

# urbanes

DAS GENERATIONEN-MAGAZIN FÜR HAMBURG



**Tagespflege.** Zu Gast im zweiten Zuhause.

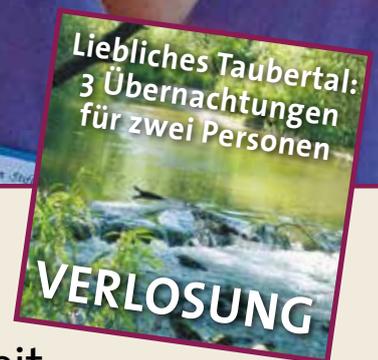
**Ausbildung.** Ein toller Beruf mit Zukunftssicherheit.

**Taubertal.** Ein Erlebnis für Romantiker und Genießer.

**Rohrpost.** Zwar von gestern, aber nach wie vor unentbehrlich.

**Gesundheit.** Die Seuchen-Wächter vom Hafenrand.

**Martha Stiftung.** Eine Idee, die Generationen verbindet.



## 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:**

- Wir bieten in unserem Haus jeweils zwei Wohngruppen mit jeweils 12 Einzelzimmern für Menschen mit Demenz.

**Bitte fordern Sie unseren Hausprospekt an!**

Hesse Diederichsen Heim

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

## Hightech-Neubau eröffnet

*für menschliche Medizin*



10. Mai 2014 - 12 bis 17 Uhr

Es ist soweit: Im Mai beginnt für das Albertinen-Krankenhaus mit der Inbetriebnahme des Hightech-Funktionsgebäudes eine neue Ära: Vier Geschosse plus Technikgeschoss, insgesamt rund 22.000 m<sup>2</sup> Bruttogeschossfläche mit 680 Räumen verbinden innovative Technik mit einem freundlichen Ambiente. Top-Diagnostik, zehn integrierte Operationsäle der Extraklasse, eine topmoderne Intensivstation oder die neue Frauenklinik mit einer außergewöhnlichen Geburtsklinik werden Maßstäbe setzen.

Neugierig geworden? Dann besuchen Sie uns am 10. Mai.

## Tag der offenen Tür

Besichtigung des top-modernen Neubaus • Besichtigung eines Hightech-OPs • Begehbare Herz- und Darmmodell • Abteilungen und Einrichtungen stellen sich vor • MedizinKompakt extra: Fachvorträge für jedermann • Benefiz-Tombola des Lions Club Hamburg-Airport und der Albertinen-Stiftung • Besichtigung eines Rettungswagens • Wax Cloning • Messung von Vitaldaten • Medizin zum Anfassen • Ballonkünstler und Musik • Gesundheitsquiz • Infos für zukünftige Kollegen/innen • Radeln für einen guten Zweck • Essen u. Trinken u.v.m.

Herzlich willkommen in unserem Neubau, wir freuen uns auf Sie!

**Albertinen-Krankenhaus**

Süntelstraße 11a • 22457 Hamburg

[www.hightech-neubau.de](http://www.hightech-neubau.de)



Albertinen-Krankenhaus

**albertinen**†

in besten Händen

# Warum in die Ferne schweifen...



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

mit großen Schritten nähern wir uns dem Sommer. Für viele von uns heißt das auch Reisezeit. Wer da noch nicht schon lange vorgeplant hat, der wird kaum noch die fernen Ziele erreichen, von denen er im Winter noch geträumt hat. Für Flüge dahin gibt es hier und da Last Minute-Angebote. Aber das ist nicht jedermanns Sache, dafür muss man geboren sein.

Eine Alternative bleibt immer der Urlaub zu Hause, vielleicht mit einigen Ausflügen in die Umgebung. Hamburg hat da viel zu bieten, auch wenn in diesem Jahr keine Internationale Gartenschau stattfindet: wandern entlang der Alster, sie ist auch per Boot zu befahren, für den, der sich traut, mit dem Alsterdampfer auf der breiten Alster oder durch die Kanäle fahren, sogar am Stadtparksee kommt man vorbei. Tretbote gibt es auch immer noch. Übrigens: Der Stadtpark zwischen Winterhude, Barmbek und Alsterdorf feiert in diesem Jahr seinen 100. Geburtstag – und da ist einiges los. Und den Elbstrand entlang bis hin in die Hafencity, da kommt die Welt zu uns, mischen wir uns also unter die Touristen.

