stellenwert hat der Fußball? Wie

stehen die Deutschen zu ihrer Vergangenheit? Wie gehen wir mit Ausländern um? Wie steht es mit der deutschen Sprache? B wie Brauchtum, T wie Tagesschau oder Y wie Yabancı Isçi (türkisch für „Gastarbeiter“): Die Schlagworte scheinen zunächst zusammenhangslos. Doch Buchstabe für Buchstabe – als kleinstes Element der Sprache – fügt sich das Deutschlandbild wie ein Puzzle zusammen. In den Bezügen zueinander liegt die Sprengkraft des gesamten Projektes. In die 26 plastischen und individuell gestalteten Buchstaben sind Hörstationen, Monitore oder private Erinnerungsstücke integriert. Jeder Buchstabe birgt eine Geschichte zu dem jeweiligen Thema in sich, die dem Besucher auf amüsante und manchmal auch erschreckende Weise den Spiegel vorhält.

Die „etwas andere“ Ausstellung soll aufklären, unterhalten und zum Nachdenken anregen. Deutschland hat Konjunktur und doch ist das Wissen über die „harten Fakten“ zu Deutschland oft lückenhaft. Daher informiert ein eigenständiger Ausstellungsteil über zentrale Themen aus Geschichte, Politik, Wirtschaft und Kultur. „Deutschland für Anfänger“ ist bewusst mehrsprachig gehalten (deutsch, englisch, türkisch), denn das Projekt richtet sich nicht nur an Deutsche, sondern auch an Menschen ganz unterschiedlicher Herkunft.



Foto: Markus Tollhoff

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

## EIN GENIALER GESCHÄFTSMANN

Im Auswanderermuseum selbst stößt man beim Buchstaben B automatisch auf Ballin – den Namensgeber der BallinStadt. Auf ihn sind auch andere Orte in Hamburg wie der Ballindamm oder die Villa Ballin zurückzuführen. Der Name ist tatsächlich eng mit der Stadt verknüpft. Denn Ballin gilt als eine der genialsten Persönlichkeiten seiner Zeit,

*Port of Dreams*  
**BALLINSTADT**  
DAS AUSWANDERERMUSEUM HAMBURG

### IHR BESONDERES ANGEBOT

**Bis zum 30. Dezember 2013 erhalten Sie und eine Begleitperson 20% Rabatt auf den regulären Eintrittspreis in die BallinStadt.**

**Legen Sie einfach an der Kasse Ihr urbanes-Magazin mit dem Artikel der BallinStadt vor. Viel Spaß!**





wenn nicht sogar die bedeutendste. Geboren wurde er 1857 als jüngstes von 13 Geschwistern in Hamburg. Sein Vater, Samuel Joel Ballin (1804-1874), stammte aus dem dänischen Jütland, ließ sich 1830 als Unternehmer in Hamburg nieder und gründete die Auswandereragentur Morris & Co. Denn Zukunft buchstabierten viele Menschen damals mit A wie Amerika.

Schon mit 17 Jahren musste Sohn Albert das Geschäft übernehmen, welches Schiffspassagen nach Amerika an Auswanderungswillige vermittelte. Es wurde schließlich von der HAPAG (Hamburg-Amerikanische-Packetfahrt-Actien-Gesellschaft) übernommen. 1898 wurde Albert Ballin Generaldirektor der HAPAG und formte aus ihr in den Folgejahren die größte Schifffahrtsgesellschaft der Welt. Auf seine Anregung hin wurden die Zwischendecks auf den Überseedampfern bequemer, sodass sich die Überfahrt für die Auswanderer erträglicher gestaltete. Die Schiffe konnten so opti-

mal ausgelastet werden, bei jeder Fahrt weit mehr Passagiere transportiert als bei der Konkurrenz – und mit den tausenden Auswanderern ein Milliongengeschäft gemacht werden. Mit dem Bau der Auswandererhallen auf der Veddel 1901 sorgte die HAPAG schließlich für moderne Unterbringungsmöglichkeiten, ärztliche Untersuchungen und hygienische Standards.

#### DEN VORFAHREN AUF DER SPUR

Das BallinStadt Auswanderermuseum Hamburg, eröffnet am 4. Juli 2007, erzählt die Geschichte der über 5 Millionen Menschen, die zwischen 1850 und 1934 über den Hamburger Hafen in die Neue Welt auswanderten. Am historischen Standort der Auswandererhallen können die Besucher sämtliche Phasen der Emigration nachleben: von Aufbruch und Überfahrt bis Ankunft in New York und endgültigem Verbleib der Auswanderer. Die Ausstellung beinhaltet neben Ori-

ginaldokumenten und Exponaten viele interaktive Stationen, die es den Besuchern ermöglichen, in die damalige Welt einzutauchen und so selbst zum Auswanderer zu werden.

Ein besonderes Highlight sind die Passagierlisten von 1850 bis 1934. Es ist der weltweit größte Bestand an Passagierlisten von Auswandererschiffen und damit eine einzigartige familienkundliche Quelle. In Kooperation mit dem größten Anbieter von genealogischen Daten im Internet – ancestry – wurde ein Familienforschungsbereich eingerichtet. Hier kann sich jeder auf die Spuren seiner eigenen Vorfahren begeben. Wer mehr über die Emigrationsgeschichte seiner Familie herausfinden möchte, kann kostenlos im Museum per Computer im Netzwerk genealogischer Datenbestände recherchieren. Geschulte Mitarbeiter stehen beratend zur Seite und, wenn alles klappt, können diese am Ende den eigenen Stammbaum ausdrucken lassen. <<

Gewinnen Sie die Biographie  
Albert Ballins  
beim urbanes Rätsel  
auf Seite 39



# Wenn Sorgen „an die Nieren gehen“

Chinesische Heilkunst erklärt Störungen der Körperfunktion mit dem Modell der fünf Wandlungsphasen.

**D**as kennen die meisten: Eine bedrückende Situation, eine plötzliche schlechte Nachricht – und das Gefühl, dass einem das Ganze schon ziemlich „an die Nieren“ geht. Angst, Schrecken und Sorge beeinflussen die Körperfunktionen – das sieht auch die westliche Medizin so. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) werden diese Emotionen direkt dem Funktionskreis der Niere zugeordnet. „Aus Sicht asiatischer Mediziner kann ein Übermaß an Angst das Gleichgewicht dort empfindlich stören, ganz wie der westeuropäische Volksmund es nahelegt“, erläutert *Dr. Sven Schröder*, Geschäftsführer des HanseMerkur Zentrums für Traditionelle Chinesische Medizin am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Umgekehrt sind die Nieren aber auch an der Entstehung von Angst beteiligt: Menschen mit einer Schwäche in diesem Bereich neigen dazu, sich permanent unverhältnismäßig stark zu sorgen.

In der TCM gehört die Niere zusammen mit der Blase zur Wandlungsphase Wasser. Die ostasiatische Heilkunst erklärt Störungen der Körperregulation mit der Lehre der fünf Wandlungsphasen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser. Ist die Energie in Balance, steht die Wandlungsphase Wasser für Ruhe, Stabilität und Konzentration. Ist jedoch die grundsätzliche Konstitution einer Person eher schwach oder durch äußere Einflüsse, etwa durch falsche Ernährung,

große Anstrengungen oder eben lähmende Ängste beeinträchtigt, gerät die Regulation der Funktionskreise von Niere und Blase aus dem Gleichgewicht. Aus Ruhe wird Starre, aus Stabilität Stagnation – die sich psychisch und physisch manifestiert.

„Bei einer Nierenschwäche prägen Ängstlichkeit und Misstrauen die seelische Verfassung. Der Körper reagiert mit Symptomen wie Harnwegsinfekten oder einer schwachen Blase, die Beine werden schwach“, so *Dr. Schröder*. Ödeme und Bluthochdruck können entstehen, Rückenprobleme, eine verhärtete Muskulatur und schwerfällige Bewegungen sind Ausdruck der Verlangsamung und des Stillstandes. Ein Mangel der Wasserenergie macht sich durch Erschöpfung und äußerlich sichtbare Anzeichen wie faltige Haut und graue Haare bemerkbar.

Ziel der TCM-Therapie ist es, die Nierenenergie zu stärken. Zunächst wird der TCM-Arzt sich durch eine ausführliche Anamnese ein Bild von den körperlichen Zeichen machen, doch auch die Lebensumstände des Patienten berücksichtigen. „Die Therapie wird immer individuell für den einzelnen Menschen und seine besonderen Bedürfnisse zusammengestellt“, erläutert *Dr. Schröder*. Einige grundsätzliche Aussagen lassen sich dennoch treffen. So werden Erkrankungen der Niere und der Blase in erster Linie mit chinesischen Heilkräutern, meist als Tee verabreicht, behandelt.



Schmerzen am Bewegungsapparat können durch Akupunkturbehandlungen deutlich gebessert werden. Zur grundsätzlichen Stärkung der Nierenenergie eignet sich auch die Wärmebehandlung mit Beifußkraut, die Moxibustion. „In den meisten Fällen wird der TCM-Arzt eine Kombination verschiedener Therapiemethoden empfehlen, zu denen dann beispielsweise auch die Massage-technik Tuina, die Blockaden löst und den Energiefluss fördert, oder Qi Gong zählen“, so *Dr. Schröder*. „Immer wird er auch auf die Bedeutung der Lebensweise und der Ernährung hinweisen: Ausreichend Schlaf, keine Überanstrengung und eine ausgewogene Ernährung mit warmen Mahlzeiten, nicht zu viel Salz, kaum Alkohol oder Kaffee, das alles stärkt die Niere – und damit das Yin. Dies wird mit zunehmendem Lebensalter immer wichtiger.“ <<



→ **HanseMerkur**  
Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin am UKE  
Martinistraße 52  
Haus Ost 55 (O55)  
20246 Hamburg  
Tel. (040) 413 57 990  
Fax (040) 413 57 960  
www.tcm-am-uke.de



HanseMerkur Zentrum  
für Traditionelle Chinesische Medizin  
am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf



# Trinken gegen den Durst der anderen

Auf St. Pauli hat sich vor acht Jahren rund um den Ex-Fußballer Benjamin Adrion eine Initiative entwickelt, die mit verschiedenen Aktionen Menschen in Entwicklungsländern den Zugang zu sauberem Trinkwasser, zu sanitären Anlagen und Hygieneeinrichtungen ermöglicht.

VON KIRSTIN RÜTHER

**L**aut oder leise? Wie bitte? Mit oder ohne Kohlensäure? Wer ein Wasser von Viva con Agua bestellt, hört in der Regel diese erste Frage. Die Bezeichnung des Prickelgrades ist allerdings nicht der einzige Punkt, der dieses Wasser von herkömmlichen Mineralwässern unterscheidet. Denn der Name Viva con Agua ist Programm. Er bedeutet Leben mit Wasser. 60 Prozent der Erlöse fließen in Trinkwasserprojekte in Entwicklungsländern. „Fehlender Zugang zu sauberem Wasser und zu einer sanitären Grundversorgung gehören zu den größten sozialen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts“, weiß Christian Wiebe (40), Gründungsmitglied von Viva con Agua e. V.

„Weltweit haben 783 Millionen Menschen keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser“, berichtet er. „Vor acht Jahren, als wir den Verein Viva con Agua gegründet haben, waren es sogar 1,2 Milliarden Menschen. Bislang haben wir mehr als 2 Millionen Euro für Wasser- und Sanitäreinrichtungen sowie Hygieneschulungen auf der ganzen Welt spendet.“



Diese Summe kam aber nicht allein durch den Wasserverkauf zustande. Das Quellwasser vertreibt die eigens dafür gegründete Viva con Agua Wasser GmbH nämlich erst seit dem Jahr 2010.

Der spanische Name des Projektes kommt nicht von ungefähr, denn seine Wurzeln hat es in Kuba. 2005 hatte der FC St. Pauli dort sein Wintertrainingslager aufgeschlagen. Dem Profifußballer Benjamin Adrion fiel sofort die schlechte Wasserversorgung in den Sportstätten und Kindergärten ins Auge. Die Leitungen waren über 100 Jahre alt, mit Blei und Keimen kontaminiert. Adrion beschloss zu helfen.

Zurück auf St. Pauli sprach sich schnell im Stadion und Stadtteil herum, dass der Mittelfeldspieler Adrion hier etwas bewegen wollte. Christian Wiebe, seit 25 Jahren glühender St. Pauli-Fan und zufälligerweise Kuba-Liebhaber, war sofort Feuer und Flamme. Adrions Bekanntheit und Beliebtheit verschaffte ihm viele weitere Mitstreiter. >>

→ Viva con Agua  
de Sankt Pauli e.V.  
Neuer Kamp 32  
20357 Hamburg  
Tel. (040) 41 26 09 15  
Fax (040) 32 08 69 05

[www.vivaconagua.org](http://www.vivaconagua.org)



Foto: John Broemstrup

Wegen der Ernsthaftigkeit und Intensität, mit der er sich seither für die Trinkwasserversorgung in Entwicklungsländern einsetzt, wurde er 2009 einer der jüngsten Bundesverdienstkreuzträger überhaupt.

**DER EINSATZ VON VIELEN**

Inzwischen zählt das Viva con Agua Netzwerk mehr als 3.000 Unterstützer. In kleinen Gruppen schließen sie sich in ihrer Freizeit zusammen und veranstalten Lesungen und Konzerte, Fußballturniere, Spendenläufe, Straßenfeste und vieles mehr. Jedes Jahr gibt es rund 500 Aktionen, bei denen Spenden für sauberes Wasser gesammelt werden. Hinzu kommt die Bildungsarbeit an Kitas, Schulen und Universitäten.

Bislang wurden 100.000 Kindern und Jugendlichen in Workshops die Bedeutung und die globalen Zusammenhänge zum Thema Wasser näher gebracht. Dass zum Beispiel der Mindestverbrauch pro Kopf und Tag bei 20 Liter liegt, wir hierzulande jedoch im Schnitt 110 bis 120 Liter verbrauchen. Rechnet man das „virtuelle“ Wasser hinzu, liegt unser tatsächlicher Wasserverbrauch sogar bei 4.000 Litern pro Tag. Wer weiß schon, dass

man zur Produktion eines Kilogramms Rindfleisch 14.000 Liter braucht?

Christian Wiebe ist heute einer von neun Angestellten im Brunnenbüro nahe dem Millerntor. Sie organisieren Spendenaktionen, stellen Kontakte her, liefern Folder, Flyer und Merchandising-Artikel und stehen in engem Kontakt zur Welthungerhilfe, einer der größten privaten Hilfsorganisationen in Deutschland. Diese setzt die von Viva con Agua finanzierten Wasserprojekte von Beginn an professionell und transparent um.

„Sie arbeiten eng mit den lokalen NGO's, den nichtstaatlichen Organisationen, und der Bevölkerung zusammen“, erläutert Christian Wiebe. „Das ist wichtig, denn so werden alte Fehler der Entwicklungshilfe vermieden.“ Immer geht es um Hilfe zur Selbsthilfe. Damit den Projekten dauerhafter Erfolg beschieden ist, muss die Trinkwasserversorgung einhergehen mit der Abwasserentsorgung und einer Hygieneschulung. WASH heißt das Zauberwort – Wasser, Sanitär, Hygiene.

„Besonders groß ist der Bedarf in Äthiopien“, erzählt Christian Wiebe, der einst politische Wissenschaften studiert hat. Zwischen 2006 und 2010 bohrte Viva von Agua dort in Zusammenarbeit mit der Welthungerhilfe im Dorf Sodo im Süden des Landes fünfzehn Tiefbrunnen und baute sanitäre Anlagen. 7.500 Menschen erhielten auf diese Weise Zugang zu sauberem Trinkwasser.

Wiebe war erst im April mit einer kleinen Delegation vor Ort. Der direkte Kontakt und die Dokumentation sei für die Spender enorm wichtig. In Äthiopien wird jetzt erstmals ein Projekt im städtischen Raum umgesetzt. Durch die Landflucht hat sich die Bevölkerung in Bahir Dar

→ **Viva con Agua Quellwasser GmbH**  
**Für Anfragen zum Viva con Agua Quellwasser wenden Sie sich bitte direkt an unsere Quellwasserfreunde:**  
**Tel. (040) 38 67 44-36**  
**Fax (040) 38 67 44-39**  
**info@vivaconagua.com**

**VIRTUELLES WASSER**

Soviel Wasser steckt in unserem Alltag, wenn man all das Trinkwasser hinzurechnet, das für den Anbau und die Produktion der Rohstoffe nötig ist.

• 1 Tasse Tee	32 Liter
• 1 Tasse Kaffee	140 Liter
• 1 Glas Bier	75 Liter
• 1 Hühnerei	90 Liter
• 1 Liter Milch	200 Liter
• 1 Kilo Mais	900 Liter
• 1 Kilo Weizen	1.500 Liter
• 1 Baumwoll-Shirt	2.000 Liter
• 1 Jeans	6.000 Liter
• 1 Kilo Rindfleisch	14.000 Liter





Foto: Christian Vartan

am Tanasee, 350 Kilometer nördlich von Addis Abeba zum Beispiel verdoppelt. Die hygienischen Verhältnisse sind katastrophal. Mit sanitären Anlagen in den Slumgebieten möchte Viva con Agua die Lebenssituation von 137.000 Menschen verbessern helfen.

#### PROJEKTE IN ALLER WELT

Ebenfalls neu ist ein Projekt in Nepal, ökonomisch eines der ärmsten Länder der Welt. Es gibt weitere Projekte in Äthiopien, Indien, Burkina Faso und Uganda. In Haiti, Ruanda, Kenia, Burundi, Ecuador, Tadschikistan, Kambodscha, Nicaragua, Madagaskar und Benin war Viva con Agua bereits aktiv und hat hier den Bau von Tiefbohrbrunnen, sanitären Anlagen, Quelleinfassungen, Trinkwasserverteilungssystemen, Latrinen und Regenwasser-Auffangsystemen unterstützt. Insgesamt fließen 94 Prozent aller Spenden direkt in die

Projekte, drei Prozent in Bildungsprojekte von Viva con Agua und nur sechs Prozent in die Verwaltung.

Hinzu kommen die Erlöse aus dem Wasserverkauf. Dabei gibt es das Wasser bislang nur in der Nordhälfte Deutschlands zu kaufen, dort, wo es entspringt. „Neben dem sozialen Ansatz hat das natriumarme Quellwasser auch einen ökologischen. Wir füllen in Husum mit 100 Prozent Ökostrom ab und versuchen die Transportwege so kurz wie möglich zu halten“, erklärt Christian Wiebe. Damit Süddeutschland aber auch in den Genuss kommt, wird gerade mit einem dortigen Abfüller verhandelt.

Aber auch so wurden im vergangenen Jahr über 4 Millionen Flaschen verkauft. Die Flasche mit dem Wassertropfen und der Weltkugel darin ist Kult. Den eigenen Durst löschen und dabei etwas Gutes tun, dieser Gedanke gefällt immer mehr Menschen. Selbst der Hamburger Senat mag es „Laut“ und „Leise“. <<

[www.vivaconagua.org](http://www.vivaconagua.org)

**Durch das erste Viva con Agua-Projekt in Äthiopien haben nun 7.500 Menschen Zugang zu sauberem, lebenswichtigen Trinkwasser.**

## Mitmachen ist erwünscht

Wer sich ebenfalls für Trinkwasserprojekte engagieren möchte, kann sich auf der Datenbank unter <http://pool.vivaconagua.org> anmelden. Hier steht beispielsweise Hans aus München, der gern auf Festivals Becher sammelt und das Geld anschließend spendet, oder Gabi aus Köln, die Wasserworkshops an Schulen anbietet. Dem Alter sind keine Grenzen gesetzt. Viva con Agua ist sogar sehr daran interessiert, Jung und Alt bei gemeinsamen Aktionen zusammenzubringen. Wer die Arbeit der Wassermänner und -frauen nur finanziell unterstützen will, der kann sich ab 50 Euro pro Jahr als Fördermitglied engagieren. <<



Foto: Aine Stannelle

→ **Spendenkonto Viva con Agua Hamburger Sparkasse Blz 200 505 50 Konto 12 68 135 181**



Foto: Miriam Boettner

**Das Team der Viva con Agua-Stiftung: Marcel Eger, Mark Travassol, Benjamin Adrian, Renate Eger, Bela B. (von links).**

Schulen wie die Hamburger Grundschule Hoheluft organisieren regelmäßig Spendenläufe, um aus dem Familien- und Freundeskreis Spenden zu bekommen. Das Geld, das dabei zusammenkommt, hilft Brunnen und Quelleinfassungen zu finanzieren.

[pool.vivaconagua.org](http://pool.vivaconagua.org)



Foto: Stefan Groenveld



# Leben retten hat immer Saison

Vor 100 Jahren wurde die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft gegründet. Seither bringt sie den Deutschen das Schwimmen bei und hilft mit großem ehrenamtlichen Engagement, dass das feuchte Sommervergnügen nicht tragisch endet.





V O N S I L V I A W E L T

**T**immendorfer Strand, Sommer, Sonne, Badezeit. Ein Mann sitzt am Strand und bricht plötzlich mit einem Herzinfarkt zusammen. Seine Frau ruft verzweifelt um Hilfe. Sofort sind zwei Retter von der „Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft“ – besser bekannt als DLRG – zur Stelle, reanimieren den Mann mit Erster Hilfe und retten ihm so das

Leben. „Dies ist kein Einzelfall, wir haben mehr Einsätze, als viele denken“, sagt Christian Landsberg (36), Ausbildungsleiter und Rettungsschwimmer am Timmendorfer Strand. „Im Juli 2008 war die Brandung an vier Tagen so stark, dass unsere Wachmannschaft 22 Menschen aus dem Wasser gerettet hat.“ Einmal pro Woche rückt die DLRG-Rettungsmann-

schaft zudem aus, um gekenterte Segler oder Katamarane wieder aufzustellen.

In diesem Jahr wird die DLRG 100 Jahre alt. Die Initialzündung zu ihrer Gründung löste ein schweres Seebrückenunglück auf Rügen aus, bei dem ein Querbalken am Kopf der Seebrücke brach und 80 Leute in die Fluten riss. Sechzehn Menschen >>



[www.hamburg.dlrg.de](http://www.hamburg.dlrg.de)



## 3 Fragen an...



**Heiko Mählmann, Präsident des DLRG Landesverband Hamburg e.V.**

**Herr Mählmann, was ist bei der DLRG für Sie besonders herausragend?**

Das Schöne in unserem Verein ist, dass Menschen durch alle Generationen an einem Strang ziehen und für die gemeinsame Sache kämpfen. Die 1. Vorsitzende in Altona beispielsweise wird 70, der Organisator einer jährlichen Helgoland-Reise ist 90, doch wir haben auch viele Jugendliche, die sich in ihrer Freizeit sinnvoll bei uns engagieren. Das bereichert alle Beteiligten gleichermaßen.

**Gibt es auch spezielle Programme für Senioren?**

Es finden sich viele Senioren in unserem Vereinsleben wieder. Sie engagieren sich beim Anfängerschwimmen mit Kindern, dann gibt es eine Seniorengruppe in Altona, die Wassergymnastik macht. Und in der Schönklinik, dem ehemaligen AK Eilbek, trifft sich regelmäßig eine Reha-Gruppe von Herzinfarktpatienten, die unter Anleitung von DLRG-Schwimmern Übungen absolviert.

**Was wünschen Sie sich für die Zukunft der DLRG?**

Wir wünschen uns Zulauf von Menschen, die sich vermehrt ehrenamtlich engagieren möchten. Es wird immer schwerer, Menschen zu finden, die sich ohne Geld einsetzen. Dann müssen wir unsere Infrastruktur und Ausrüstung verbessern. Da wir uns ausschließlich über Mitgliedsbeiträge und Spenden finanzieren, reicht das Geld oft nicht, um die Grundausstattung stellen zu können. Wir haben ca. 200 Helfer in Hamburg, die im Einsatz tätig sind (Wasserrettungsdienst und Katastrophenschutz) und eine Dienstbekleidung kostet schnell mal ein paar Hundert Euro. Da freuen wir uns natürlich über Unterstützung! <<

**Baywatch an der Ostsee sorgt für ungetrübte Urlaubsfreuden.**



Fotos: DLRG e.V.

→ Spenden rettet Leben  
Bank für Sozialwirtschaft  
Blz 25120510  
Konto 749 79 00

**Früh übt sich, wer im nassen Element zuhause sein will.**



verloren dabei ihr Leben, viele Besucher der Seebrücke konnten nur tatenlos dem Fiasko zusehen, da sie nicht schwimmen konnten.

Was Anno 1913 als Reaktion auf das Rügener Unglück begann, hat sich im Laufe der Jahrzehnte zu einer breit aufgestellten Organisation ausgewachsen. Die Statistik belegt den Erfolg ihrer Arbeit. Ertranken bei Gründung der DLRG noch jedes Jahr 5.000 Menschen, so waren es im vorigen Jahr erstmals weniger als 400.

In Hamburg ist die DLRG mit 21.000 Mitgliedern und Förderern ein unverzichtbarer Bestandteil des zivilen Katastrophenschutzes. Mit den Bereichen Wasserrettungsdienst, Rettungssport, Anfängerschwimmbildung, Rettungsschwimmausbildung über Kindergarten- und Schulprojekte bis hin zur Ausbildung der Erzieher und Lehrer in der Rettungsfähigkeit deckt sie ein breites Spektrum ab. Rund 200 Helfer setzt die DLRG Hamburg regelmäßig im Wasserrettungsdienst ein und leistet damit mehr als 20.000 Wachstunden, um für die Sicherheit von Badegästen und Wassersportlern an den Hamburger Seen und der Elbe zu sorgen. „All dies basiert auf ehrenamtlichem Engagement“, sagt Christian Lands-

berg. Auch er ‚opfert‘ alljährlich seinen Sommerurlaub, um am Timmendorfer Strand als DLRG-Rettungsschwimmer seinen Dienst zu leisten und den Nachwuchs auszubilden. Seine Frau ist ebenfalls bei der DLRG, so dass sie an einem Strang ziehen können.

**NACHWUCHS IST WILLKOMMEN**

„Seit 2002 habe ich zirka 400 bis 500 Interessenten das Rettungsschwimmen beigebracht.“ Die Ausbildung wird an zwei Tagen à sechs Stunden (16 Lerneinheiten) absolviert. Zentrale Themen sind natürlich Erste Hilfe, das Erkennen von Gefahren in und am Wasser, um dort Unfälle zu vermeiden, und das Transportieren und Abschleppen von Menschen in Not-situationen. Nachwuchs ist bei der DLRG immer herzlich willkommen. Daher finden allwöchentlich in verschiedenen Schwimmbädern der Hansestadt Kurse im Anfängerschwimmen sowie Jugendschwimm- und Rettungsschwimmkurse statt. Junge Menschen, die sich für den Bundesfreiwilligendienst melden, können ebenfalls bei der DLRG mitwirken. Doch auch für ältere Semester bietet die DLRG Optionen für Betätigung.



## FORSCHUNG

## Ein Bluttest für Demenz in Sicht

Wissenschaftler der Universität des Saarlandes sind einem Bluttest zur Diagnose von Alzheimer einen großen Schritt näher gerückt. Das Verfahren hat gezeigt, dass Unterschiede in den winzigen Fragmenten genetischen Materials, das im Blut zu finden ist, für eine Diagnose genutzt werden können. Der Test war in 93 Prozent der Fälle genau. An der Studie nahmen insgesamt 202 Personen teil.

Die Wissenschaftler analysierten 140 sogenannte microRNAs, also Fragmente des genetischen Codes, bei Patienten mit Alzheimer und gesunden Menschen. Sie fanden heraus, dass zwölf microRNAs im Blut von Alzheimer-Patienten deutlich andere Werte aufwiesen als bei Gesunden. Sie sind die Grundlage für den Test.

Um die Krankheit zu diagnostizieren gibt es derzeit keinen definitiven Test zur Erkennung der Krankheit. Ärzte arbeiten gegenwärtig mit Kognitionstests und Gehirnschans und sind auf neurophysiologische Tests angewiesen, mit denen sie zum Beispiel verschiedene Gedächtnisfunktionen, Wortflüssigkeit, Aufmerksamkeit oder Reaktionsfähigkeit testen können.

Ein Bluttest würde nicht nur schneller zu einer Diagnose führen, sondern auch deren Sicherheit erhöhen und eine Früherkennung von Demenz erleichtern. Man weiß heute, dass die Krankheit bereits Jahre vor den ersten Symptomen beginnt. Die Alzheimerforscher arbeiten an einem Verfahren, das die Krankheit früher erkennen kann. Diese beginnt Jahre vor den ersten Symptomen. Eine frühzeitige sichere Diagnose würde Möglichkeiten eröffnen, die Krankheit zu behandeln, solange noch nicht große Bereiche des Gehirns in Mitleidenschaft gezogen sind. Damit könnte man sie entweder ganz stoppen oder aber ihren Ausbruch deutlich hinauszögern.

Auch wenn Tests erfolgreich waren und es mit hoher diagnostischer Genauigkeit gelang zwischen Alzheimerpatienten und gesunden Menschen zu unterscheiden, sind weitere Forschungen nötig, um die Genauigkeit weiter zu erhöhen und sicherzustellen, dass er auch für den Einsatz im medizinischen Alltag geeignet ist. <<



**Wer Leben retten will, muss gut trainiert sein.**

„Die Generation 50+ hat bei uns viele Möglichkeiten, sich sportlich wieder zu finden. Auch bei den Kindergartenprogrammen engagieren sich viele ältere Herrschaften und haben unglaublich viel Freude daran.“

„Als festgestellt wurde, dass die Schwimmfähigkeit bei Hamburger Grundschulern lokal sehr unterschiedlich ausfällt und insgesamt zu schwach ausgeprägt ist, initiierte das Sportamt der Innenbehörde mit Akteuren des Schwimmens – darunter auch der DLRG – 2010 die Initiative „Ab ins Wasser – aber sicher!“ Ziel war es, schon Kinder im Vorschulalter zu erreichen, um deren Eingangsvoraussetzungen für das spätere Schwimmen zu verbessern“, sagt Heiko Mählmann, Präsident der DLRG Hamburg.

Bei den Kleinen unterstützen Senioren beispielsweise die Anfängerschwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren. Hier geht es zunächst darum, die Kleinen mit dem Wasser vertraut zu machen und ihnen die Grundlagen des Schwimmens beizubringen. Bei

der Wassergewöhnung entdecken die Kinder Eigenschaften des Wassers wie die Temperatur, Kälte, den Auftrieb und den Wasserwiderstand, sie bauen ihre Ängste ab und lernen Grundfertigkeiten wie auftrieb, schweben, gleiten, tauchen, springen als auch Orientierung und Koordination im Wasser zu finden. Ganz stolz sind die Kleinen, wenn sie mit Hilfe der Großen ihr Seepferdchen-Abzeichen geschafft haben. „Wenn die Kleinen mit ihren Schwimmflügeln ins Schwimmbad kommen und noch so unsicher dahergehen, dann geht einem gleich das Herz auf und man freut sich über alle Maßen, diesen Steppkes die erste Vertrautheit mit dem Wasser vermitteln zu können“, resümiert eine ältere Dame, die sich bereits viele Jahre schon bei der DLRG engagiert. <<

→ **DLRG Landesverband Hamburg**  
**Albert-Schweitzer-Ring 2**  
**22045 Hamburg**  
**Telefon (040) 35 70 08 58**  
**www.hamburg.dlrg.de**

### Der nasse Tod schlägt immer seltener zu

In Deutschland sind im vergangenen Jahr 383 Menschen ertrunken. Damit sank die Zahl der Opfer erstmalig unter die Marke von 400. Die Zahl der ertrunkenen Kinder ist seit 2001 sogar um 80 Prozent zurückgegangen. Das ist wohl auch eine Folge der Arbeit, die die DLRG zusammen mit ihrem Partner Beiersdorf in Kindergärten leistet, um Eltern und Sprösslinge über die Wassergefahren aufzuklären. Die meisten Badeunfälle passieren nicht an der Küste, sondern an zumeist unbewachten Seen und Teichen. Während im Meer 29 Menschen dem nassen Tod zum Opfer fielen, waren es in Seen und Teichen 144 und in Flüssen 119. Mit 78 Todesfällen führt Bayern als größtes Flächenland die Statistik an. Männer sind mehr als dreimal sooft die Opfer. Frauen sind da offenbar vorsichtiger. Und je älter, desto größer das Risiko. Rund die Hälfte der Ertrunkenen ist älter als 50 Jahre. <<

# Im grünen Bereich

Sonne, Strand und Meer – eigentlich alles wunderbar, wären da nicht diese glitschigen grünen Pflanzen, die sich immerzu um die Fußgelenke zu wickeln scheinen und die Grenze zwischen Sand und Meer verschmuddeln. Die braucht doch kein Mensch, denkt man sich und irrt.

V O N P I A K R Ö G E R

Im weitesten Sinn meint der Begriff Alge ein pflanzenartiges Lebewesen, das Photosynthese betreibt und dadurch in der Lage ist, seine eigene Biomasse herzustellen, seine Existenz zu sichern. Algen gehören demnach zu den Primärproduzenten und gleichzeitig zu den ältesten Lebewesen der Erde, manche tausendstel Millimeter klein, andere 60 und mehr Meter lang und komplex aufgebaut. Vor allem leben sie im Meer und im Süßwasser. Unter den weltweit 40.000 Algenarten gibt es aber ebenso Luftalgen, die auf Baumstämmen oder Felsen leben, und Bodenalgen, die sich meistens auf Waldböden wiederfinden lassen.

In den Meeren bilden Algen das Plankton. Besonders häufig sind Kieselalgen, Grünalgen und Goldalgen bei der Zusammensetzung beteiligt. Das

Plankton sorgt mit Hilfe von Photosynthese eigenständig für seine Biomasse, seine Körpersubstanz. Es ist das erste Glied der ozeanischen Nahrungskette. Es wird von geradezu winzigen Planktontierchen, dem sogenannten Zooplankton, gefressen, zu dem beispielsweise der Krill gehört. Das Kleinkrebstier wird etwa sechs Zentimeter lang und zwei Gramm schwer. Es ist die Hauptnahrung vieler Wale und Robben, die demnach ohne Plankton nicht überleben könnten.

Plankton hat großen Einfluss – nicht nur auf das Bestehen der Tierwelt unter Wasser, sondern auch auf die Welt darüber. Denn ein Teil der Algen stirbt und sinkt hinab auf den Meeresgrund. Dort funktioniert es als eine Art Kohlenstoffpumpe, indem es Kohlendioxid aus der Luft bindet und in der

Tiefe lagert. 45 bis 50 Milliarden Tonnen Kohlenstoff werden der Atmosphäre auf diese Weise jährlich entzogen. Das abgestorbene Plankton steht unter hohem Druck, sodass daraus nach vielen Jahrtausenden schließlich Erdöl und Erdgas entstehen.

## SPRIT AUS ALGEN

Bisher ist über die meisten der vielen Algenarten wenig bekannt, ebenso wie über die Möglichkeiten, diese Lebewesen, die weder Pflanzen noch Tiere sind, zu nutzen. Forscher versuchen beispielsweise aus Algen Zellulose zu gewinnen, die hochkristallin ist und in der Herstellung von Tabletten verwendet werden kann. Weltweit wird außerdem daran geforscht, wie man mit Hilfe von Algen klimaneutral Treib-







**Für Genuss und Schönheit  
dienen Algen gleichermaßen.**

stoff für Flugzeuge und Autos gewinnen kann. Auch enthalten Kieselalgen viele Kohlenhydrate, Fettsäuren und Vitamine, die als Verdickungsmittel oder in Kosmetikprodukten verwendet werden können. Besonders grüne oder blaugrüne Algen eignen sich bei der Bekämpfung verschiedener Krankheiten, denn sie wirken hervorragend als Entgiftungsmittel. Beispielsweise helfen sie gegen Diabetes oder Bluthochdruck.

#### ALGEN MIT HOHEM JODGEHALT

Und dann kann man sie natürlich essen. Die grünen Blätter gelten als sehr gesund – und das mit Recht. Sie haben einen geringen Fettgehalt und einen hohen Anteil an Mineralstoffen, Eiweißen und Vitaminen. Je nach Art sind sie beinahe geschmacklos oder haben einen salzig-würzigen Geschmack. Algen enthalten Proteine und Kohlenhydrate, von denen sich allerdings nicht alle verdauen lassen – doch das hauptsächliche Problem liegt bei ihrem auffallend hohen Jodgehalt. Deshalb sollten sie nur

in Maßen verzehrt und von Menschen mit Schilddrüsenüberfunktionen möglichst gemieden werden.

Viele Algen werden aus Asien importiert. Dort wachsen sie bis zu einem Jahr im Meerwasser und sind demnach reicher an Jod als Algen aus Europa, die bereits nach drei bis vier Monaten geerntet werden. Besonders in Japan und China sind Algen aus der Ernährung nicht mehr wegzudenken. Nirgendwo werden so viele Algen verwertet wie in Asien, ganz gleich ob in Suppen, Salaten oder zum Einwickeln von Sushi-Röllchen. Diese Art Algen zu genießen, hat auch in Deutschland viele Freunde gefunden. Nori ist die bekannteste Algensorte, die für Sushi verwendet wird und größtenteils in Korea und Japan angebaut wird. Es handelt sich dabei um Meeresalgen, die getrocknet und später geröstet werden, um uns als dunkelgrüne, beinahe papierartige Quadrate in der Sushiproduktion eine Freude zu machen.