Zum Urlaub gehört für mich, die kulinarischen Angebote eines Landes zu genießen. So gesehen ist Hamburg eine – oder besser viele – Fernreisen wert. Heimische Fischrestaurants ersetzen die Reise zu den klassischen „Reisegebieten“. Griechisch, spanisch oder portugiesisch essen zu gehen ist beinahe schon Alltag. Die Welt in Hamburg zu entdecken führt in alle Ecken dieser Erde. Von A wie Afghanisch bis V wie Vietnamesisch finden Sie beinahe zu jedem Buchstaben ein kulinarisches Reiseziel.

Nebenbei gesagt hat der Urlaub zu Hause noch eine ganz andere Seite. Verregnet, verhagelt, zu kalt hat keine Chance, denn da sind ja die eigenen vier Wände in denen wir es uns gemütlich machen können. Die Beine hoch legen, endlich die Bücher lesen, die seit Weihnachten darauf warten, Musik hören oder auch Briefe schreiben an alle, die aus der Ferne eine schnelle Postkarte erhalten würden. Zeit für sich haben.

Träumen lässt es sich dabei ganz ausgezeichnet. Von einer Kreuzfahrt in die Karibik, von Hamburg zum Nordkap oder durch die Ägäis. Einmal im Grand Canyon stehen, zum Kilimandscharo hinauf oder mit der Transib nach Ulan Bator.

Gerade geht die Sonne rotgold hinter der Stadtsilhouette unter. Irgendwo klingt: „Wenn bei Capri die Sonne im Meer versinkt“ – hallo aufwachen, diesen Traum können Sie noch später buchen. Ich wünsche Ihnen eine genussreiche Reise in den Sommer!

Herzlichst Ihr

DIETRICH KLATT

**urbanes** erscheint dreimal 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. 14.

→ **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**

Zoe Hagen, Ulrike Kirschner, Pia Kröger,  
Hans-Jürgen Linke, Jörn Meve,  
Manfred Rolfsmeier, Silvia Welt

→ **Gesamtherstellung**

Art Works! Werbeagentur GmbH  
Unterberg 15b · 21033 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 6 *Altenpflege*

## „Helfen macht stark und glücklich“

Julia Hansen hat gerade ihre Ausbildung zur Altenpflegerin beendet. Der Beruf macht ihr jeden Tag aufs Neue Spaß. Und um ihre Zukunft braucht sie sich keine Sorgen zu machen, denn in diesem Beruf sind die Aussichten so gut wie kaum irgendwo sonst.



Seite 14 *Tagespflege*

## Nicht daheim und trotzdem zu Hause

Tagespflege-Einrichtungen sind für pflegende Angehörige eine riesige Entlastung. Ihr Angebot verhindert vielfach den Umzug ins Heim. Inzwischen gibt es praktisch in jedem Hamburger Stadtteil ein oder mehrere Angebote dieser Art.

Seite 18 *Martha Stiftung*

## Von Generation zu Generation

Mit der Ausbildung von Dienstmädchen fing es vor 165 Jahren an. Heute ist die Martha Stiftung in der Behindertenarbeit, der Suchthilfe und der Betreuung von Senioren aktiv. In ihrer Arbeit verbindet die Stiftung Generationen auf vielfältige Weise.



Seite 21 *Rohrpost*

## Tolles Rohr

Braucht man im digitalen Zeitalter eigentlich noch eine Rohrpost? Und ob! Jedes Krankenhaus hat zum Beispiel eine, um Blutkonserven auf dem schnellsten Weg zum Operationssaal oder eilige Blut- und Gewebeproben ins Labor zu schicken.



Seite 24 *Tropeninstitut*

## Viren auf Weltreise

Mit Fernreisen und Globalisierung kommen auch unbekannte, teils hochgradig ansteckende Krankheiten zu uns, vor denen wir uns schützen müssen. Die Arbeit der Spezialisten am Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin war daher nie wichtiger als heute.