Auch Forscher schlagen mittlerweile Alarm, denn die Klimaerwärmung bremst das Wachstum von Algen. Plank-

ton ist auf den Austausch von Nährstoffen angewiesen, der zwischen den Wasserschichten stattfindet. Stickstoff, Phosphat und Sonnenlicht für die Photosynthese stammen aus den oberen Schichten der Meere. Außerdem benötigt Plankton Eisen, das normalerweise mit Hilfe von Strömungen aus den tieferen Schichten nach oben getragen wird. Dieser Austausch scheint aber immer schlechter zu funktionieren, weil sich das wärmere Wasser an der Oberfläche gewissermaßen über das kältere Tiefenwasser legt und somit den Zustrom der Nährstoffe verhindert. Die mögliche Folge: Es gibt immer weniger Plankton und damit weniger Nahrung im Meer. Gleichzeitig können die Ozeane immer weniger Kohlendioxid binden.

Wenn nächstens also mal wieder grüner Schleim den Weg ins Wasser unangenehm macht oder der scharfe Geruch von vermoderndem Tang die Nase beleidigt, dann lohnt es doch, einen Gedanken daran zu verschwenden, wie wichtig Algen sind und wie alles mit allem zusammenhängt. <<

## Seezungenröllchen mit Wakame-Salatfüllung auf Linguinen und Algen



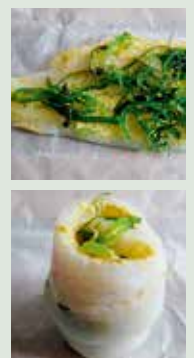
#### Zutaten für 2 Portionen:

2 Seezungen-Filets, je ca. 130 g, 80 g Algen-Salat aus Wakamealgen, 50 g Noriblätter, 1 rote Peperoni, 150 g Nudeln (Linguine), Senf, Olivenöl, Butter, Salz, 2 EL Sprossen vom Rettich zur Dekoration.

#### Die Zubereitung:

Norialgen 30 Min. wässern, abgießen, ausdrücken. Dann 5 Min. in Wasser kochen, mit Küchentuch trocknen und in Streifen schneiden. Seezungenfilets auf der Hautseite mit Senf bestreichen und dünn mit Wakamesalat belegen. Filets mit der Hautseite innen (zieht sich beim Braten zusammen) von der dicken zur dünnen Seite hin aufrollen, am Ende mit Zahnstocher fixieren. Fischröllchen in Olivenöl etwa 15 Min.

bei mittlerer Hitze rundum braten, salzen. Nudeln „al dente“ kochen. Peperoni längs halbieren, Körner und Scheidewände heraus-schaben, und in feine Streifen schneiden. Etwas Butter in einer zweiten Pfanne schmelzen. Nudeln und Peperonistreifen bei mittlerer Hitze etwa 5 Min. darin schwenken, dabei die Norialgen und den restlichen Wakamesalat unterrühren. Zum Anrichten das Nudel-Algen-Gemisch in die Tellermitte geben, die Seezungenröllchen schräg aufschneiden und darauf setzen. <<



# Leckeres Handwerk

Nach dem deutschen Reinheitsgebot dürfen Biere nur Hopfen, Malz, Hefe und Wasser enthalten. Über die Qualität der Zutaten und des Brauprozesses wird nichts gesagt. Craft Brauer hingegen legen großen Wert auf die Herkunft der Zutaten und die handwerkliche Produktion. Wie man im „Alten Mädchen“, dem neuen Braugasthaus in den Schanzenhöfen, erschmecken kann.

VON KIRSTIN RÜTHER

Wenn man ein Bier in einem Restaurant bestellt, hat man normalerweise die Wahl zwischen Pils, Weizen und vielleicht noch einem Dunkelbier, abgesehen von alkoholfreiem Bier und Alsterwasser. Im „Alten Mädchen“ jedoch, dem neuen Braugasthaus von Ratsherrn in den Schanzenhöfen, kann es die Länge der Bierkarte locker mit einer Weinkarte in einem ordentlichen Restaurant aufnehmen.

Allein die verschiedenen eigenen Biere sind exotischer als die der meisten größeren Brauereien. Hinzu kommen mehr als 60 weitere Biere aus aller Herren Länder. Zum Beispiel Trappistenbiere aus belgischen Klöstern, aus denen man mal Lakritz und Minze, mal Feigen und orientalischen Früchten herauschmecken kann. Es gibt Fruchtlambics mit Kirschgeschmack, Porters und Stouts, deren Geschmack Anklänge an Kaffee und Bitterschokolade oder Röstkastanien enthält, geschmacksexplosive Indian Pale Ales (IPAs) oder auch glutenfreie Biere. Zu den Lieblingen von Patrick Rütther (40), Geschäftsführer des „Alten Mädchen“, gehört das Sorachi Ace, benannt nach einer japanischen Hopfensorte. Mit Champagnerhefen in der Dreiviertel-Liter-Flasche nachvergoren schmeckt es nach Zitrus und Maracuja.

So unterschiedlich die Biere sind, eines haben sie gemein: Sie sind sogenanntes Craft Beer, mit Liebe und Leidenschaft handwerklich gebrautes Bier meist kleinerer, unabhängiger Brauereien, denen die Herkunft der Zutaten und die Qualität des Brauprozesses wichtiger sind als ihr Preis und die traditionelle Biersorten mit großer Experimentierfreude und Ideenreichtum neu interpretieren.

## HANDWERK GEGEN MASSENPRODUKTION

Schon in den 1980er Jahren begannen einige engagierte Brauer im Nordwesten der USA, den wenigen, aber allmächtigen Industriebrauereien Paroli zu bieten – und Bierliebhabern ein ganz neues Geschmackserlebnis. Weltweit wird der Biermarkt heute

von wenigen Giganten dominiert. Der Weltmarktführer AB InBev aus Belgien vereint inzwischen mehr als 200 Biermarken unter seinem Dach, darunter die bekannte norddeutsche Biermarke Becks und die bayrische Löwenbräu, und macht 40 Milliarden Dollar Umsatz und über 9 Milliarden Dollar Gewinn. In dieser Welt ist Bier ein Massenprodukt wie viele andere auch; es geht nicht um Genuss, sondern um niedrige Produktionskosten, Rabattschlachten um Marktanteile und eine weltumspannende Lieferlogistik. „Deutschland ist, was Craft Beer angeht, immer noch Entwicklungsland“, merkt Patrick Rütther an. Dabei gibt es hierzulande, mindestens 800 Mini-Brauereien, die mit Liebe zum Detail von Hand brauen. „Sie machen sich viel Gedanken darüber, wo sie ihren >>

→ **Ratsherrn  
Brauerei**  
(Schanzen-Höfe)  
Lagerstraße 30a  
20357 Hamburg  
Tel. (040) 380 72 892-0  
Fax (040) 380 72 892-92  
www.ratsherrn.de

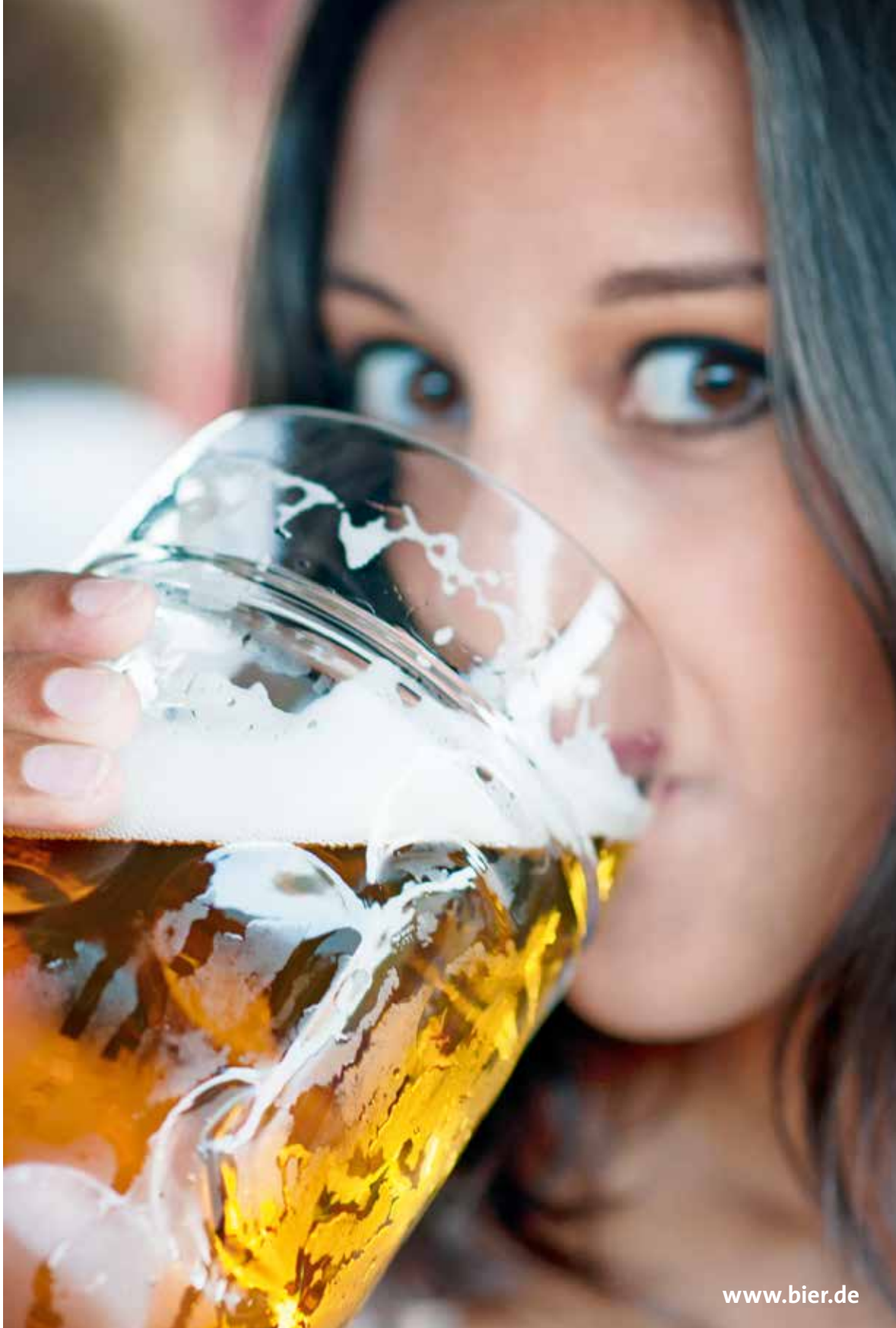


Foto: Henning Angerer



Foto: Philipp Rathmer





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

Deutsche Brauer berufen sich gern auf das Reinheitsgebot, das 1515 in Bayern erlassen wurde und alle Zutaten als Gerste, Hopfen und Wasser verbannte. Was sie verschweigen: Schon bald wurde die Vorschrift wieder verwässert. Erst ließ man Koriander und Lorbeer zu und später dann auch Wacholder in Kümmel. Und auch das beliebte Weizenbier ist eine klare Abweichung von der reinen Lehre.

### Kühles Blondes von rot bis weiß

Neben dem klassischen Pilsener (spritzig, blumig, ein Hauch von Zitrus) gibt es von Ratshernn das Rotbier (malzaromatisch mit Hauch von Karamell), ein waldhonig-farbenes Pale Ale (malzig, an trockene Beeren und frische Zitrus-Früchte erinnernd), das Hamburger Weissbier (frisch, mit Aroma von Bananen und exotischen Früchten), das stets frischgezapfte Zwickel sowie saisonale Pale Ales wie das Reeperbahn Bier, das Iggy Hop oder das SpringBock. Rotbier und Weißbier wurden in Hamburg bereits im frühen 13. Jahrhundert gebraut, Pale Ale ist eine urenglische Erfindung aus dem 17. Jahrhundert, Pils dagegen ist mit seinen 170 Jahren noch ein echter Jungspund in der internationalen Bierwelt. <<

Foto: Philipp Rathmer



Im alten Mädchen geht es zünftig zu



Hopfen kaufen und wie viel Malz sie in welcher Mischung wann hinzufügen“, meint der Bierkenner. „Sie brauen teilweise traumhafte Biere, vertreiben diese aber nur in ihrem Dorf oder, wenn die Biere zu experimentell für die lokalen Konsumenten sind, exportieren sie sie.“ Denn so offen und kreativ die bayrischen Brauer sein mögen, die durstigen Kehlen dort unten lieben es eher zünftig, traditionell.

Patrick Rütter, der ebenfalls Geschäftsführer von Tim Mälzers „Bullerei“ gleich nebenan ist, hatte schon seit langem die Idee, ein Braugasthaus für die Hamburger Traditions-marke „Ratsherrn“ zu betreiben. Die plante nämlich, das Bier, das zwischendurch in Stralsund gebraut wurde, zurück an die Elbe zu holen, und zwar in ein denkmalgeschütztes Gebäude im Herzen der Stadt, direkt neben der „Bullerei“. Als Oliver Nordmann, Inhaber der Brauerei, dann

noch auf die Craft Beer-Bewegung setzte und den Draht zum LandWert Hof Stahlbrode in der Nähe von Rügen herstellte, war das Konzept perfekt. Passend zum Bier gibt es Kotelett, Ente und Scholle, kleine Hap-pen und deftig belegte Stullen, und das alles aus ursprünglichen und regionalen Zutaten. Das Brot kommt direkt aus dem eigenen Holzbackofen, einige Sorten werden sogar mit Biertreber aus der Brauerei gebacken.

In den historischen Viehhallen des alten Schlachthofes verbindet die Brauerei auf 4.500 qm Fläche denkmalgeschützte Architektur mit modernen Bauelementen. Der optische Leckerbissen ist das gläserne Sudhaus, das einen Einblick in das Herz der Braumanufaktur gibt. Die moderne Brauanlage für die Hauptsorten schafft bis zu 50.000 Hektoliter pro Jahr. „Damit ist Ratsherrn zwar mit Abstand die größte und industriellste Anlage unter den Craft Brau-

ereien“, sagt Patrick Rütter, doch Ratsherrn sei immer noch eine kleine regionale und überschaubare Brauerei und werde diese auch bleiben.

#### DIE VIELFALT DES GESCHMACKS

Auf den Reisen durch die Craft Beer Szene wurde Patrick Rütter immer häufiger von Sophia Wenzel begleitet. Die 25-jährige gelernte Restaurantfachfrau aus der „Bullerei“ war in Sachen Bier auf den Geschmack gekommen. Sie stürzte sich Hals über Kopf ins Metier und ließ sich zur Bier-Sommelière ausbilden. Die beste Zeit zum Schmecken – mit Schlucken, nicht nur Spucken! – sei morgens zwischen 10 und 11 Uhr, meint sie. Dann schwenkt sie das Bier in dem speziellen Degustationsglas, prüft die Farbe, wartet, bis das Bier die Ideal-Temperatur von acht bis zwölf Grad erreicht hat und schnuppert zunächst.

→ **Altes Mädchen**  
Lagerstraße 28b  
20357 Hamburg

Mo bis Sa ab 12 Uhr  
So Frühschoppen ab  
10 Uhr

## Mit harten Bandagen

1.330 Brauereien gibt es in Deutschland, die 2012 zusammen 96,3 Millionen Hektoliter Bier hergestellt haben. Damit ist Deutschland der größte Biermarkt in Europa, auch wenn wir mit einem Pro-Kopf-Verbrauch von 107,6 Litern nur auf Platz Drei hinter Irland und Tschechien liegen. Beherrscht wird der Markt von einem halben Dutzend Großunternehmen wie Bitburger, Radeberger, Veltins und Brauholding, denen jeweils bis zu 30 Brauereien gehören. International sind auch sie allerdings Zwerge. Die Globalisierung dieses Marktes wurde im Mutterland des Bieres verschlafen. Angesichts zurückgehenden Bierkonsums herrscht ein harter Verdrängungswettbewerb. Kleine regionale Anbieter haben es da angesichts der Marktmacht der Großen immer schwerer zu überleben. Manche lassen ihr Bier sogar bei der mächtigen Konkurrenz brauen, um von den Kostenvorteilen der Großproduktion zu profitieren. <<

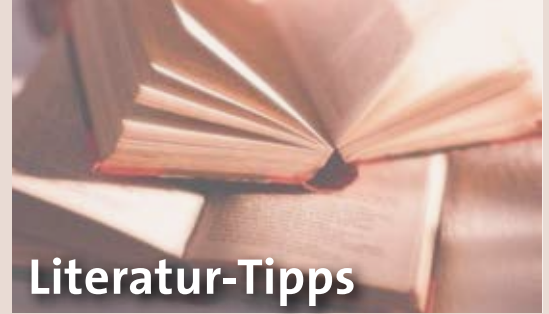




„Für den ersten Eindruck habe ich ein persönliches Schema. Duftet das Bier nach Blume, Obst, Tier, Leder, Holz oder Röstaromen? Wenn Blume, ist es ein Kraut wie Lavendel oder Rosmarin? Wenn Obst, ist es Steinobst wie Pflaume oder Aprikose, oder sind es Beeren? Riecht es nach Schinken oder Buchenholz, Karamell oder Lebkuchen?“, zählt sie auf. Die Geschmacksvielfalt beim Bier ist noch größer als beim Wein. „Der Brauer hat wesentlich mehr Stellschrauben, an denen er drehen kann“, erklärt Sophia Wenzel. „Es gibt zum Beispiel etliche Sorten an Hopfen, Malz und Hefe und entsprechende Mischungen. Und dann sind da natürlich Würzung, die Härte des Brauwassers, die Reifezeit, die Lagerung und nicht zuletzt die Form des Glases, aus dem es getrunken wird.“

Sophias Geschmacksentdeckungen finden sich auf der Getränkekarte wieder, die stetig im Wandel ist. Einerseits soll das so sein, schließlich sei ein Bier ein regionales und saisonales Produkt. Andererseits geht es auch gar nicht anders. Denn die Craft Brauereien produzieren nicht auf Masse. Manchmal können sie von ihren Spezialitäten gerade mal drei Kisten liefern, Rührer benötigt für das „Alte Mädchen“ aber drei Kisten pro Woche. Dann wünscht sich der Unternehmer in ihm bisweilen in die Welt der großen Brauereien zurück, wo er jedes Bier sofort bekommen würde. Doch Massenproduktion funktioniert bei Craft Beer eben nicht. Und gerade das ist auch gut so. <<

**Als Bier-Sommelière weiß Sophia Wenzel alles über Gestensaft**



## Literatur-Tipps

### Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

falls Sie Ihren Urlaub schon hinter sich haben, möchte ich Sie einladen, im Kopf noch einmal auf die Reise zu gehen. Oder Sie lassen sich inspirieren für die herbstlichen Leseabende...

Wenn Sie zum Beispiel „Bretonische Brandung“ von Jean-Luc Bannalec lesen, möchten Sie auf jeden Fall anschließend sofort in die Bretagne fahren – genau wie nach der Lektüre des ersten Krimis mit dem eigenbrötlerischen Kommissar Dupin. Bannalec schreibt in der Tradition Donna Leons – keine action, keine blutigen Details, aber liebevoll und mit feinem Humor gestaltete Figuren in einer sehr genau beschriebenen Umgebung,

und keine Serienkiller (zum Glück, finde ich), sondern Opfer und Täter oder Täterinnen, deren Verhaltensweise man nachvollziehen kann, genau wie den ganzen Hintergrund der Handlung. Für seinen zweiten Fall muss Dupin tief in die Seelen der Menschen auf den der Bretagne vorgelagerten Iles de Glénan eintauchen. Das Buch erinnert ein bisschen an ganz klassische Kriminalromane in der Tradition Agatha Christies – und das ist hier als Kompliment gemeint. „Bretonische Brandung“ fängt ganz langsam an, um zunehmend fesselnd zu einem außergewöhnlichen und sehr berührenden Schluss zu kommen, der einen hoffen lässt, dass Bannalec (wer auch immer sich hinter diesem Pseudonym verbirgt) uns bald mit einem dritten Fall für Kommissar Dupin beglücken möge.



→ **Jean-Luc Bannalec**  
**BRETONISCHE BRANDUNG**  
**Kiepenheuer&Witsch · 14,99 Euro**



→ **Jean-Luc Bannalec**  
**BRETONISCHE BRANDUNG**  
**Kiepenheuer&Witsch · 14,99 Euro**

Vom Atlantik führt uns das neue Buch von Uwe Timm, „Vogelweide“ in die Nordsee. Christian Eschenbach ist für eine Saison Vogelwart auf Scharhörn. Bis vor sechs Jahren war er ein sehr erfolgreicher Unternehmer in der IT-

Branche, glücklich liiert mit der sympathischen Schmuckdesignerin Selma. Sie freunden sich mit einem anderen Paar an, dem Architekten Ewald und der Lehrerin Anna, und alles könnte so harmonisch und sorglos sein. Aber Christian und Anna verlieben sich Hals über Kopf ineinander und haben eine leidenschaftliche Affäre. Christian drängt Anna, Ewald zu verlassen, aber diese nimmt ihr Eheversprechen ernst und leidet an ihrer eigenen Untreue. An dem Tag, an dem sie sich endgültig von Christian trennt, geht auch dessen schon ins Trudeln geratene Firma Bankrott. >>

Christians Welt zerbricht vollständig und er braucht eine Zeit, in der er trauert und abtaucht von der Außenwelt, bis er das ihm aufgezwungene neue Leben akzeptiert und anfängt, die Trennung von Anna zu überwinden. Bis sie ihn, nach sechs langen Jahren, in denen er kein Wort von ihr gehört hat, anruft und ihn für einen Tag und eine Nacht auf Scharhörn besuchen kommt.

„Vogelweide“ gleitet zwischen den Zeitebenen hin und her, aber man folgt Timm mit der gleichen Leichtigkeit, in der das Buch geschrieben ist. Und man folgt Christian auf seinen Erinnerungen an einen verstorbenen Freund und den Gedankenreisen über Liebe und Moral ebenso gern wie bei seinen Exkursen über die Vogelwelt auf Scharhörn. Timm ist ein spannendes und sprachlich wunderschönes, ein perfektes Buch gelungen.

→ **Uwe Timm VOGELWEIDE**  
**Kiepenheuer& Witsch · 19,99 Euro**

Henning Zapotek, Hauptkommissar in Hamburg, wollte eigentlich sein Sabbatjahr nutzen, um Richtung Nordpol zu segeln. Stattdessen lässt ihn Claudia Rusch in ihrem Buch „Zapotek und die strafende Hand“ in sein Heimatdorf auf Rügen zurückkehren, um nach dem Tod seiner Eltern das geerbte Haus zu verkaufen. Auf Rügen sieht er sich gezwungen, zu ermitteln und sich um den Tod des Vormieters zu kümmern, er trifft seine Jugendliebe wieder und den Mann, der ihn in seiner Jugend gezwungen hatte, aus der DDR zu fliehen.



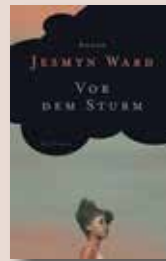
Das Buch ist kein Krimi für Menschen, die atemlose Spannung suchen – es ist vielmehr eine Hommage an Rügen und die eigensinnigen Menschen dort, ein bisschen Liebesgeschichte und Vergangenheitsbewältigung. Vor allem aber

ist es humorvoll und leicht geschrieben und meilenweit entfernt von düsteren skandinavischen oder amerikanischen Krimis.

→ **Claudia Rusch**  
**ZAPOTEK UND DIE STRAFENDE HAND**  
**Mare Verlag · 14,95 Euro**

In ihrem Buch „Vor dem Sturm“ nimmt uns Jesmyn Ward mit ins Mississippi-Delta, zur 15-jährigen Esch und ihren drei Brüdern. Der Roman beginnt elf Tage vor „Katrina“,

dem verheerenden Hurrikan, der im Sommer 2005 den Golf von Mexiko heimgesucht hat. Eschs Mutter ist tot und die Geschwister wachsen bei ihrem Vater in einer selbstgezimmernten Hütte am Rand eines Waldes inmitten von Hühnern und Autowracks auf. Das Buch ist aus Eschs Perspektive geschrieben, und obwohl die Sprache alles andere als leicht verdaulich ist, taucht man von Anfang an in diesen Mikrokosmos ein. Man zittert mit ihr und ihrer Familie, die versucht, sich auf den angekündigten Sturm vorzubereiten. Man liest die Geschichte atemlos vor Spannung. Auch wenn man weiß, was passieren wird, ist völlig offen, wie das Mädchen, das vor kurzem erst erfahren hat, dass sie von einem der Freunde ihrer Brüder schwanger ist, ihre Brüder und ihr Vater den Hurrikan überstehen werden.



Das Buch ist in den USA ein Bestseller und wurde mit mehreren Preisen ausgezeichnet. Das Besondere an dieser echten literarischen Entdeckung ist für mich, dass es der Autorin und ihrer zweifellos sehr guten Übersetzerin Ulrike Becker gelingt, dass der Leser sich vorbehaltlos mit Eschs Familie identifiziert. Und obwohl der Hurrikan Eschs Familie alles Materielle nimmt, ist die Situation nach dem Sturm hoffnungsvoller als vorher.

→ **Jesmyn Ward VOR DEM STURM**  
**Kunstmann Verlag · 21,95 Euro**

Die Konstruktion von „Jenseits der Untiefen“ der tasmanischen Autorin Favel Parrett ist ganz ähnlich wie in „Vor dem Sturm“. Das ebenfalls preisgekrönte Buch ist genauso großartig! Es spielt dort, wo die Autorin aufgewachsen ist, in einem kleinen Küstenort auf Tasmanien. Wieder geht es um eine Familie, in der die Mutter fehlt, und die drei Kinder versuchen, einander den Halt und die Geborgenheit zu geben, die ihnen fehlen. Joe, der älteste, ist schon ausgezo-



gen, und nun kümmert sich vor allem Miles um Harry, den jüngsten, versucht, ihn vor dem Vater und seinem grausamen Partner beim Fischfang zu beschützen.

Ich konnte dieses Buch nicht aus der Hand le-

gen, bevor ich es zu Ende gelesen hatte, es war zwischendurch kaum auszuhalten, grauenhaft spannend und fast unerträglich und schrecklich traurig – und doch möchte ich es Ihnen ans Herz legen: Es ist so wunderbar geschrieben, ein literarisches Kleinod. Und es führt durch fast nicht aushaltbare Ereignisse zum Licht am Ende des Tunnels.

→ **Favel Parrett JENSEITS DER UNTIEFEN**  
**Hoffmann & Campe · 19,99 Euro**

Maggie O'Farrells Buch „Der Sommer als der Regen ausblieb“ beginnt im Juli 1976 in London und erzählt die Geschichte der aus Irland stammenden Riordans, deren Familiengeheimnisse in jenem Sommer, in dem ganz England unter der Hitze und dem ausbleibenden Regen stöhnt, an die Oberfläche gespült werden. (Dabei fand ich die jedem Kapitel vorangestellten Auszüge aus dem englischen Dürregesetz von 1976 beeindruckend und hilfreich, um in die Atmosphäre jener Tage einzutauchen.)



Gretta Riordans Ehemann Robert verschwindet eines Morgens spurlos. Die Lage der verzweifelten Gretta zwingt ihre Kinder, der Mutter zu Hilfe zu kommen.

Monica und Michael Francis, die in der Nähe wohnen, haben gerade mit eigenen Eheproblemen zu kämpfen, und als die jüngste Schwester Aoife (die Aussprache habe ich bis zum Schluss nicht kapiert) nach Jahren ohne Kontakt zur Schwester aus New York anreist, brechen nie geklärte Konflikte unter den Geschwistern auf. Allmählich taucht ein Geheimnis auf, das die gläubige Katholikin Gretta schon fast vergessen hatte, und während die ganze Familie nach Irland fährt, sind alle gezwungen, sich den vielen verdrängten Problemen zu stellen, um Robert schließlich wiederzufinden.

Dies ist ein wunderbarer Schmöker. Es scheint vorwiegend englischen Autorinnen gegeben zu sein, leicht lesbare Geschichten mit dem unvergleichlichen humorvollen englischen Blick auf die Widrigkeiten des Alltags zu entwerfen, ohne dabei je ins Oberflächliche oder Seichte abzudriften.

→ **Maggie O'Farrell**  
**DER SOMMER ALS DER REGEN AUSBLIEB**  
**Manhattan Verlag · 19,99 Euro**



→ **Ulrike Kirschner ist von Berufs wegen Leseratte. Die gelernte Buchhändlerin arbeitet seit 1989 in der Sachsentor Buchhandlung, die jüngst auch eine Filiale in der Alten Holstenstraße in Lohbrügge eröffnet hat. In urbanes stellt Ulrike Kirschner regelmäßig neue lesenswerte Bücher vor.**





Das Deutsche Theater Berlin erzählt beim diesjährigen Theater Festival „Geschichten aus dem Wienerwald“

## Festivaljubiläumsschmaus

Wer nach dem langen Sommer Theaterentzugerscheinungen hat, der findet seit fünf Jahren beim Hamburger Theater Festival Linderung. Vom 12. Oktober bis 10. November servieren die Macher auch dieses Jahr wieder allerfeinste Theaterkost.

Insgesamt acht Produktionen sind an die Elbe eingeladen, davon gleich drei Inszenierungen des Wiener Burgtheaters: Molières Heuchler-Komödie „Tartuffe“ in der Regie von Luc Bondy, der einst am Thalia als Regieassistent begann, „Onkel Wanja“ von Anton Tschechow mit Gert Voss, einem der größten Verwandlungskünstler des deutschen Sprechtheaters, und schließlich „Troja“ in der Textfassung von Amely Joana Haag und Matthias Hartmann, der auch die Regie führt. Mit 17 Schauspielern in 33 Rollen erzählt Hartman diesen uralten Mythos in vier Stunden noch einmal neu.

Es gibt die „Geschichten aus dem Wienerwald“ von Ödön von Horvath in einer Produktion des Deutschen Theaters Berlin, das in einer Koproduktion mit Kampnagel auch

„Ödipus Stadt“ beisteuert, und „König Lear“ von den Münchener Kammerspielen mit André Jung in der Titelrolle. Das Brechtfestival Augsburg ist mit „Baal“ und Thomas Thieme zu Gast und das Schauspiel Frankfurt zeigt in einer Koproduktion mit den Ruhrfestspielen Recklinghausen und in Kooperation mit Kampnagel „Kleiner Mann – was nun?“ von Hans Fallada. Spielstätten des Festivals sind Kampnagel, das Thalia und das St. Pauli Theater.

Fester Bestandteil ist die Festivalakademie, die den Studenten der Theaterakademie Hamburg und Theaterinteressierten allgemein die Möglichkeit gibt, mit Künstlern zu diskutieren und sie abseits der Bühnen kennenzulernen. So wird sich die Regisseurin und Schriftstellerin Emine Sevgi Özdamar zum schöpferi-

schen Umgang mit der Fremdheit auseinandersetzen, André Jung wird über seine Erfahrungen mit dem Lear berichten und Caroline Peters, die als Jelena in „Onkel Wanja“ in Hamburg zu sehen sein wird, hält einen Vortrag zu Schauspielformen mit dem Titel „Performance oder Figur?“

Abgesehen von dem erstklassigen Programm zeichnet das Festival eine weitere Besonderheit aus: Diese theatrale Haute Cuisine, die seit 2009 unter Leitung von Nikolaus Besch serviert wird, ist ausschließlich privater Initiative zu verdanken. Das Grußwort von Kultursenatorin Barbara Kisseler im Programmheft ist damit das einzige, was die Hansestadt beisteuert. <<

→ **Hamburger Theater Festival**  
12. Oktober bis  
10. November 2013

[www.hamburger-theaterfestival.de](http://www.hamburger-theaterfestival.de)

→ **Nicos Farm e.V.**  
 Arnold Schnittger  
 Wandsetwiete 2  
 22047 Hamburg  
 Tel. (0170) 413 14 04  
 Tour-Tagebuch:  
 www.inwendig-  
 warm.de

Wir freuen uns  
 über Spenden:  
 Bank für Sozial-  
 wirtschaft  
 Blz 25120510  
 Konto 9429800



www.nicosfarm.eu

## Der lange Marsch

Ein pflegender Vater aus Hamburg wandert durch ganz Deutschland, um auf das Schicksal pflegender Angehöriger aufmerksam zu machen. Er ist einer von vielen Menschen, die viel für unsere Gesellschaft leisten, aber einen hohen Preis dafür zahlen.



**Arnold Schnittger**

VON MARION SEIGEL

**E**r läuft und läuft und läuft. 56 Tage lang von Flensburg bis an den Bodensee. Es ist Sommer 2013. Arnold Schnittger ist unterwegs mit und für seinen Sohn Nico – und stellvertretend für Millionen pflegender Angehöriger, die sein Schicksal teilen: Ein pflegebedürftiges Familienmitglied rund um die Uhr viele Jah-

re zu versorgen und selbst dabei durch die Maschen unseres sozialen Netzes zu rutschen. Arm und mittellos zu werden, weil pflegende Angehörige ihre Arbeit unbezahlt leisten – zum Nutzen und Wohl unserer Gesellschaft.

Arnold Schnittger ist arm, weil er seinen Beruf als Fotograf für die Pfl-

ge von Nico schon lange aufgegeben hat. Nicos Gehirn hat durch Sauerstoffmangel bei der Geburt vor 18 Jahren Schaden genommen. Er ist körperlich und geistig behindert, dabei fröhlich und stark. Das hat Nico von seinem Vater, der sich bis heute nicht hat kleinkriegen lassen. Ganz im Gegenteil, Arnold Schnittger hat





Großes vor: Nicos Farm. Nahe Hamburg plant er eine Wohn- und Lebensgemeinschaft für Nico, sich und andere alleinstehende Eltern mit behinderten Kindern sowie für Menschen im Großeltern-Alter. Dafür sammelt er seit fünf Jahren unermüdlich Geld und Unterstützer. Und dafür wandert er nun bereits zum dritten Mal durch Deutschland.

#### AUSGEZEICHNETES ENGAGEMENT

Zu seinen treuen Unterstützern gehört der Verein „wir pflegen“ e.V. Seit 2010 ist Arnold Schnittger Mitglied. Der Verein hat sich innerhalb von fünf Jahren zu einer allseits akzeptierten, meinungsstarken Interessenvertretung für pflegende Angehörige entwickelt. So wurde der Verein im Rahmen des Transatlantischen Ideenwettbewerbes „USable“ von der Körber-Stiftung ausgezeichnet.

Vor allem die rund 30 Mitglieder der Regionalgruppe Hamburg stehen hinter dem engagierten Vater und seinen vielfältigen Aktionen: Neben seiner Sommertour, deren Etappen man zu Fuß begleiten oder im Internet-Tour-Tagebuch und auf Facebook verfolgen kann, organisiert Schnittger zum dritten Mal das Lichtermeer. Der Laternenlauf für behinderte Kinder rund um die Binnenalster findet in diesem Jahr am 25. Oktober statt.



Schwerstbehindert und fröhlich – Nico auf seiner Tour durch Deutschland.

#### WACHSENDE BÜROKRATIE UND WIDERSTAND

„Pfleger Angehörige sind zwar ‚der größte Pflegedienst der Nation‘, aber dafür zahlen wir einen hohen Preis. Wer einen Angehörigen pflegt, ist von Armut bedroht und oftmals leben Pfleger nach vielen Jahren sozial vollkommen isoliert,“ kritisiert Arnold Schnittger. „Außerdem sind viele von uns am Ende ihrer Kräfte und müssen trotzdem gegen eine wachsende Bürokratie und Widerstände ankämpfen. Wir fühlen uns alleingelassen mit unseren Problemen.“ Die Vorstandsvorsitzende von „wir pflegen“, Dr. Hanneli Döhner, hat zu diesem Thema am Universitätsklinikum Eppendorf jahrelang geforscht. Sie bestätigt: „Es betrifft tatsächlich zunehmend Berufstätige, die ein Familienmitglied pflege-

risch versorgen: Viele scheitern an der Mehrfachbelastung durch Job, Pflege und Familie und geben ihren Beruf auf. Am Ende erkranken sie selbst oft, weil sie nicht entlastet werden und kaum Reha-Maßnahmen bewilligt bekommen.“

Weil es in Deutschland keine Organisation gab, die krankheitsübergreifend alle pflegenden Angehörigen in Deutschland vertritt, wurde die Wissenschaftlerin eines von elf Gründungsmitgliedern von „wir pflegen“. Den Verein vertritt sie seitdem in Ausschüssen und Gremien von Organisationen und Bündnissen. „Wir müssen verhindern, dass pflegende Angehörige durch Pflege in die Armut abgleiten“ appelliert sie. „Hartz IV für Menschen, die ihren Beruf für die Pflege aufgegeben haben, das ist ein Armutszeugnis für unsere Gesellschaft!“ <<

→ wir pflegen  
c/o UKE, Ost 37  
Martinistraße 52  
20246 Hamburg  
Tel. (040) 7410 54528  
Fax (040) 7410 54056



Die Hamburger Mitglieder von „wir pflegen“ gehören zu den stärksten Unterstützern von Arnold Schnittger und seinen vielfältigen Aktionen.

INTERESSENVERTRETUNG DER ÄLTEREN GENERATION

# Start in neue vierjährige Amtszeit

Der Landes-Seniorenbeirat (LSB) und die Bezirks-Seniorenbeiräte (BSB) sind erstmals auf Grundlage des Seniorenmitwirkungsgesetzes gebildet und gewählt worden.



Foto: BCV

Der Landes-Seniorenbeirat mit Senatorin Cornelia Prüfer-Storcks (Neunte v. li.) auf der konstituierenden Sitzung des LSB am 21. Juni in der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz. Die LSB-Mitglieder von links nach rechts: Dr. Birgit Wulff, Egon Zarnowka, Klaus Kollien, Helmut Krumm, Hermine Hecker, Hüseyin Yilmaz, Karin Schulz-Torge, Angelika Beier, Jürgen Fehrmann, Brita Schmidt-Tiedemann, Friedrich-Wilhelm Jacobs, Karin Rogalski-Beeck, Dieter Mahel, Fatma Celik. Nicht auf dem Foto: Hans-Jürgen Leiste.