Seite 30 *Taubertal*

## Einfach märchenhaft

Das romantische Rothenburg ob der Tauber ist das Muster einer mittelalterlichen Stadt und zieht Touristen aus aller Welt an. Auf dem Weg zum Main schlängelt sich die Tauber durch eine selten reizvolle Landschaft voller Geschichte, Kultur und Genuss.

**Kultur & Kirche**

Arno Schmidt:	6
Fotografie gegen die Vergänglichkeit	
Ensemble Resonanz:	11
Auf neuen Wegen	

**Pflege & Gesundheit**

Altenpflege:	8
„Helfen macht stark und glücklich“	
Traditionelle Chinesische Medizin:	
Heilkunst aus dem fernen Osten	13
Ernährung: Da haben wir den Salat	17
Residenz am Wiesenkamp: „Davon werden wir noch lange zehren“	36
Herzinsuffizienz:	42
Wenn das Herz nicht mehr kann	

**Politik & Gesellschaft**

Tagespflege:	14
Nicht daheim und trotzdem zu Hause	

**Politik & Gesellschaft**

Martha Stiftung	18
Von Generation zu Generation	
Vererben: Etwas Gutes, das bleibt	28

**Reisen & Lebensart**

Rohrpost: Tolles Rohr	21
Bernhard-Nocht-Institut:	24
Viren auf Weltreise	
Taubertal: Einfach märchenhaft	30
Steingewordene Romantik	35
HVV: Ausflüge in und um Hamburg	38

**Rubriken & Infos**

Editorial   Impressum	3
Tipps & Meldungen	4-5, 44
Landes-Seniorenbeirat	40
Literatur-Tipps	26
Rätsel	29
Adressen	45-47

## Nach der Schließung übernimmt die AWO

Die AWO Hamburg hat das Kursangebot der Seniorenbildung Hamburg übernommen und wird damit zu einem wichtigen Bildungsträger für 50- bis 65-Jährige. Aufgrund finanzieller Probleme musste der Verein Seniorenbildung Hamburg e.V. mit Hauptsitz in Ottensen nach 28 Jahren Arbeit zum Jahresende 2013 schließen. Viele Angebote sind weitestgehend von anderen Trägern übernommen worden. Vom Landesverband der AWO Hamburg sind die jährlich rund 100 Kursangebote in den Bereichen Sprachen, Fitness, Kultur und Computer sowie die Ausflugs- sowie Besichtigungsangebote für etwa 2.200 Menschen als auch der Name „Seniorenbildung Hamburg“ übernommen worden. Die Angebote finden an elf Standorten in sechs der insgesamt sieben Hamburger Bezirke in meist gut erreichbaren Stadtteil-, Kultur- und Bürgereinrichtungen statt. <<

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

DIAKONIE PFLEGT

## Beratung am Telefon und per Internet



Die Hamburger Diakonie erweitert ihren Service für Senioren: Über die Nummer 0800-011 33 33 können Ratsuchende ab sofort einen Rückruftermin und den gewünschten Beratungszeitraum vereinbaren. Das kostenlose Service-Telefon ist an sieben Tagen rund um die Uhr die Woche geschaltet. Außerdem gibt es jetzt unter [www.pflege-und-diakonie.de](http://www.pflege-und-diakonie.de) eine Online-Pflegeberatung: In einem Kurzformular können Hilfesuchende ihr Anliegen schildern und bekommen dann zeitnah eine persönliche Rückmeldung per Telefon oder E-Mail. Das Spektrum der Beratung reicht von der Beantragung von Pflegeleistungen über die Betreuung für Demenzkranke bis zur Auswahl eines Wohn- oder Pflegeangebotes in der Nähe. <<

[www.pflege-und-diakonie.de](http://www.pflege-und-diakonie.de)