**Geschäftsstelle**  
Heinrich-Hertz-  
Straße 90  
22085 Hamburg  
Tel. 428 37-1934

**H**amburgs Seniorenvertretung auf Landesebene hat Anfang Juli die Eimsbütteler BSB-Vorsitzende *Karin Schulz-Torge* zur Vorsitzenden gewählt. Zu ihren Stellvertretern wählten die 15 LSB-Mitglieder Jürgen Fehrmann und Klaus Kollien. Des Weiteren gehören dem Vorstand Dr. Birgit Wulff und Hüseyin Yilmaz an. Der Landes-Seniorenbeirat setzt sich zusammen aus je einem Vertreter der sieben Bezirks-Seniorenbeiräte, zwei vom Integrationsbeirat delegierten Senioren mit Migrationshintergrund sowie sechs zusätzlich berufenen Mitgliedern mit Erfahrung in der Seniorenarbeit.

Die Seniorenvertretung fördert die gesellschaftliche Teilhabe und politische Mitwirkung der Generation 60+ in Hamburg. Der LSB berät



die Behörden in allen Angelegenheiten, die die Älteren betreffen. Die Bezirks-Seniorenbeiräte nehmen diese im Hamburgischen Seniorenmitwirkungsgesetz (HmbSenMitwG) festgeschriebenen Aufgaben und Rechte hinsichtlich der Bezirksversammlungen und Bezirksämter wahr. In einer Vielzahl Gremien von Institutionen in der Stadt, zum Beispiel beim HVV, im Integrationsbeirat oder im Landespflegeausschuss, wirken LSB-Mitglieder beratend mit. Als Interessenvertreter/-innen der Älteren sind die Mitglieder des Beirats ehrenamtlich tätig, unabhängig und parteipolitisch neutral.

Die demokratische Basis der Seniorenbeiräte bilden in den Bezirken die Seniorenbeauftragtenversammlungen, aus deren Mitte die Mehrheit der Beiratsmitglieder gewählt

wird. In den Versammlungen engagieren sich etwa 500 Frauen und Männer, die über 60 Jahre alt sind. Die Delegiertenversammlungen sind grundsätzlich öffentlich und möchten mit ihren aktuellen Themen viele Mitbürgerinnen und Mitbürger erreichen.

Im LSB und in den Bezirks-Seniorenbeiräten sind insgesamt 115 Personen aktiv. Sie werden nach einer Einarbeitungszeit in der Amtszeit bis 2017 viel für die Interessen und Anliegen der Älteren in unserer Stadt bewegen. Die Arbeitsfelder sind vielfältig: Barrierefreiheit, Wohnen im Alter, Qualität der Pflege, Teilhabe an Bildung und Kultur und vieles mehr. Nähere Informationen zur Arbeitsweise und den Themen der Seniorenvertretung gibt es im Internet unter [www.lsb-hamburg.de](http://www.lsb-hamburg.de) und über die Geschäftsstelle des LSB. <<



# Seniorentage in Altona

Der „Markt der Möglichkeiten“ bietet am 9. Oktober Beratung, Infos und Unterhaltung im Rathaus Altona.

Am 10. Oktober lädt der BSB Altona zur Elbschiffahrt ein.

Ältere, die Rat, Tipps und Anregungen suchen, finden auf dem Seniorentag im Kollegiensaal des Rathauses von 10 – 16 Uhr an die 30 Anbieter von Unterstützung, Hilfen und Freizeitgestaltung im Alter. Diese alle in konzentrierter Form an einem Ort zu versammeln, ist eine Besonderheit, die die „Altonaer Seniorentage“ nunmehr im 24. Jahr bieten.

## VIELFÄLTIGES PROGRAMM MIT MUSIKDARBIETUNGEN

Am 9. Oktober sind die Angebote des Bezirks ebenso vertreten wie die Seniorentreffs und einige Wohn-/Pflegeeinrichtungen. Ihre Projekte für Senioren stellen der ASB und die Diakonie, KoALA, das Lotsenbüro (zum Thema Demenz), und der Diakonieverein (berät zu Betreuungen) vor. Vertreten sind neben vielen anderen auch der Mieterverein zu Hamburg und die Polizei.

Die Altonaer Seniorentage sind ein fester und wichtiger Bestandteil der bezirklichen

Seniorenarbeit. Geplant und organisiert werden sie vom ehrenamtlichen Bezirks-Seniorenbeirat Altona.

Eröffnet wird den zentralen Tag im Altonaer Rathaus die Vorsitzende Brita Schmidt-Tiedemann, Altonas Bezirksamtsleiterin Dr. Liane Melzer und der Vorsitzende der Bezirksversammlung Dr. Frank Tous-saint. Neben dem geballten Infor-



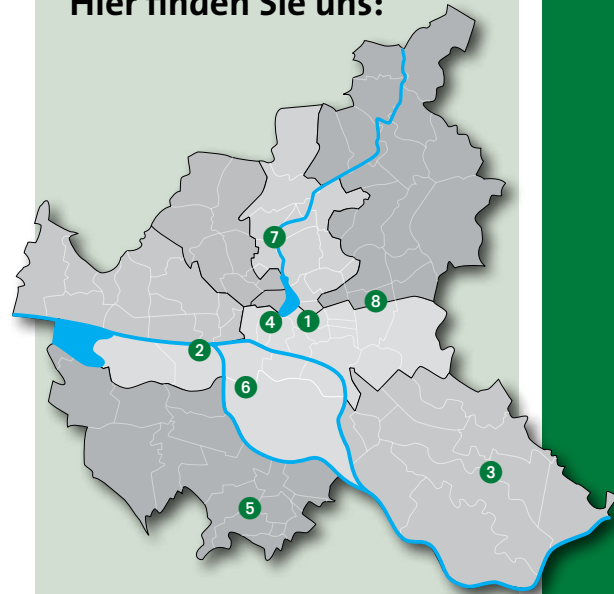
mationsangebot unterhalten unter anderem eine Combo des Polizeiorchesters und die Saz-Gruppe des Interkulturellen Treffs Mekan die Gäste musikalisch. Für einen günstigen Mittagstisch und Kaffee + Kuchen ist gesorgt.

Am zweiten Tag, dem 10. Oktober, legt um 11 Uhr die „MS Hamburg“ von den Landungsbrücken ab und kreuzt über die Elbe und durch den Hafen. Einlass ist ab 10.30 Uhr an Landungsbrücke 6 bis 9. An Bord informiert der BSB über seine Arbeit und es gibt unterhaltsame Erläuterungen zu den Orten, an denen die Gäste auf der zwei-stündigen Fahrt vorbeischip-pern. Schiffstickets gibt es zum Kostenbeitrag von 10 Euro am Vortag am BSB-Stand im Rathaus oder vorab telefonisch unter (040) 317 909 23. <<



LSB

Hier finden Sie uns:



- 1 Landes-Seniorenbeirat Hamburg**  
Heinrich-Hertz-Str. 90 · 22085 Hamburg  
Tel. 428 37-19 34 · Fax 428 63-46 29  
lsb@lsb-hamburg.de
- 2 Bezirks-Seniorenbeirat Altona**  
Platz der Republik 1 · 22767 Hamburg  
Brita Schmidt-Tiedemann · Tel. 84 11 94  
bsb-altona@lsb-hamburg.de
- 3 Bezirks-Seniorenbeirat Bergedorf**  
Wentorfer Str. 38 · 21029 Hamburg  
Karin Rogalski-Beeck · Tel. 0160-534 08 18  
bsb-bergedorf@lsb-hamburg.de
- 4 Bezirks-Seniorenbeirat Eimsbüttel**  
Grindelberg 66 · 20139 Hamburg  
Karin Schulz-Torge · Tel. 55 25 355  
bsb-eimsbuettel@lsb-hamburg.de
- 5 Bezirks-Seniorenbeirat Harburg**  
Hermann-Maul-Str. 5 · 21073 Hamburg  
Friedrich-W. Jacobs · Tel. 428 71-20 56  
bsb-harburg@lsb-hamburg.de
- 6 Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Mitte**  
Klosterwall 8 · 20095 Hamburg  
Dieter Grimsmann · Tel. 731 30 12  
bsb-mitte@lsb-hamburg.de
- 7 Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord**  
Kümmellstraße 7 · 20249 Hamburg  
Ursula Preuhs · Tel. 428 04-2065  
bsb-nord@lsb-hamburg.de
- 8 Bezirks-Seniorenbeirat Wandsbek**  
Robert-Schuman-Brücke 8 · 22041 Hamburg  
Inge-Maria Weldemann · Tel. 68 11 37  
bsb-wandsbek@lsb-hamburg.de

[www.lsb-hamburg.de](http://www.lsb-hamburg.de)





[www.albertinen-brustzentrum.de](http://www.albertinen-brustzentrum.de)

## Heilungserfolg im Team

Die Diagnose Brustkrebs ist für betroffene Frauen zunächst ein Schock, doch ist Brustkrebs heute eine Erkrankung mit guten Heilungschancen.

In 80 Prozent aller Fälle lässt sich dabei auch die Brust erhalten.

→ **Albertinen-Krankenhaus**  
Süntelstraße 11a  
22457 Hamburg  
Tel. (040) 55 88-2226



**Dr. Ingo von Leffern leitet das Brustzentrum.**

Die großen Fortschritte bei der Behandlung des Brustkrebses in den letzten Jahren sind nicht zuletzt auf die hohe Spezialisierung und Kompetenz der behandelnden Ärzte und vieler weiterer Berufsgruppen zurückzuführen. Im Albertinen-Brustzentrum in Hamburg-Schnelsen steht ein ganzes Team unterschiedlicher Professionen bereit, um die betroffenen Frauen medizinisch-pflegerisch wie auch menschlich mit hoher Kompetenz zu versorgen. Dieses umfasst neben erfahrenen gynäkologischen Operateuren und plastischen Chirurgen auch Radiologen, Pathologen, Breast Care Nurses, Psychoonkologinnen, Study- und Onko-Nurse, Seelsorger und Sozialdienst. Dr. Ingo von Leffern, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe und Leiter des

Albertinen-Brustzentrums: „Unser Team steht den Patientinnen in jeder Situation zur Seite. Auch und gerade in Krisensituationen.“

Etwa jede zehnte Frau erkrankt in ihrem Leben an Brustkrebs. Die Ursache für die Erkrankung ist unbekannt, doch gibt es mehrere Risikofaktoren, die die Entstehung begünstigen können. Hierzu zählen u.a. das Lebensalter, eine erbliche Vorbelastung bis hin zum Vorhandensein sogenannter „Brustkrebsgene“, oder auch erhöhter Alkoholkonsum.

Besteht der Verdacht auf Brustkrebs, so erfolgt in der Brustsprechstunde eine schnelle und kompetente Abklärung. Hierfür stehen im Albertinen-Brustzentrum die digitale Mammographie, die Galaktographie, der Brust-Ultraschall sowie die Brust-MRT

zur genauen Diagnostik bereit. Zur Sicherung der Diagnose kann überdies eine Hochgeschwindigkeitsstanze durchgeführt werden, deren Ergebnis nach 24 Stunden vorliegt. Die Gewebeuntersuchungen erfolgen in einem Referenzzentrum für Brustpathologie immer in Doppelbefundung. Die jeweils maßgeschneiderte Therapie wird in der interdisziplinären Tumorkonferenz besprochen und gemeinsam mit der Patientin festgelegt.

### KOMPETENTE PFLEGETEAMS

Die Therapie umfasst zunächst die Operation, bei der meistens brusterhaltende Operationsverfahren und die Wächterlymphknotentechnik durchgeführt werden. Sofern möglich, wird dabei bereits während der OP mit der Bestrahlung des sog. Tumorbettes im Umfeld des entfernten Tumors begonnen (sog. Intraoperative Radiotherapie, IORT in Kooperation mit der Strahlentherapie Visiorad). Dieses schont das umliegende Gewebe und ist aufgrund der Nähe zum Zielort besonders effektiv. Ebenso verkürzt es die postoperative Bestrahlungszeit um mindestens eine Woche. Neben der größtmöglichen Sicherheit wird bei der OP immer auch das beste erreichbare ästhetische Ergebnis angestrebt. Ist eine Brustentfernung nötig, werden alle Möglichkeiten des Brustaufbaus, auch im Ersteingriff, angeboten.

Während des Aufenthalts im Albertinen-Brustzentrum werden die Patientinnen von einem kompetenten Pflegeteam betreut. Eine speziell ausgebildete Fachschwester (breast care nurse) begleitet sie auf ihrem Weg von der Diagnostik über die Therapie bis zur Nachsorge. Die weitere Behandlung erfolgt je nach Diagnose dann ambulant mit allen gängigen Chemo-, Hormon- und Immuntherapien. Die Patientinnen haben die Möglichkeit, an verschiedenen nationalen wie internationalen Studien teilzunehmen. Ist eine Strahlentherapie erforderlich, so stehen auch hier kompetente Partner zur Verfügung. Psychoonkologinnen und Seelsorger betreuen die Patientinnen auf Wunsch zusätzlich. Auch besteht seit über 15 Jahren ein gut besuchter Brustkrebs-Gesprächskreis mit betroffenen Frauen, Breast Care Nurse und Ärzten, zu dem an jedem ersten Donnerstag eines ungeraden Monats eingeladen wird. <<



Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Fotografie	Staat in Nahost	Singgemeinschaft	Brötchen mit Würstchen	4	an-nähernd, ungefähr		Abk. für High Fidelity	schöner Jüngling d. griech. Sage	feierliches Gedicht	anfänglich	Fisch-atmungsorgan	Schreitvogel, Sichler	Tagesabschnitt	gefeierter Künstler
bunte Unterhaltungsdarbietung					Spechtvogel, Pfefferschesser		Fluss in Mitteleuropa			Nachtvogel		jap. Herrschertitel		Baldriangewächs
Drehung, Umlauf								echt; ehrlich	Meeresstachelhäuter					
Verbund dt. TV-Sender (Abk.)			Zahlstelle		Grundstoffteilchen	Versehen, Fehler				2		sich wohl ausstrecken (sich ...)		Schwermetall
geistiger Diebstahl		körperlich, geistig tätig sein	ägyptische Göttin					fein, zart; spitzfindig	Geliebter der Hero					
							Inhaber eines Geldinstituts	Zitterpappel			dt. Märchenherausgeber		Platz in München (Karlsplatz)	
jüdischer Gesetzeslehrer	Aufgeld	Vornehmer						Zeitmesser	kleine Abhandlung	spöttischer Zeitungsartikel				
					brombeerartige Frucht				1			Ver-suchung		Vergeltung für eine Wohltat
Gespens					hohes Bauwerk			Flachland			Gebiet des eigenen Staates			
Eigelb		eine der Kanarischen Inseln	Nahgebiet								taktlos, grob	germanische Gottheit		Eingang; Vorspeise (franz.)
							Hormon d. Bauchspeicheldrüse	die Arbeit o. Schule schwänzen (ugs.)						9
Himmelskörper	Kurzhalsgiraffe		Gesichtsausdruck						5	Himmelsrichtung		Stinktief		
					Heidekraut; Frauenname			alkoholisches Getränk		Titel des hohen Adels				sportlicher Wettkämpfer
italienische Insel		griechischer Liebesgott				Steigerung von gut						Drama von Goethe	ungebunden	
							Kanton der Schweiz	der gleichen Meinung	Stachel-tier	Drall eines Balls			7	
Verleumdung		dünne Deckschicht aus Holz		Warenprobe		Hast		Initiator, Schöpfer					kleines hirschartiges Waldtier	
									6	Nähr-mutter				kreisförmiges Gebilde
Strumpfhalter	Kastenmöbel		ein-farbig				Körperstellung	zu der Zeit, während		weibliches Pferd		ein Europäer		
					Einfall, Gedanke		beinahe						eingedickter Fruchtsaft	
wirtschaftlicher Zusammenbruch		hohe Fußbekleidung								Körper-glied	Wirkstoff im Tee			Roman von Stephen King
						Teil des Schuhs							Fußglied	Kfz-Zeichen Goslar
Fahrt nach Hause								Schiff-fahrts-unternehmen	10					
Laubbaum					über-trieben, äußerst									Schale; Packung

# urbanes rätsel

Das richtige Lösungswort lautet:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11

Wir verlosen fünf Biographien von Albert Ballin

## Albert Ballin: Der „Souverän der Seefahrt“

Ein beispielloser Aufstieg: vom dreizehnten Kind eines armen jüdischen Auswandereragenten zum „Freund“ des Kaisers. Wenig verwunderlich, dass Albert Ballin eine der hervorragendsten Gestalten des wilhelminischen Kaiserreichs war. Von Beginn an sorgte er bei der HAPAG für Aufsehen. Diese stieg unter seiner Führung zur größten Reederei der Welt auf. Von 1907 bis zu seinem tragischen Tod am 9. November 1918 gehörte Albert Ballin dem Kuratorium der Hamburgischen Wissenschaftlichen Stiftung an. Seinen außergewöhnlichen Lebensweg zeichnet die Biografie nach, die wir unter den Einsendern des richtigen Lösungswortes verlosen. Senden Sie eine Postkarte mit dem Lösungswort an: urbanes c/o Art Works!, Unterberg 15b, 21033 Hamburg. **Einsendeschluss 30. November 2013**



Spritzende Gischt, tosende Wellen und gereifte Segel – Marinemaler kennen ihr Sujet aus eigenen Erleben.



## Wasser-Farben

Das Meer ist niemals gleich. Es sieht immer anders aus, mal ruhiger, mal tosend, mal türkisfarben, mal schmutzig grau. Dieses ewige Wechselspiel von Wasser, Wind und Himmel auf Leinwand zu bannen, ist eine hohe Kunst.

→ **Ariane Skora**  
Tel. (040) 492 910 00  
[www.arianeskora.de](http://www.arianeskora.de)

Heute sind die Motive der Marinemalerei häufig nicht martialisch, sondern sportlich.

Wie jede Detektivin besitzt auch sie eine Lupe. Aber sie untersucht keine Kriminalfälle, sondern Bilder, gemalte Bilder, die mit ihrer Textur, ihren Farben und ihrer Komposition von alten Zeiten erzählen. Ihr Schwerpunkt ist die Marinemalerei, die im 19. Jahrhundert von den Niederlanden nach Hamburg herüberschwappte.

Ariane Skora (42) hat in Kiel Kunstgeschichte studiert, kam im Jahr 2000 zum Auktionshaus Ketterer nach Hamburg und hat sich dort in die Norddeutsche Marinemalerei verliebt. Sie bewundere, sagt sie, wie es den Malern gelang, nicht nur ein bewegtes Element wie das Wasser auf der Leinwand festzuhalten, sondern auch den Nebel und die Stürme, also die gesamte Wetteratmosphäre.