PRAKTISCHE HILFE

## Kleine Dinge des Alltags

Viele Senioren sind in Dingen des Alltags auf fremde Hilfe angewiesen, zum Beispiel weil ihre Kinder in einer anderen Stadt leben oder beruflich stark eingebunden sind. Das sind Fälle, in denen Birgit Hoffmann mit ihrer Seniorenassistenz Wandsbek hilft. Ihr Anliegen ist eine individuelle, professionelle Begleitung von Senioren. Vom Arztbesuch bis zur Organisation eines Umzuges ist sie verlässliche Ansprechpartnerin und Begleiterin. Telefon (040) 64 86 04 84 <<

[www.Seniorenassistenz-Wandsbek.de](http://www.Seniorenassistenz-Wandsbek.de)

## KUNSTHALLE HAMBURG

**Auszeichnung für Vortragsreihe**

Die Reihe „Kunst im interreligiösen Dialog“ der Hamburger Kunsthalle erhält bei dem Preis „Kulturelle Bildung der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien 2014“ eine Prämie von 5.000 Euro. Eine Fachjury hatte aus rund 100 Vorschlägen die zehn bemerkenswertesten Vorhaben ausgewählt. Mit dem Preis werden jährlich hervorragende, modellhafte Projekte der kulturell-künstlerischen Vermittlung honoriert. In der Reihe Kunst im interreligiösen Dialog sind mehrmals im Jahr Vertreter ver-

schiedener Religionsgemeinschaften zu Gast in der Hamburger Kunsthalle, um zu einem ausgewählten Thema Werke der Sammlung zu betrachten und zu diskutieren. Ziel der Reihe, die seit 2010 in Kooperation mit der Akademie der Weltreligionen stattfindet, ist es, das gegenseitige Verständnis der Gemeinschaften zu fördern. <<

→ **Heil und Heilung – Bedeutung in den Religionen und Darstellungen in der Kunst**  
Donnerstag 12. Juni, 19 Uhr,  
Rotunde der Kunsthalle Hamburg

## ILLEGAL IN HAMBURG

**Medizinische Hilfe für 443 Menschen ohne Papiere**

Das Diakonie-Hilfswerk Hamburg unterhält seit 2011 eine medizinische Anlaufstelle für Menschen ohne Papiere. Dank der Unterstützung durch das Hamburger Spendenparlament war es Anfang des Jahres 2013 möglich, eigene Praxisräume einzurichten. Seit einem Jahr nun besteht „AnDOcken – Ärztliche und Soziale Praxis für Menschen ohne Papiere“ in der Bernstorffstraße 174.

Dort finden Menschen ohne legalen Aufenthaltsstatus eine hausärztliche und gynäkologische Grundversorgung, verknüpft mit intensiver Sozial- und Rechtsberatung. Im ersten Jahr wurden in der Praxis 443 Patienten versorgt und beraten. Bei fast allen Patienten sind psychosoziale Beeinträchtigungen zu beobachten; einige sind aufgrund von Flucht und Schleusung traumatisiert. <<

## PFLEGE ZUHAUSE

**Wissen, das Angehörigen hilft**

Mit einem Kurs für ehrenamtliche Helfer und pflegende Angehörige vermittelt das Martha Haus grundlegende Informationen über die Pflege zu Hause. Das Themenspektrum reicht von organisatorischen Tipps bis zu den oft-

mals drängenden finanziellen Fragen, die in einem Pflegefall auf die Betroffenen zukommen – wenn zum Beispiel durch einen Umbau der Wohnung die Voraussetzungen für die Pflege daheim geschaffen werden. Der Kurs

## ELBSPAZIERGÄNGE

**Geschichte entdecken**

Der Weg entlang des Hohen Elbufers von den Landungsbrücken bis nach Blankenese und weiter bis zur Landesgrenze bei Schulau gehört mit den angrenzenden Parks zu den landschaftlich interessantesten und historisch spannendsten Strecken in Hamburg. Der Verein „Hamburg – Grüne Metropole am Wasser“ bietet mit thematisch orientierten Spaziergängen durch verschiedene Abschnitte am Elbstrom und in den Parks neben dem Naturgenuss die Möglichkeit, die Kulturgeschichte des Hamburger Westens kennenzulernen. Sie ergänzen die beiden Ausstellungen zur Geschichte Altonas im Altonaer Museum und über Caspar Voght im Jenisch Haus, die sich beide auch mit der historischen Erschließung des Hohen Elbufers auseinandersetzen. Die Ausstellung über den Weltbürger Caspar Voght läuft noch bis zum 23. November 2014 <<

→ **Hamburg – Grüne Metropole am Wasser**  
c/o Patriotische Gesellschaft von 1765  
Trostbrücke 4 – 6 · 20457 Hamburg  
Tel. (040) 36 66 19 · info@gruenemetropole.de  
www.gruenemetropole.de

## METROPOLIS KINO

**Goldies für Oldies**

Ein Kinoklassiker, eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen – das sind die Zutaten für einen schönen Kinonachmittag. Einmal im Monat gibt es das im Seniorenkino des Kommunalen Kino Metropolis an der Kleinen Theaterstraße. Mitglieder der Kinemathek Hamburg e.V.

zahlen 7 Euro Eintritt alle anderen Gäste 9 Euro. Wenn Sie Lust haben, bestellen Sie für einen der nächsten Filme Karten. <<

**15. MAI, 14 UHR Liebe, Tanz und 1000 Schlager**  
Mit Caterina Valente, Peter Alexander, Rudolf Platte, Silvio Francesco

**19. JUNI, 14 UHR The Ladykillers**  
Mit Alec Guinness, Cecil Parker, Peter Sellers

**17. JULI 14 UHR A Hard Day's Night**  
Mit John Lennon, Paul McCartney, George Harrison, Ringo Star

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

ist kostenlos und findet am 2. Juni von 17 bis 20 Uhr im Martha Haus (Am Ohlendorffturm) in Rahlstedt statt. Anmeldung erbeten. <<

→ **Martha Haus | Verwaltung**  
Tel. (040) 6 75 77-0 · info@martha-stiftung.de

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



Um Bargfeld herum, eine halbe Autostunde östlich von Celle, entstanden die meisten Landschaftsfotografien von Arno Schmidt.



Arno Schmidt wäre dieses Jahr 100 geworden.

## Fotografie gegen die Vergänglichkeit

Der Schriftsteller Arno Schmidt kam 1958 in die Lüneburger Heide. Dort entstand nicht nur eines der bemerkenswertesten literarischen Werke des 20. Jahrhunderts, sondern auch ein fotografischer Nachlass. Das Altonaer Museum zeigt bis zum 14. September eine Auswahl seiner Fotografien.

VON HANS-JÜRGEN LINKE

**A**ls Arno Schmidt am 18. Januar 1914 in Hamburg-Hamm geboren wurde, war die Unterscheidung zwischen Oben-Hamm, dem bürgerlichen nördlichen Teil, und Unten-Hamm, dem proletarischen Süden des Stadtteils, ganz und gar intakt. Der Rumpffsweg 27, wo er mit Eltern und Schwester in einer Zweizimmer-Mietwohnung bis 1928 lebte, gehörte zu Unten-Hamm. Der Vater war Polizeioberwachtmeister, die Mutter Hausfrau, das Mobiliar gebraucht und billig, das Leben ärmlich und auf einen

Wohnraum konzentriert. Das zweite Zimmer war die „gute Stube“, die man nur an Sonn- und Feiertagen nutzte.

Als er 14 ist, stirbt der Vater, und die Restfamilie zieht nach Schlesien, wo die Verwandten leben. Arno legt 1933 an der Ober-Realschule in Görlitz sein Abitur ab, an ein Studium ist nicht zu denken. Er wird 1934 kaufmännischer Lehrling und nach der Lehrgrafischer Lagerbuchhalter in einer Textilfabrik in Greiffenberg. Am 21. August 1937 heiratet er Alice Murawski, die im selben Werk als Se-

kretärin arbeitet.