Die klassische Gattung der Marinemalerei ist ein Ableger der Landschaftsmalerei. Sie entstand im „Goldenen Zeitalter“ der niederländischen Malerei, dem 17. Jahrhundert. Briten, Franzosen, Dänen, die großen seefahrenden Nationen, folgten, vielfach mit großformatigen Seestücken über epische Seeschlachten wie Lepanto, Agadir und natürlich Trafalgar, die etwa William Turner mit einem seiner berühmtesten Gemälde verewigte.



### DER MALENDE KAISER

Deutsche Maler entdecken das Sujet Meer erst mit der Romantik und ihrer Hinwendung zur Natur im großen Stil. Und es waren zunächst vor allem Landratten aus Dresden, Düsseldorf, Berlin und Karlsruhe, die sich des Themas annahmen. Richtig in Mode kam die Marinemalerei dann allerdings unter Wilhelm II, der Deutschlands Zukunft auf dem Meer währte und auf seiner kaiserlichen Yacht das Spiel von Licht, Wellen und Wind höchstselbst mit Stift und Pinsel einzufangen versuchte.

Berühmte Namen aus dieser Zeit sind Professor Alfred Jensen (1859 – 1935), Hugo Schnars-Alquist (1855 – 1939) und Johannes Holst (1880 – 1965), der Lieblingsmaler von Peter Tamm, dem ehemaligen Chef des Springer-Verlags und Gründer des Internationalen Maritimen Muse-







In seinem Atelier im Maritimen Museum kann man Uwe Lütgen über die Schulter schauen.

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

ums in der Hafencity. Bilder dieser Maler tauchen immer wieder bei Auktionen auf. „Die üblichen Verdächtigen sind immer dabei“, sagt Skora, „mit ihnen wird in Hamburg ein lebhafter Handel getrieben.“

Ihre Signatur, meist am unteren Bildrand, erkennt sie sofort. Bilder von Holst und Jensen haben einen hohen Handelswert und sind unter Sammlern sehr begehrt. Aber es gibt auch eine große Anzahl weniger bekannter Maler, deren Bilder dennoch von anständiger Qualität sind. „Maler malen, was sie sehen, und das sind hier in Hamburg die Elbe, der Hafen, die Schiffe.“ Und so erlauben uns diese Bilder heute einen – sicherlich idealisierten – Blick in die Vergangenheit und in das geschäftige Treiben im Hafen.

Viele Bilder waren Auftragsarbeiten, etwa von Werften und Redereien und auch Kaiser Wilhelm II liebte es, die Schlachtschiffe seiner stolzen Flotte in Öl zu sehen. Oder ein Kapitän ließ zum Abschied von der Berufslaufbahn sein Schiff auf die Leinwand bannen, die berühmten Kapitänsbilder.

Findet jemand so ein Bild im Keller oder hat es geerbt, so kann er sich vertrauensvoll an Ariane Skora wenden. Sie hat schon tausende Bilder bewertet, wird von Auktionshäusern und Museen als Expertin angeheuert oder gibt dort Fachseminare.

Die Malweise gibt ihr Hinweise auf die Epoche, aus der das Bild stammt und dabei kann sie auf ihr umfangreiches kunsthistorisches Wissen und ihre jahrelange Erfahrung zurückgreifen. So malten etwa die Niederländer lasierend, indem sie Farbschicht für Farbschicht auftrugen, während im Impressionismus der feine Pinselstrich modern war.

#### DIE FARBE DES WASSERS

Aber wie malt man überhaupt Wasser? Einer, der es wissen muss, ist der Hamburger Marinemaler Uwe Lütgen (68). Man trifft ihn im Internationalen Maritimen Museum Hamburg. Dieses besitzt eine umfangreiche Gemäldesammlung der Marinemalerei, die sich nach Themengebieten verteilt im ganzen Haus findet. Die kostbarsten Stücke aber sind versammelt auf Deck 8. Dort sitzt auch Lütgen und malt.

„Mit Pinsel und Farbe“, kommt die lakonische Antwort. „Das Wasser zeigt, wo man ist. Mit Himmel und Wind wechselt die Farbe. Die Nordsee hat eine andere Farbe als der Atlantik. Marinemaler müssen zur See gefahren sein.“ So wie er.

Allerdings hatte er schon als Kind begonnen zu malen und seiner Oma mit 10 Jahren das erste ‚Marinebild‘ geschenkt. Seine Mutter war begeistert vom Talent des Sohnes, der die

Malerei nur als Hobby betrachtete, und auf einem Fischkutter anheuerte. Danach ging’s auf große Fahrt. Aber als er nach einem halben Jahr aus Valparaiso zurückkam, hatte Mama für ihn eine Lehrstelle beim deutschlandweit einzigen Ausbildungsbetrieb für Theatermaler ergattert. Sie hatte seine Kopien großer Meister vorgelegt, die er von Kindheit an fertigte. Unter anderem einen Rembrandt. Das hatte überzeugt.

Lütgen arbeitete acht Jahre lang als Theatermaler am Deutschen Schauspielhaus Hamburg. Aber als der traditionsreiche und stimmungsvolle Malersaal aufgelöst wurde und man in eine ehemalige Flugzeughalle nach Barmbek umzog, warf er nur einen Blick in den Raum und schlug die Tür für immer zu. Er absolvierte ein Volontariat als Restaurateur >>

→ Internationales  
Maritimes Museum  
Hamburg  
Kaispeicher B  
Koreastraße 1  
20457 Hamburg  
Tel. (040) 30092300  
[www.imm-hamburg.de](http://www.imm-hamburg.de)  
Öffnungszeiten:  
Di - So 10 - 18 Uhr



Uwe Lütgen kam erst über seine Arbeit als Restaurator zur Marinemalerei.



am Museum für Hamburgische Geschichte, wo man ihm die Aufgabe übertrug, Schiffsbilder zu restaurieren. Dabei lernte er das Malen der Takelage mit dem Stock. „Das kann heute keiner mehr“, sagt er.

Deshalb hat Museumsgründer Peter Tamm ihn ausgewählt, live vor Publikum zu malen. Sein komplettes Atelier hat man ihm abgekauft. Sogar sein „Atelierbett“ steht im Museum. Er sei selbst schon ein Ausstellungsstück geworden, meint er. Einmal standen zwei alte Damen in der Tür. „Das haben sie aber gut gemacht“, sagte die eine, „der sieht richtig echt aus.“ „Oh, Hilfe, der bewegt sich“, schrie die andere.

Die Piratenführung für Kinder entert den Raum. Er liebt es, Kindern und Erwachsenen das Handwerk der Malerei zu erklären, und die Kinder saugen alles auf. Später will er vielleicht eine Malschule eröffnen. Sein Wissen, das er sich durch das Kopieren alter Meister angeeignet hat und das er sich durch die jahrelange Erfahrung mit den unterschiedlichsten Bühnenbildern fürs Schauspielhaus, durch die Restauration alter Marinebilder und durch das Malen der eigenen Werke, die an den Wänden des Ateliers im Maritimen Museums hängen, erworben hat, nicht verloren geht.

Getroffen haben sich Ariane Skora und Uwe Lütgen bis heute nicht. Denn Skora interessiert sich als Kunstgeschichtswissenschaftlerin hauptsächlich für die Werke verstorbener Maler der Klassischen Periode. Lütgen aber lebt und malt und malt. Bis Dezember jeden Samstag im Internationalen Maritimen Museum Hamburg. Und im Winter am Strand des Südatlantiks in Brasilien. <<



Eine Attraktion des Maritimen Museum: Die Queen Mary gebaut aus einer Million Lego-Steinen.

## SONDERSCHAU

## Spiel von Licht und Wasser

Das Element Wasser fasziniert Künstler wie eh und je. Deshalb ist die Sonderschau art maritim ein fester Bestandteil der Hanseboot. Fotografen, Maler, bildende Künstler und Galeristen stellen hier ihre Werke aus und bieten sie zum Verkauf an. Kunstinteressierte Besucher können sich auf der Hanseboot von ganz unterschiedlichen Gemälden, Collagen, Kalendern, Skulpturen und vielem mehr in die Welt spannender Wettfahrten, endloser Ozeanweiten und Landschaften am Meer entführen lassen.

→ **Hanseboot - 54. Internationale Bootsausstellung Hamburg**  
26.10. bis 3. 11.2013 · [www.hanseboot.de](http://www.hanseboot.de)

## BUCHPRÄSENTATION

## Liebe in Schwarz-Weiß

Das Kino war und ist für viele Menschen ein kleiner Lichtblick in dunklen und schweren Zeiten, denn wo kann man sich besser aus der Realität wegträumen als bei einem schönen Film? So geht es auch der Titelheldin, der Kinopianistin Carla in „Palast der Schatten“, dem neuen historischen Roman von Dagmar Fohl. Kurz vor Beginn des Ersten Weltkriegs wird das Kino für die junge Frau zum Zufluchtsort und zum Start in ein neues Leben. Doch sie trägt ein Geheimnis aus ihrer Vergangenheit mit sich herum, das sie mit niemandem teilt. Die Wenterfer Autorin erzählt eine schicksalhafte Liebesgeschichte, die dem Leser den besonderen Zauber der Stummfilm-Ära näher bringt. Ein Roman wie ein Film – zum Lachen, Weinen und Träumen. <<

→ **Palast der Schatten**  
von Dagmar Fohl, 243 Seiten, Euro 12,99  
ISBN 978-3-8392-1461-9

## GEWINNSPIEL

## Das Flensburger Schiffahrtsmuseum

Im Flensburger Schiffahrtsmuseum erfährt man alles über den Flensburger Hafen und die Kaufmannshöfe, über Kapitäne und Reeder, über Werften und Schiffe, Maschinen und Motoren, über Sklaven, Zucker und Rum – von der Förde bis nach Westindien und zurück... Die Ausstellungen im 2012 neu eingerichteten Schiffahrtsmuseum bieten ein Erlebnis für alle Sinne. Stationen zum Ausprobieren, Anfassen, Mitmachen, Hingucken, Hinhören und Staunen machen den Museumsbesuch zu einer spannenden Entdeckungsreise. Wir verlosen\* fünf Eintrittskarten für jeweils zwei Personen. Schreiben Sie einfach eine Postkarte mit dem Stichwort Schiffahrt an urbanes c/o Art Works! GmbH, Unterberg 15b, 21033 Hamburg senden oder schicken Sie an [kontakt@urbanes.de](mailto:kontakt@urbanes.de) eine E-mail. Einsendeschluss: 30. November 2013.

[www.schiffahrtsmuseum.flensburg.de](http://www.schiffahrtsmuseum.flensburg.de)

## BUCERIUS KUNSTFORUM

## Vivat Bacchus!

Es ist der Reiz der Grenzüberschreitung, das Unheimliche und Wilde im Dionysischen, das uns heute noch magisch anzieht. Bei den Griechen und – unter dem Namen Bacchus – bei den Römern im religiösen Mysterienkult verehrt, steht er in der Kunst der Renaissance für den Triumph des Lebens. Die barocke Malerei macht ihn zum Symbol der Lebensfreude, er verkörpert das sinnliche Naturempfinden. Er und seine Braut Ariadne sind eines der am häufigsten gemalten Liebespaare. Bis ins 20. Jahrhundert gestalten die Künstler die leidenschaftliche Welt des Weingottes in Festzügen und Bacchanalien.



Bild: Michelangelo Merisi da Caravaggio

Mit Leihgaben aus dem Prado, den Vatikanischen Museen, der National Gallery London und den Staatlichen Kunstsammlungen Dresden zeigt das Bucerius Kunst Forum in einer großen, epochenübergreifenden Themenausstellung die faszinierende Bilderwelt des Dionysos von der Antike bis in die Moderne. Der antike Weingott hat wie kein anderer die Künstler inspiriert. Erstmals zeigt eine Ausstellung diese zeitenübergreifende Begeisterung für das mit Dionysos verbundene rauschhafte Lebensgefühl. Der Gott und sein Gefolge aus tanzenden Mänaden und trunkenen Satyrn faszinieren bis heute. <<

→ **Dionysos. Rausch und Ekstase.**  
3. Oktober 2013 bis 12. Januar 2014  
[www.buceriuskunstforum.de](http://www.buceriuskunstforum.de)

Gewinnen Sie  
5 x Eintrittskarten für  
2 Personen



\*Rechtsweg ist ausgeschlossen.



## AMBULANTE DIENSTE

**Ev. Stiftung Bodelschwingh:**  
**Diakoniestation Ambulante Pflege**  
 Forsmannstraße 19 · 22303 Hamburg  
 Telefon 279 41 41 · Fax 27 84 83 82

**Diakoniestation Alten Eichen**  
 Wördemannsweg 23b · 22527 HH  
 Telefon 54 06 06 0 · Fax 54 76 76 73

**Diakoniestation Alstertal**  
 Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg  
 Telefon 60 60 14 30 · Fax 60 60 14 39

**Ambulanter Pflegedienst Augustinum**  
 Neumühlen 37 · 22763 Hamburg  
 Telefon 39 19 40 · Fax 39 19 44 40

**Diakoniestation Elbgemeinden e.V.**  
 Schenefelder Holt 1 · 22589 Hamburg  
 Telefon 86 22 42 · Fax 86 31 80

**Diakoniestation Flottbek-Nienstedten**  
 Osdorfer Landstraße 17 · 22607 HH  
 Telefon 822 744-0 · Fax 822 744-22

**Ambulanter Pflegedienst der Georg Behrmann-Stiftung**  
 Justus-Brinckmann-Str. 60 · 21029 HH  
 Telefon 72 41 84-0 · Fax 72 41 84-37

**Ambulanter Dienst der Johanniter**  
 Droopweg 31 · 20537 Hamburg  
 Telefon 251 40 02 · Fax 25 40 22 44

**Ev. Stiftung Bodelschwingh:**  
**Diakoniestation Horn**  
 Stengelestraße 36 · 22111 Hamburg  
 Telefon 65 90 94-0 · Fax 65 90 94 94

**Sozial- und Diakoniestation Langenhorn e.V.**  
 Timmweg 8 · 22415 Hamburg  
 Telefon 532 86 60 · Fax 532 866 29

**Sozialstation Lurup-Osdorfer Born**  
**Diakoniestation e.V.**  
 Kleiberweg 115d · 22547 Hamburg  
 Telefon 83 14 04 1 · Fax 84 90 07 80

**Multi-Kulti Pflegedienst**  
 Veringstraße 29 · 21107 Hamburg  
 Tel. 756 65 940 · Fax 756 65 969

**Deutsche Muskelschwund-Hilfe e.V.**  
 Alstertor 20 · 20095 Hamburg  
 Telefon 32 32 31-0 · Fax 32 32 31-31

**Diakoniestation Niendorf**  
 Garstedter Weg 9 · 22453 Hamburg  
 Telefon 58 50 04 · Fax 20 94 94 86 13

**Diakoniestation Wellingsbüttel Bramfeld**  
 Berner Chaussee 10 · 22175 Hamburg  
 Telefon 640 00 65 · Fax 640 20 75

**Ambulanter Pflegedienst Residenz Wiesenkamp**  
 Wiesenkamp 16 · 22359 Hamburg  
 Telefon 64 41 60 · Fax 64 41 69 15

**Albertinen ambulanter Pflegedienst**  
 Sellhopsweg 18-22 · 22459 Hamburg  
 Telefon 55 81-12 54 · Fax 55 81-18 11

**Ambulanter Alten- und Hospizpflegedienst der ev.-ref. Kirche Hamburg**  
 Winterhuder Weg 106 · 22085 HH  
 Tel. 22 94 11-22 · Fax 22 94 11-943

**Diakoniestation Schenefeld e.V.**  
 Wurmkamp 10 · 22869 Schenefeld  
 Telefon 830 24 28 · Fax 840 67 78

## ZERTIFIZIERT SIND ...

**Diakonie St. Pauli**  
 Antonistraße 12 · 20359 Hamburg  
 Telefon 43 18 540 · Fax 432 542 04

**Diakoniestation Bergedorf Vierlande**  
 Holtenklinker Str. 83 · 21029 HH  
 Telefon 725 82 80 · Fax 725 82 819

**Diakonie Wilhelmsburg e.V.**  
 Rotenhäuser Str. 84 · 21107 Hamburg  
 Telefon 75 24 59-0 · Fax 75 24 5929

**Ev. Diakoniezentrum Rahlstedt**  
 Greifenberger Str. 54 · 22147 HH  
 Telefon 64 89 99-0 · Fax 64 89 99-19

**Diakonie- und Sozialstation Ottensen-Bahrenfeld-Othmarschen e.V.**  
 Bernadottestraße 41a · 22763 HH  
 Telefon 881 01 08 · Fax 880 71 05

**Hauspflegestation Barmbek-Uhlenhorst**  
 Humboldtstraße 104 · 22083 HH  
 Telefon 227 21 50 · Fax 227 21 523

**Ambulante Pflege St. Markus**  
 Gärtnerstraße 63 · 20253 Hamburg  
 Telefon 43 27 31 31 · Fax 43 27 31 33

**Ambulanter Pflegedienst Elim mobil**  
 Carl-Petersen-Str. 91 · 20535 HH  
 Telefon 21 11 67 83 · Fax 21 00 89 74

## BEHINDERUNG

**Barrierefrei Leben e.V.**  
 Richardstraße 45 · 22081 Hamburg  
 Telefon 29 99 56 56 · Fax 29 36 01

**BDH Bundesverband Rehabilitation Interessenvertretung e.V.**  
 Bahngärten 30 · 22041 Hamburg  
 Tel. 652 23 23 · www.bdh-reha.de

**Behinderten Arbeitsgemeinschaft Niendorf e.V.**  
 Emmy-Beckmann-Weg 41 · 22455 HH  
 Tel. 49 48 59 · Fax 53 20 69 16

**Behinderten Arbeitsgemeinschaft Harburg e.V.**  
 Seeveplatz 1 · 21073 Hamburg  
 Telefon 76 79 52-0 · Fax 76 79 52-10

**Behinderten-Arbeitsgemeinschaft Bergedorf e.V.**  
 Alte Holstenstraße 30 · 21031 Hamburg  
 Telefon 724 24 98 · Fax 765 00 600

**Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V.**  
 Holsteinischer Kamp 26 · 22081 HH  
 Tel. 209 404-0 · www.bsvh.org

Sie wollen umziehen?  
 Das packen wir schon:  
 Telefon 04154-707814

**Umzugsservice von Haus zu Haus. Beratung von Mensch zu Mensch.**  
 Gerd Ludwig · Hegebyemoor 1  
 22946 Trittau · 0170-3477758  
 www.umzugsservice-für-senioren.de

**Der Erlenbusch: Wohngruppen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene**  
 Klosterwisch 8 · 22359 Hamburg  
 Telefon 609 19 30 · Fax 603 98 29

**Die Club 68 Helfer e.V.**  
 Alsterdorfer Markt 6 · 22297 Hamburg  
 Telefon 555 01 66-0 · Fax 555 01 66-20

**Ev. Stiftung Bodelschwingh: ISB Individuelle Schwerstbehinderten Betreuung**  
 Stengelestr. 36a · 22111 Hamburg  
 Telefon 22 74 89 36 · Fax 22 71 51 70

**Forum-Nord für Menschen mit Behinderung e.V.**  
 Alte Königstr. 29-39 · 22767 Hamburg  
 Telefon 399 03-450 · Fax 399 03-299

**Frühförderstelle der Freunde blinder und sehbehinderter Kinder e.V.**  
 Borgweg 17a · 22303 Hamburg  
 Telefon 279 71 86

**Frühförderung Gehörloser**  
 Pirolkamp 18 · 22397 Hamburg  
 Telefon 607 03 44 · Fax 607 23 61

**Hilfe im Haus e.V.**  
 Eilbeker Weg 71 · 22089 Hamburg  
 Telefon 422 46 65 · Fax 422 40 46

**Leben mit Behinderung Hamburg e.V.**  
 Südring 36 · 22303 Hamburg  
 Tel. 27 07 90-950 · Fax 27 07 90-948

**Leben mit Behinderung Hamburg e.V.**  
 Bahrenfelder Str. 244 · 22765 Hamburg  
 Tel. 27 07 90-950 · Fax 27 07 90-399

**Sozialverband VdK Hamburg e.V.**  
 Hammerbrookstr. 93 · 20097 Hamburg  
 Telefon 40 19 49-0 · www.vdk.de

**Sozialverband Deutschland e.V. Landesverband Hamburg**  
 Pestalozzistr. 38 · 22305 Hamburg  
 Telefon 61 16 07-0 · www.sovd-hh.de

**Stiftung Anscharhöhe**  
 Tarpenbekstr. 107 · 20251 Hamburg  
 Tel. 4669-283 · www.anscharhoehe.de

## BESTATTUNGSINSTITUTE

**GBI Großhamburger Bestattungsinstitut rV**  
 Fuhsbüttler Str. 735 · 22337 Hamburg  
 Telefon 24 84 00

## BETREUUNGSVEREINE

**Betreuungsverein Bergedorf e.V.**  
 Ernst-Mantius-Straße 5 · 21029 HH  
 Telefon 721 33 20 · Fax 72 54 20 83

**Insel e.V. Betreuungsverein Eimsbüttel**  
 Schäferkampsallee 27 · 20357 HH  
 Telefon 420 02 26 · Fax 43 09 88 09

**Betreuungsverein Hamburg-Nord**  
 Waldorferstraße 9 · 22081 Hamburg  
 Telefon 27 28-77/-80 · Fax 280 71 59

**Zukunftswerkstatt Generationen e.V.**  
 Papenstrasse 27 · 22089 Hamburg  
 Telefon 20 11 11 · Fax 20 53 98

**Insel e.V. – Betreuungsverein Harburg**  
 Deichhausweg 2 · 21073 Hamburg  
 Telefon 32 87 39 24 · Fax 32 87 39 25

**Diakonie-Betreuungsverein für den Hamburger Westen**  
 Mühlenberger Weg 57 · 22587 HH  
 Telefon 87 97 16 13 · Fax 87 97 16 29

## DEMENTZ

**Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.**  
 Wandsbeker Allee 68 · 22041 Hamburg  
 Telefon 68 91 36 25 · Fax 68 26 80 87

**„Dementenfreundliches Altona“**  
 Gesundheitsamt Altona, Tel. 428 11 2091  
 Renata Thomsen, Tel. 0179-437 6826

**Hamburger Koordinationsstelle für Wohn-Pflege-Gemeinschaften**  
 Neuer Kamp 25 · 20359 Hamburg  
 Telefon 43 29 42 0 · Fax 43 29 42 10

**LotsenBüro**  
 Bei der Flottbeker Mühle 25b · 22607 HH  
 Telefon 97 07 13 27

**Beratungsstelle im Max Herz-Haus**  
 Sellhopsweg 18-22 · 22459 Hamburg  
 Tel. 55 81-18 50 · Fax 55 81-16 72

## FREIWILLIGEN FOREN

**Freiwilligen Forum Blankenese**  
 Mühlenberger Weg 64a · 22587 HH  
 Telefon 86 62 50 42 und 86 10 31

**Freiwilligen Forum Eilbek**  
 Papenstraße 70 · 22089 Hamburg  
 Telefon 24 19 58 76

**Freiwilligen Forum Eimsbüttel**  
 Bei der Christuskirche 4 · 20259 HH  
 Telefon 40 172 179 und 18 090 627

**Freiwilligen-Agentur-Bergedorf e.V.**  
 Lichtwarkhaus, Holzshude 1 · 21029 HH  
 Telefon 721 04 640

**Flottbeker Freiwilligen Forum (FFF)**  
 Bei der Flottbeker Kirche 4  
 22607 Hamburg · Telefon 82 61 34

**Niendorf-Lokstedt-Schnelsen**  
 Garstedter Weg 9 · 22453 Hamburg  
 Telefon 23 89 8156 und 58950 251

**FreiwilligenProjekt Niendorf-Lokstedt-Schnelsen**  
 Max-Zelck-Straße 1 · 22459 Hamburg  
 Telefon 58 950 -250

**Freiwilligen Forum Poppenbüttel**  
 Poppenbüttler Markt 2a · 22399 HH  
 Telefon 611 644 08

**Freiwilligen Forum Norderstedt**  
 Ulzburger Straße 545 · Norderstedt  
 Telefon 52 64 00 82

**Freiwilligen Forum Rellingen**  
 Hauptstraße 60 · 25462 Rellingen  
 Telefon (04101) 56 41 57

**Freiwilligen Forum Schenefeld**  
 Osterbrooksweg 4 · 22869 Schenefeld  
 Telefon 83 92 91 31

**Freiwilligen Forum Wedel (FFW)**  
 Küsterstraße 2 · 22880 Wedel  
 Telefon (04103) 21 43

**Freiwilligen Forum Elmshorn**  
 Probstendamm 7 · 25336 Elmshorn  
 Telefon (04121) 29 48 06

**Freiwilligen Forum Pinneberg**  
 Bismarckstr. 10a · 25421 Pinneberg  
 Telefon (04101) 29 21 6

**Freiwilligen Forum Uetersen**  
 Jochen-Klepper-Str. 11 · 25436 Uetersen  
 Telefon (04122) 92 73 50

## HOSPIZE

**Ambulanter Hospizdienst Ohlsdorf**  
 Fuhsbüttler Str. 658 · 22337 HH  
 Telefon 632 11 94 · Fax 630 10 55

**Evangelische Stiftung Bodelschwingh: Ambulanter Hospizdienst Winterhude**  
 Forsmannstr. 19 · 22303 Hamburg  
 Telefon 27 80 57 58 · Fax 27 80 57 59

**Ambulanter Hospizdienst der Diakoniestation Alten Eichen**  
 Wördemanns Weg 19-35 · 22527 HH  
 Telefon 54 75 10 84 · Fax 54 76 76 73

**Ambulanter Hospizdienst der Diakonie- und Sozialstation Ottensen-Bahrenfeld-Othmarschen e.V.**  
 Bernadottestr. 41a · 22763 Hamburg  
 Telefon 43 18 54 16 · Fax 43 25 42 04

**Ambulanter Hospizdienst der Diakonie St. Pauli**  
 Antonistraße 12 · 20359 Hamburg  
 Telefon 43 18 54 16 · Fax 43 25 42 04

**Ambulanter Hospizdienst der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**  
 Helbingstraße 47 · 22047 Hamburg  
 Telefon 650 54 470 · Fax. 650 54 475

**Ambulanter Hospizdienst im Hamburger Osten**  
 Horner Weg 190 · 22111 Hamburg  
 Telefon 65 90 87 40 · Fax 65 90 87 44

**Diakonie-Hospiz Volksdorf gGmbH**  
 Wiesenkamp 24 · 22359 Hamburg  
 Telefon 644 11 53 00 Fax 644 11 53 53

**Hamburg Leuchttfeuer Hospiz**  
 Simon-von-Utrecht-Str. 4 · 20359 HH  
 Telefon 31 77 800 · Fax 31 77 80 10

Wir sind die Spezialisten für die pflegerische Versorgung zu Hause.



St. Pauli  
 Altona  
 Neustadt  
 Altstadt  
 Eimsbüttel

**Diakonie St. Pauli**  
 Der Ambulante Pflegedienst der St. Pauli Kirche

Diakonie St. Pauli Gemeinnützige GmbH  
 Antonistraße 12 · 20359 Hamburg  
 Tel. 040-43 18 54 0 · info@diakonie-stpauli.de

**Hamburger Hospiz im Helenenstift**  
Helenenstraße 12 · 22765 Hamburg  
Telefon 38 90 75 0 · Fax 38 90 75 133

**Hospizverein Hamburger Süden e.V.**  
Stader Straße 203 · 21075 Hamburg  
Telefon 76 75 50 43 · Fax 32 50 73 19

**Hospiz Sinus Barmbek**  
Saarlandstraße 26 · 22303 Hamburg  
Tel. 43 13 34 0 · www.hospiz-sinus.de

**Hospiz Sinus Othmarschen**  
Othmarscher Kirchenweg 168 · 22763 HH  
Tel. 52 38 77 0 · www.hospiz-sinus.de

**Hospiz-Zentrum Bruder Gerhard**  
Halendreieck 5 · 22359 Hamburg  
Telefon 603 30 01 · Fax 609 11 781

**Kinderhospiz Sternenbrücke**  
Sandmoorweg 62 · 22559 Hamburg  
Telefon 81 99 12 0 · Fax 81 99 12 50

## MUSEEN

**Deichtorhallen Hamburg**  
Deichtorstraße 1-2 · 20095 Hamburg  
Telefon 32 10 30 · Fax 32 10 32 30

**Museum der Arbeit**  
Wiesendamm 3 · 22305 Hamburg  
Telefon 428 133-0 · Fax 428 133-330

**Museum für Kunst und Gewerbe**  
Steintorplatz 1 · 20099 Hamburg  
Telefon 428 54 26 30 · Fax 428 54 28 34

**Hamburger Kunsthalle**  
Glockengießerwall · 20095 Hamburg  
Telefon 428 131 200 · Fax 428 543 409

**Hamburgisches Museum für Völkerkunde**  
Rothenbaumchaussee 64  
20148 Hamburg · Tel. 428 48-2524

**Freilichtmuseum am Kiekeberg**  
Am Kiekeberg 1 · 21224 Rosengarten-  
Ehestorf · Tel. 790 17 60 · Fax 792 64 64

**Bucerius Kunstforum**  
Rathausmarkt 2 · 20099 Hamburg  
Tel. 36 09 96 0 · Fax 36 09 96 36

**Speicherstadtmuseum**  
St. Annenufer 2 · 20457 Hamburg  
Tel. 32 11 91 · Di – So 10 bis 17 Uhr

**Hot Spice Gewürzmuseum**  
Am Sandtorkai 32 · 20457 Hamburg  
Tel. 36 79 89 · Di – So 10 bis 17 Uhr

**Museum für Bergedorf und Vierlande**  
Bergedorfer Schlossstr. 4 · 21029 HH  
Tel. 428 91 25 09 · Fax 428 91 29 74

**Museumsdorf Volksdorf**  
Im Alten Dorfe 46-48 · 22359 Hamburg  
Telefon 603 90 98 · Fax 644 21 966

## KRANKENHÄUSER

**Agaplesion Diakonieklinikum Hamburg**  
Hohe Weide 17 · 20259 Hamburg  
Telefon 790 20 0 · www.d-k-h.de

**Albertinen-Krankenhaus**  
Süntelstr. 11 A · 22457 Hamburg  
Telefon 55 88-1 · Fax 55 88 22-09

**Asklepios Klinik Altona**  
Paul-Ehrlich-Straße 1 · 22763 HH  
Tel. 18 18-81 0 · Fax 18 18-81 49 22

**Asklepios Klinik Barmbek**  
Rübenkamp 220 · 22291 Hamburg  
Tel. 18 18-82 0 · Fax 18 18-82 76 99

**Asklepios Klinik Harburg**  
Eißendorfer Pferdeweg 52 · 21075 HH  
Tel. 18 18-86 0 · Fax 18 18-86 21 34

**Asklepios Klinik St. Georg**  
Lohmühlenstr. 5 · 20099 Hamburg  
Tel. 18 18-85 0 · Fax 18 18-85 35 06

**Asklepios Klinik Wandsbek**  
Alphonsstr. 14 · 22043 Hamburg  
Tel. 18 18-83 0 · Fax 18 18-83 46 06

Alten-,  
Sucht- und  
Behinderten-  
hilfe.

Engagement braucht ein starkes  
Fundament. Unseres.

Martha Stiftung Eilbeker Weg 86, 22098 Hamburg  
Tel. (040) 20 98 76-0, www.martha-stiftung.de



Martha Stiftung

**Asklepios Klinik Nord - Heidberg**  
Tangstedter Landstr. 400 · 21417 HH  
Tel. 18 18-87 0 · Fax 18 18-87 32 67

**Asklepios Klinik Nord - Ochsenzoll**  
Langenhorner Chaussee 560 · 22419 HH  
Tel. 18 18-87 0 · Fax 18 18-87 32 67

**Bethesda Krankenhaus Bergedorf**  
Glindersweg 80 · 21029 Hamburg  
Telefon 725 54-0 · Fax 725 54-1147

**Diakonie-Klinikum Alten Eichen**  
Jütländer Allee 48 · 22527 Hamburg  
Telefon 54 87-0 · Fax 54 87-12 89

**Diakonie-Klinikum Bethanien**  
Martinistr. 44 · 20251 Hamburg  
Telefon 46 68-0

**Diakonie-Klinikum Elim**  
Hohe Weide 17 · 20259 Hamburg  
Telefon 490 66-0 · Fax 490 66-281

**Endo-Klinik GmbH**  
Holstenstraße 2 · 22767 Hamburg  
Telefon 31 97-0 · Fax 31 97-19 00

**Ev. Amalie Sieveking-Krankenhaus**  
Hasselkamp 33 · 22359 Hamburg  
Telefon 644 11-1 · Fax 644 11-225

**Ev. Krankenhaus Alsterdorf**  
Bodelschwinghstr. 24 · 22337 HH  
Telefon 50 77-03 · Fax 50 77 36 18

**HELIOS Marienhilf Klinik Hamburg**  
Stader Straße 203 c · 21075 Hamburg  
Telefon 790 06-0 · Fax 790 06-231

**Israelitisches Krankenhaus**  
Orchideenstieg 14 · 22297 Hamburg  
Telefon 511 25-0 · Fax 511 25-60 21

**Krankenhaus Jerusalem**  
Moorkamp 2-8 · 20357 Hamburg  
Telefon 441 90-0 · Fax 410 69 73

**Kath. Marienkrankenhaus gGmbH**  
Alfredstraße 9 · 22087 Hamburg  
Telefon 25 46-0 · Fax 25 46-25 46

**Medizinisch-Geriatrie Klinik im Albertinen-Haus**  
Sellhopsweg 18-22 · 22459 Hamburg  
Telefon 5581-0 · Fax 5581-1206

**Wilhelmsburger Krankenhaus Groß Sand**  
Groß Sand 3 · 21107 Hamburg  
Telefon 752 05-0 · Fax 752 05-200

**Schön Klinik Hamburg-Eilbek**  
Dehnhaide 120 · 22081 Hamburg  
Telefon 2092-0 · Fax 2092-3015

**Uni-Klinik Hamburg-Eppendorf**  
Martinistraße 52 · 20246 Hamburg  
Telefon 74 105-0 · www.uke.de

## SENIOREN

**SeniorPartner Diakonie | Bergedorf**  
Alte Holstenstr. 65-67 · 21029 Hamburg  
Tel. 63 67 20 47 · Fax 63 67 20 48

**SeniorPartner Diakonie | Billstedt**  
Billstedter Hauptstr. 90 · 22117 HH  
Telefon 32 96 58 66 · Fax 32 96 58 65

**SeniorPartner Diakonie | Eimsbüttel**  
Lappenbergsallee 38 · 20257 Hamburg  
Telefon 33 98 17 02 · Fax 33 98 17 03

**SeniorPartner Diakonie | Harburg**  
Sand 33 · 21073 Hamburg  
Telefon 63 67 17 43 · Fax 63 67 17 44

**SeniorPartner Diakonie | Poppenbüttel**  
Harksheider Str. 6 · 22399 Hamburg  
Telefon 32 84 32 50 · Fax 32 84 32 51

**Seniorenbegleiter Stanislaw Zaranek**  
Lattenkamp 90 · 22299 Hamburg  
Tel. (0178) 8605891 · zaranek@freenet.de

**Seniorenbildung Hamburg e.V.**  
Bahnenfelder Str. 242 · 22765 Hamburg  
Telefon 391 06-36 · Fax 391 06-377

**Seniorenbüro Hamburg e.V.**  
Brennerstraße 90 · 20099 Hamburg  
Telefon 30 39 95 07

**Jung & Alt e.V.**  
Generationen verbindende Projekte  
Mühlendamm 86 · 22087 Hamburg  
Telefon 251 77 33 · Fax 251 77 34