Bald macht sich der Krieg in seinem Leben breit, und 1945 gerät er vorübergehend in britische Kriegsgefangenschaft. Die Kriegerlebnisse haben ihn zum Gegner jeden Militärs und der Wiederbewaffnung der Bundesrepublik gemacht. 1949 erscheint seine Erzählung „Leviathan“, das denkwürdigste Stück bundesdeutscher Nachkriegsliteratur. Da ist er schon 35 Jahre alt, und für seine Mitwelt deutet wenig darauf hin, dass er einer der bedeutendsten deutschen



Schriftsteller des 20. Jahrhunderts werden wird. Der Verkauf des „Leviathan“ geht entmutigend schlecht. Mit Mühe hält Alice ihn davon ab, das Schreiben aufzugeben. Im November 1950 erhält er den Großen Akademie-Preis für Literatur der Mainzer Akademie der Wissenschaften und der Literatur. Das Preisgeld teilt er sich mit vier weiteren Preisträgern, doch die auf ihn entfallenden 2.000 Mark sind immer noch das Vierfache des Honorars, das ihm der Rowohlt Verlag gezahlt hat.

Die folgenden Jahre sind geprägt von quälenden Wohnumständen, häufigen Umzügen, bedrückender Armut, empörenden Anfeindungen und einem existenzbedrohenden juristischen Angriff wegen seiner Erzählung „Seelandschaft mit Pocahontas“.

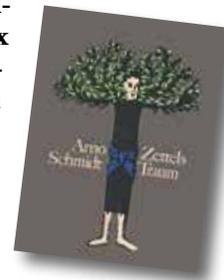
Im Sommer 1957 machen sich Alice und Arno Schmidt auf die Suche nach einem Haus in Norddeutschland. Sie finden es am Ortsrand von Bargfeld, genauer, wie der leidenschaftliche Land- und Lebensvermesser Schmidt an Freunde schreibt, „10 Grad 20 Minuten 53 Sekunden östliche Länge und 52 Grad 42 Minuten 20 Sekunden nördliche Breite“. Hier sind Alice und er für den Rest ihres Lebens zu Hause. In Bargfeld entfaltet Arno Schmidt eine intensive Produktivität, der Ort ist immer wieder auch Schauplatz seiner Werke. Das Leben bleibt mühsam, seine Bücher erreichen eine intensiv teilnehmende, aber zahlenmäßig nicht allzu große Leserschaft. Ende der siebziger Jahre gibt ihm eine namhafte Schenkung des Hamburger Tabak-Erben Jan Philipp Reemtsma eine ökonomische Unabhängigkeit, die er allerdings nur noch zwei Jahre lang nutzen kann.

Wie sehr Schmidt die flache, dünn besiedelte Landschaft der südöstlichen Lüneburger Heide schätzte, ist nicht nur in vielen seiner Bücher erkennbar, sondern auch in seinen fotografischen Arbeiten. Schmidt hat in den späten drei-

ßiger Jahren zu fotografieren begonnen, aber den Krieg hat seine Kamera nicht überlebt. 1949 kauft er, vom ersten Honorar für den „Leviathan“, eine Rollfilm-Balgenklappkamera, und 15 Jahre später erhält er zum 50. Geburtstag eine Yashica 44, eine Rollfilmkamera für das Format 4 x 4. Im Freien ist er fortan selten ohne Fernglas, Lupe und Fotoapparat unterwegs. Mit der Kamera erkundet er seine Umgebung, ihre Stimmun-

gen, ihr Licht. Sein nachgelassenes Archiv umfasst unter anderem 2.500 Farbdias. Die meisten Fotos, sofern sie nicht der Gattung „Familienalbum“ zuzurechnen sind, enthalten Motive von Garten, Wiesen und Wald, Himmel und Wolken in Bargfeld und Umgebung. In seinem Opus Magnum, „Zettels Traum“, nennt Arno Schmidt sein Motiv, die Umgebung zu fotografieren, einen „Protest gegen die Vergänglichkeit“.

Noch bis zum 14. September  
[www.altonaermuseum.de](http://www.altonaermuseum.de)



Anzeige

Anlässlich des 100. Geburtstages des Schriftstellers Arno Schmidt zeigt das Altonaer Museum in der Ausstellung „Arno Schmidt. Der Schriftsteller als Landschaftsfotograf“ Landschafts- und Naturaufnahmen.

→ **Altonaer Museum für Kunst und Kulturgeschichte**  
 Museumstraße 23  
 22765 Hamburg  
 Tel. (040) 428 135 3582

## Raum für Leben

Wir bauen seit 1899 attraktive und bezahlbare Wohnungen in Hamburg und Umgebung. In den Stadtteilen Sülldorf, Iserbrook, Osdorf und Lurup bieten wir besonderen Wohnraum für das Leben im Alter.

Bauverein der  
 Elbgemeinden eG

040/244 22-0  
[www.bve.de](http://www.bve.de)





## Jetzt bewerben!

Am 1. August 2014 beginnt in der Altenpflegeschule Hamburg-Alstertal der neue Ausbildungsjahrgang. Alle Interessierten können sich unter [www.altenpflegeschule-alstertal.de](http://www.altenpflegeschule-alstertal.de) informieren oder ihre Bewerbung richten an das Personalwesen im Hospital zum Heiligen Geist, Hinsbleek 11, 22391 Hamburg.

Julia Hansen arbeitet bei der Georg-Behrmann-Stiftung in Bergedorf.

# „Helfen macht stark und glücklich“



Ingeborg Diessner (95) gehört zu den Menschen, die von Julia Hansen betreut werden.

Altenpflege steht nicht auf der Hitliste der Berufe, die bei jungen Menschen am beliebtesten sind. Aber denen, die diese Ausbildung gewählt haben, eröffnen sich Perspektiven wie in kaum einem anderen Beruf.

VON HEINRICH GROSSBONGARDT

**W**er sich heutzutage für den Beruf der Altenpflegerin oder des Altenpflegers entscheidet, hat nicht nur einen Beruf mit hoher sozialer Anerkennung gewählt, sondern auch eine gute Entscheidung mit Blick auf die Verdienstmöglichkeiten und die Aufstiegschancen getroffen. Ein junger Absolvent der Altenpflegeausbildung, der heute erfolgreich im Hospital zum Heiligen Geist arbeitet, hat es einmal so formuliert: „Ich glaube, dass viele sich für den Beruf entschieden, wenn sie ihn nur kennen würden. Die Arbeit mit Menschen ist etwas Schönes und abwechslungsreich ist sie auch, denn die Menschen sind alle verschieden und haben ihre eigene Persönlichkeit und Lebensgeschichte“.

Der tägliche Umgang mit Gebrechen und auch mit dem Tod, das ist nur eine Seite des Berufs. In der Altenpflege geht es um Menschen, die auf ein langes Leben zurückblicken. Sie haben viel erlebt, haben viele Jahrzehnte lang ihr Leben selbst gestaltet und auch für andere Verantwortung übernommen. Das ist ein Reichtum an Wissen und Erfahrung, den man bei einem nur flüchtigen Blick auf den Beruf leicht übersieht. Man hat es mit vielen verschiedenen Menschen zu tun, stumpfe Routine sucht man daher vergebens.

Wer mit Menschen in der Altenpflege redet, trifft ungewöhnlich

viele Menschen, die mit ihrem Beruf sehr zufrieden sind. „Freude an der Pflegearbeit“, „anderen Menschen helfen“ und „Zusammenarbeit mit Patienten“ werden immer wieder als wichtige Berufsinhalte genannt. In einer groß angelegten Untersuchung der Fachhochschule Münster gaben 85 Prozent der befragten Pflegekräfte an, ihren Beruf gern zu mögen.

Julia Hansen ist 29 Jahre alt und hat die Altenpflege erst nach ihrer kaufmännischen Ausbildung entdeckt. Allerdings hatte sie schon während der Schulzeit ein Praktikum in einem Krankenhaus gemacht. Sie arbeitet bei der Georg-Behrmann-Stiftung in Bergedorf und hat gerade erst ihre Ausbildung abgeschlossen. Mit 25 Jahren ist sie umgestiegen. Sie ist von ihrem Beruf begeistert wie am ersten Tag: „Das Helfen gibt einem eine Menge zurück. Das macht stark und glücklich“.