**LAB Lange Aktiv Bleiben**  
Kollastraße 6 · 22529 Hamburg  
Telefon 55 77 93 80 · Fax 55 77 93 74

**Senioren helfen jungen Unternehmern e.V.**  
Voßkamp 43 · 21218 Seevetal  
Tel./Fax (04105) 570 853

**Trägerverbund Hamm-Horn e.V.**  
Moorende 4 · 22111 Hamburg  
Telefon 655 73 36 · Fax 655 36 26

**Umzugsservice Ludwig**  
Hegebyemoor 1 · 22946 Trittau  
Tel. (04154) 70 78 14 · Fax (04154) 60 18 83

**Weiterbildungszentrum WlnQ e.V.**  
Berliner Tor 5 · 20099 Hamburg  
Telefon 428 75-75 77 · Fax 428 75-75 99

## SENIORENWOHNUNGEN

**Amalie Sieveking-Stiftung**  
Stiftstraße 65 · 20099 Hamburg  
Telefon 246 333 · Fax 280 550 80

**Seniorenwohnen mit Service**  
Gärtnerstraße 64 · 20253 Hamburg  
Telefon 41 30 42 90

**Seniorenwohnen mit Service in Blankenese**  
Sülldorfer Kirchenweg 2b · 22587 HH  
Telefon 41 30 42 90

**Seniorenwohnungen Hafencity**  
Am Kaiserkai 44 · 20457 Hamburg  
Telefon 36 09 01 45 · Fax 36 09 01 46

**Seniorenwohnungen Horn**  
Vierbergen 25 · 22111 Hamburg  
Telefon 655 48 71

**Seniorenwohnungen Rahlstedt**  
Brockdorffstr. 57a · 22149 Hamburg  
Telefon 675 77-155 · Fax 675 77-120

**Seniorenwohnungen Rahlstedt II**  
Am Ohlendorffturn 16 · 22149 HH  
Telefon 67 57 71 55 · Fax 66 90 44 59

**Seniorenwohnungen Rahlstedt III**  
Am Ohlendorffturn 18 · 22149 HH  
Tel. 67 57 71 55 · Fax 66 90 44 59

**Seniorenwohnungen Eidelstedt**  
Kieler Straße 654-658 · 22527 Hamburg  
Telefon 53 20 67 02 · Fax 53 20 69 73

**WG für Menschen mit Demenz**  
Bärenhof 3 · 22419 Hamburg-Langenhorn · Telefon 52 01 61 23

**Reincke-Gedächtnis-Haus**  
Bernadottestr. 41 · 22763 Hamburg  
Telefon 880 60 95 · Fax 880 71 05

**Service-Wohnen Alten Eichen**  
Wördemanns Weg 19-35 · 22527 HH  
Telefon 5487-1001 · Fax 5487-1009

## SENIORENHEIME

**Ernst und Claere Jung Stiftung**  
Emkendorfstr. 49 · 22605 Hamburg  
Telefon 880 10 36 · Fax 88 91 86 66

**Stiftung Hanna Reemtsma Haus**  
Kriemhildstraße 15-17 · 22559 Hamburg  
Telefon 819 58-0 · Fax 819 58-555

**Rumond-Walther-Haus**  
Klopstockplatz 4 · 22765 Hamburg  
Telefon 39 82 5-0 · Fax 39 82 5-213

**Ev.-Luth. Bugenhagenhaus gGmbH**  
Osdorfer Landstraße 28 · 22607 HH  
Telefon 822 76 30 · Fax 825 136

**Albertinen-Haus**  
Sellhopsweg 18-22 · 22459 Hamburg  
Telefon 558 11-908 · Fax 558 11-206

**Heinrich-Sengelmann-Haus**  
Stiftstraße 50 · 20099 Hamburg  
Telefon 28 40 56-0 · Fax 28 40 56-29

**Ev. Altenwohnheim Billwerder Bucht**  
Vierländer Damm 292 · 20539 HH  
Telefon 78 08 2-0 · Fax 78 08 2-789

**Bodemann-Heim**  
Norderschulweg 11 · 21129 Hamburg  
Telefon 74 21 76-0 · Fax 74 21 76-76

**Das Rauhe Haus „Haus Weinberg“**  
Beim Rauhen Hause 21 · 22111 HH  
Telefon 655 91-150 · Fax 655 91-246

**Alten- und Pflegeheim Elim**  
Frickestr. 22 · 20251 Hamburg  
Telefon 4 60 63 40 · Fax 47 95 94

**Altenhof der evang.-ref. Kirche Hamburg**  
Winterhuder Weg 98-106 · 22085 HH  
Telefon 22 94 11-0 · Fax 22 94 11-11

**Altenzentrum Ansgar**  
Reekamp 47-51 · 22415 Hamburg  
Telefon 530 474-0 · Fax 530 474-211

**Seniorenhaus Matthäus**  
Maria-Louisen-Straße 30 · 22301 HH  
Telefon 46 85 3-0 · Fax 46 85 3-599

**Alten- und Pflegeheim der St. Gertrud Gemeindepflege**  
Schubertstraße 16 · 22083 Hamburg  
Telefon 22 72 37-50 · Fax 22 72 37-52

**Altersheim am Rabenhorst**  
Rabenhorst 39 · 22391 Hamburg  
Telefon 536 97 40 · Fax 536 86 75

**Christophorus-Haus**  
Hummelsbütteler Weg 84 · 22339 HH  
Telefon 53 90 50 · Fax 53 90 55 04

**Hospital zum Heiligen Geist**  
Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg  
Telefon 60 60 11 11 · Fax 60 60 11 09

**Georg Behrmann-Stiftung**  
Justus-Brinckmann-Str. 60 · 21029 HH  
Telefon 72 41 84-0 · Fax 72 41 84-37

**Katholisches Alten- und Pflegeheim Feierabendhaus**  
Farmseiner Landstr. 71 · 22359 Hamburg  
Telefon 644 12-301 · Fax 64 41 25 04

**St. Maximilian Kolbe**  
Krieterstraße 7 · 21109 Hamburg  
Telefon 754 95 50

**Matthias-Claudius-Heim**  
Walther-Mahlau-Stieg 8 · 22041 HH  
Telefon 69 69 53 0 · Fax 69 32 0 22

**Ruckteschell-Heim**  
Friedenstr. 4 · 22089 Hamburg  
Telefon 20 98 80 13 · Fax 20 58 07



**St. Gabriel, Herbert-Ruppe-Haus**Schmachthägerstr. 38 · 22309 HH  
Telefon 630 20 01 · Fax 630 64 48**Stiftung Veteranenheim**Poppenbüttler Weg 186-190 · 22399 HH  
Telefon 60 68 40 · Fax 60 68 44 14**Theodor-Fliedner-Haus**Berner Chaussee 37-41 · 22175 Hamburg  
Telefon 646 04-50 · Fax 646 04-515**Hesse-Diederichsen-Heim**Lämmersieth 75 · 22305 Hamburg  
Telefon 611 84 128 · Fax 692 80 04**Stiftung Ansharhöhe:****Carl-Ninck-Haus**Tarpbekstraße 107 · 20251 HH  
Tel. 46 69-0 · www.anscharhoehe.de**Elisabeth Alten- und Pflegeheim  
der Freimaurer von 1795 e.V.**Kleiner Schäferkamp 43 · 20357 HH  
Tel. 44 18 08-1133 · Fax 44 18 08-1553**ZERTIFIZIERT SIND ...****Auguste-Viktoria-Stiftung**Elbchaussee 88 · 22763 Hamburg  
Telefon 39 86 83-0 · Fax 39 86 83-49**Stiftung Altenheim****St. Johannis/St. Nikolai**  
Mittelweg 106 · 20149 Hamburg  
Telefon 41 44 90 · Fax 41 44 9599**Das Epiphanienhau**Jarrestraße 75 · 22303 Hamburg  
Telefon 27 84 4-5 · Fax 27 84 4-600**Haus St. Johannis**Bei St. Johannis 10 · 20148 Hamburg  
Tel. 44 18 42-510 · Fax 44 18 42-210**Martha Haus****Zentrum für alte Menschen**  
Am Ohlendorffturm 20-22 · 22149 HH  
Telefon 675 77-0 · Fax 675 77-120**Seefahrer-Altenheim „Fallen Anker“**Bernadottestr. 140 · 22605 Hamburg  
Telefon 889 02 70 · Fax 881 09 05**Seniorenzentrum St. Markus**Gärtnerstraße 63 · 20253 Hamburg  
Telefon 40 19 08-0 · Fax 40 19 08-99**Stiftung Gast- und Krankenhau**Hinsbleek 12 · 22391 Hamburg  
Telefon 60 68 94-0 · Fax 60 68 94-40**Altenheimstift. Flottbek-Nienstedten**Vogt-Groth-Weg 27 · 22609 Hamburg  
Telefon 80 09 77-0 · Fax 80 09 77-77**Hermann und Lilly Schilling-Stiftung**Isfeldstr. 16 · 22589 Hamburg  
Telefon 86 62 590 · Fax 87 69 87**Wohn- und Pflegeheim Tabea**Am Isfeld 19 · 22589 Hamburg  
Telefon 80 92-0 · Fax 80 92-11 14**Residenz am Wiesenkamp**Wiesenkamp 16 · 22359 Hamburg  
Telefon 64 41 60 · Fax 64 41 69 15**Elim Seniorenzentrum Niendorf**Bondenwald 50/54 · 22459 Hamburg  
Telefon 55 42 5-0 · Fax 55 42 5-11**Marie Kroos-Stiftung**Ehestorfer Weg 148 · 21075 Hamburg  
Telefon 790 51 10 · Fax 79 14 00 12**SEELSORGE****Evangelische Telefon-Seelsorge**Anonym und rund um die Uhr  
Telefon 0800 111 0 111 (kostenfrei)**Krankenhausseelsorge**Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Tel. 306 20 10 00 · Fax 306 20 10 09**Aids-Seelsorge**Spadenteich 1 · 20099 Hamburg  
Telefon 280 44 62**STIFTUNGEN****Albertinen Stiftung**Süntelstraße 11a · 22457 Hamburg  
Telefon 5588-2348 · Fax 5588-2955**Curator Stiftung für das  
Hospital zum Heiligen Geist**Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg  
Telefon 60 60 11 60 · Fax 60 60 11 08**Das Rauhe Haus**Beim Rauhen Hause 21 · 22111 Hamburg  
Telefon 655 91 0 · www.rauheshaus.de**Diakonie Stiftung Alt-Hamburg**Brauhausstr. 42 · 22041 Hamburg  
Telefon 68 91 17 67 · Fax 68 90 88 4**Evangelische Stiftung Bodelschwing**Forsmannstr. 17/19 · 22303 Hamburg  
Tel. 69 65 91-0 · Fax 69 65 91-31  
www.bodelschwingh.com**Evangelische Stiftung Alsterdorf**Alsterdorfer Markt 4 · 22297 Hamburg  
Tel. 50 77 3522 · www.alsterdorf.de**Evangelische Stiftung Bethesda**Glindersweg 80 · 21029 Hamburg  
Telefon 725 54-1003 · Fax 725 54-1002**Körper-Stiftung**Kehrwieder 12 · 20457 Hamburg  
Tel. 80 81 92-0 · Fax 80 81 92-300**Martha Stiftung**Eilbeker Weg 86 · 22089 Hamburg  
Telefon 20 98 76-0 · Fax 20 98 76-99**Stiftung Ansharhöhe**Tarpbekstraße 107 · 20251 Hamburg  
Tel. 46 69-311 · www.anscharhoehe.de**Stiftung Hanna Reemtsma Haus**Kriemhildstr. 15 · 22559 Hamburg  
Telefon 819 580 · Fax 819 58-555**SUCHTHERAPIE****STZ: Beratungsstelle Hummel**Am Hehsel 40 · 22339 Hamburg  
Telefon 539 04 28-0**STZ: Beratungsstelle Harburg**Knoopstraße 37 · 21073 Hamburg  
Telefon 334 75 33-0**STZ: Beratungsstelle Barmbek**Drosselstraße 1 · 22305 Hamburg  
Telefon 611 36 06-0**STZ: Fachklinik und Tagesklinik**Hummelsbütteler Hauptstr. 15 · 22339 HH  
Fachklinik Telefon 53 80 77-0  
Tagesklinik Telefon 53 89 93-0**STZ: Nachsorge  
für Frauen und Mütter mit Kindern**Winfridweg 22 · 22529 Hamburg  
Telefon 53 00 36 8-0**STZ: Vorsorge Haus Osterberg**Osterbergweg 6 · 21244 Buchholz-Sprötze  
Telefon (04186) 8 94 00**Ev. Krankenhaus Alsterdorf:****Qualifizierter Entzug von Alkohol  
und Medikamenten**  
Bodelschwingstr. 24 · 22337 Hamburg  
Tel. 50 77-32 02 · Für Frauen: 50 77-41 62

**Diakoniestation  
Bergedorf Vierlande**

• Individuelle ambulante Krankenpflege  
• ambulante Pflege zu Hause

Wir sind in Bergedorf,  
Neuallermöhe und  
den Vierlanden  
für Sie da!

**Rufen Sie uns an:  
(040) 725 82 80**

Holtenklinker Str. 83 · 21029 Hamburg  
Tel. (040) 725 82 80 · Fax (040) 725 82 819  
info@diakoniestation-bergedorf.de

**TAGESPFLEGESTÄTTEN****Tagespflegehaus Alten Eichen**Wördemanns Weg 23b · 22527 HH  
Telefon 54 75 10 85 · Fax 54 76 76 73**Tagespflege Dulsberg e.V.**Elsässer Straße 4 · 22049 Hamburg  
Telefon 693 96 97**Tagespflege Eimsbüttel**Langenfelder Damm 97 · 22525 HH  
Telefon 540 67 53**Tagespflegestätte Poppenbüttel**Poppenbütteler Bogen 2 · 22399 HH  
Telefon 602 04 93 · Fax 602 40 47**Tagespflegestätte Ottensen**Hohenzollernring 15 · 22763 Hamburg  
Telefon 880 85 75**Tagespflege im Max-Herz-Haus**Sellhopsweg 18-22 · 22459 Hamburg  
Telefon 55 81-18 40 · Fax 55 81-19 30**Seniorenpflegepension****Haus Marienthal**  
Ziesenißstraße 30-32 · 22043 Hamburg  
Telefon 68 57 13**Geriatrische Tagesklinik des****Ev. Krankenhauses Alsterdorf**  
Bodelschwingstr. 24 · 22337 Hamburg  
Telefon 50 77-39 53**Tagespflege Wellingsbüttel**Rabenhorst 39 · 22391 Hamburg  
Telefon 53 69 74 10 · Fax 53 69 74 13**ZERTIFIZIERT SIND ...****Tagespflege im****Seniorenzentrum St. Markus**  
Gärtnerstraße 63 · 20253 Hamburg  
Telefon 40 19 08 40 · Fax 40 19 08 99  
www.martha-stiftung.de**Tagespflegestätte Wilhelmsburg**Rotenhäuserstr. 84 · 21107 Hamburg  
Telefon 75 24 59-28**Tagespflegestätte Harburg**Lürader Weg 2 · 21077 Hamburg  
Telefon 760 81 76**Tagespflege Lurup Tabea**Luruper Hauptstr. 115-119 · 22547 HH  
Telefon 84 05 23 11 00**PFLEGE****Diakonie Pflege Telefon**

Telefon 08000 11 33 33 (kostenfrei)

**Pflegestützpunkt Hamburg-Mitte**Besenbinderhof 41 · 20097 Hamburg  
Telefon 428 99-10 50**Pflegestützpunkt Altona**Achtern Born 135 · 22549 Hamburg  
Telefon 428 99-10 10**Pflegestützpunkt Bergedorf**Weidenbaumsweg 21 (Eingang D)  
21029 Hamburg · Telefon 428 99-10 20**Pflegestützpunkt Eimsbüttel**Garstedter Weg 13 · 22453 Hamburg  
Telefon 428 99-10 30**Pflegestützpunkt Hamburg-Nord**Kümmellstraße 7 · 20249 Hamburg  
Telefon 428 99-10 60**Pflegestützpunkt Harburg**Harburger Ring 33 · 21073 Hamburg  
Telefon 428 99-10 40**Pflegestützpunkt Rahlstedt**Rahlstedter Str. 151-157 · 22143 Hamburg  
Telefon 428 99-10 80**Pflegestützpunkt Wandsbek-Markt**Wandsbeker Allee 62 · 22041 Hamburg  
Telefon 428 99-10 70**Hamburgische Pflegegesellschaft e.V.**Burchardstraße 19 · 20095 Hamburg  
Telefon 23 80 87-88 · Fax 23 80 87 87**PFLEGENDE ANGEHÖRIGE****wir pflegen** – Interessenvertretung  
begleitender Angehöriger und Freunde  
in Deutschland e.V. · Martinstraße 52  
20246 Hamburg · Tel. 74 10 545 28**HAS Hamburger Angehörigenschule**im Diakonischen Werk  
Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Telefon 18 18 86-33 07**PPD Beratung für Familie und Beruf**Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Telefon 30 62 0-278 · Fax 30 62 0-328**VERBÄNDE****ASB Landesverband Hamburg e. V.**Schäferkampsallee 29 · 20357 HH  
Telefon 833 98-244 · Fax 8 33 98-175**AWO Landesverband Hamburg e.V.**Rothenbaumchaussee 44 · 20148 HH  
Tel. 41 40 23-0 · Fax 41 40 23-37**Caritasverband für Hamburg e.V.**Danziger Straße 66 · 20099 Hamburg  
Telefon 280 140-44**Diakonisches Werk Hamburg**Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Tel. 306 20-0 · www.diakonie-hamburg.de**DRK Landesverband Hamburg e.V.**Behrmannplatz 3 · 22529 Hamburg  
Tel. 554 20-0 · Fax 040 - 58 11 21**Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**Helbingstraße 47 · 22047 Hamburg  
Telefon 251 40 02 · www.juh-hamburg.de**Landfrauenverband Hamburg e.V.**Brennerhof 121 · 22113 Hamburg  
Telefon 78 46 75 · Fax 78 76 99  
www.landfrauenverband-hamburg.de**WOHNEN****Beratungszentrum für technische****Hilfen und Wohnraumanpassung**  
Richardstraße 45 · 22081 Hamburg  
Telefon 29 99 56-0 · Fax 29 36 01**Beratungsstelle Wohnen im Alter**HH-West · Mühlenerberg Weg 64  
22587 Hamburg · Telefon 86 62 50-41**HH-Nordwest · Max-Zelck-Straße 1**

22459 Hamburg · Telefon 589 50-251

**HH-Südost · Papenstraße 70**

22089 Hamburg · Telefon 24 19 58 76

**HH-Nordost · Poppenbüttler Markt 2**

22399 Hamburg · Telefon 611 644 08

**BGFG Baugenossenschaft****freier Gewerkschafter**  
Willy Brandt Str. 67 · 20457 Hamburg  
Telefon 21 11 00-0 · Fax 21 11 00-11**SAGA GWG**Poppenhusenstr. 2 · 22305 Hamburg  
Tel. 426 66-0 · Fax 426 66-6605**STATTBAU HAMBURG GmbH**Neuer Kamp 25 · 20359 Hamburg  
Telefon 43 29 42-0 · Fax 43 29 42-10

www.diakoniestation-ottensen.de

**Diakonie  
Ottensen**

Häusliche Pflege für  
• Ottensen  
• Othmarschen  
• Bahrenfeld

**Tel. 881 01 08**

im Verbund der  
**Diakonie  
Alten Eichen**

Diakonie Ottensen gemeinnützige GmbH  
Bernadottestr. 41a · 22763 Hamburg  
Tel. 040-881 01 08 · Fax 040-880 71 05



**Das liegt nah.**

Mit Ihrer **Regionalbahn Schleswig-Holstein**  
zu schönen Ausflugszielen in der Region.

**Jetzt neu!**

Schleswig-Holstein entdecken  
mit der interaktiven Karte auf  
[www.bahn.de/regio-sh](http://www.bahn.de/regio-sh)



### **Günstig und flexibel unterwegs.**

- Schleswig-Holstein-Tarif: zum Beispiel mit einer Tages- bzw. Kleingruppenkarte einen Tag lang eine gewählte Strecke mit Bahn und Bus in Schleswig-Holstein und nach Hamburg
- Schleswig-Holstein-Ticket: für 27 Euro und nur 3 Euro je Mitfahrer (max. vier) mit der Bahn einen Tag lang durch Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern und Hamburg\*
- Weitere Informationen unter [www.bahn.de/regio-sh](http://www.bahn.de/regio-sh)

**Die Bahn macht mobil.**

\* Gilt innerhalb der HVV-Ringe A und B in allen Verkehrsmitteln des Hamburger Verkehrsverbundes; Schnellbusse ausgenommen.



**nah.sh**  
Der Nahverkehr

*Regio Schleswig-Holstein*