## SICHERE ARBEITSPLÄTZE

Auch die Verantwortung, die man übernehme, sei toll. Und dann seien es die Menschen. „Waschen und Anziehen ist ja nur ein Teil der Arbeit. Es macht mir viel Spaß, mit den vielen verschiedenen Charakteren umzugehen, mit denen man zu tun hat.“ Ein wichtiger Aspekt ist für sie auch, dass ein Seniorenheim nicht der einzige

Platz ist, an dem sie arbeiten kann. „Mit dieser Ausbildung kann man auch in der Reha arbeiten, in einem Krankenhaus, einem Hospiz oder auch in einer Wohngemeinschaft für Demente.“

Die Zukunftsaussichten sind bes-tens. In diesem Beruf brauchen sich junge Menschen wie Julia keine Sorgen zu machen, dass man morgen wegrationalisiert oder der Job ins Ausland verlagert wird. Der Bedarf an Kranken- und Altenpflegern wird in den nächsten Jahren noch zunehmen, weil die Zahl alter Menschen steigen wird. Gegenwärtig sind 4,1 Millionen Menschen in Deutschland 80 Jahre und älter. Und die Zahl der Alten wird in den kommenden Jahren und Jahrzehnten deutlich steigen.

## PERSÖNLICHE REIFE

Für die Pflege sagen Prognosen der Experten eine riesige Lücke zwischen Bedarf und Angebot voraus. Das Statistische Bundesamt erwartet, dass im Jahr 2025 bundesweit 150.000 Mitarbeiter in der Kranken- und Altenpflege fehlen werden. Das bedeutet nicht nur Sicherheit im Job, sondern auch gute Aufstiegsmöglichkeiten. Wer gut ist und sich weiterbildet, kann relativ rasch Verantwortung übernehmen, wenn er oder sie möchte. Männliche Bewerber werden übrigens besonders gern gesehen. Denn bislang wird nur jede vierte

→ Georg-Behrmann-Stiftung  
Justus-Brinkmann-Straße 60  
21029 Hamburg  
Tel. (040) 72 41 84-0

→ Ev. Berufsschule für Altenpflege  
Beim Rauhen Hause 21  
22111 Hamburg  
Tel. (040) 655 91-139  
Fax (040) 655 91-390  
Ansprechpartner:  
Carsten Mai, Schulleiter  
www.rauheshaus.de

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.hzhg.de

**Stelle in der Altenpflege von einem Mann besetzt.**

Altenpflege ist ein Beruf, der persönliche Reife voraussetzt. So vielfältig wie die Aufgaben ist auch der Unterricht. Natürlich lernt und trainiert man, wie man alte Menschen ganzheitlich betreut und pflegt. >>

>> Auch in Recht und Verwaltung muss man sich auskennen. Und weil das Zuhören und das Gespräch samt Gesten oder Blicken sehr wichtig in der Altenpflege ist, wird auch die Kunst der Kommunikation vermittelt und erprobt.

Das Hospital zum Heiligen Geist zum Beispiel betreibt auf dem Stiftungsgelände eine eigene, staatlich anerkannte Berufsschule, die Altenpflegeschule Hamburg-Alstertal. Zwischen 40 und 50 junge Menschen absolvieren hier jedes Jahr ihre dreijährige Ausbildung zum examinierten Altenpfleger.

Auf sie warten sichere Arbeitsplätze mit guten Aufstiegschancen in der Altenpflege, und auch der Verdienst ist höher, als viele meinen: Pro Monat verdienen Auszubildende in der Altenpflege zwischen 770 und über 900 Euro, ein Berufseinsteiger verdient etwa 2.500 Euro brutto, inklusive Zulagen. Das Ausbildungsangebot der Schule erstreckt sich darüber hinaus auch auf die zweijährige Ausbildung zum Gesundheits- und Pflegeassistenten sowie auf Maßnahmen zur beruflichen Weiterbildung für Menschen, die aus anderen Berufen in den Pflegeberuf wechseln möchten. Für die Azubis in der Altenpflege besteht außerdem die Möglichkeit, die Fachhochschulreife zu erlangen.

### VERZAHNUNG VON THEORIE UND PRAXIS

Die fachlichen Anforderungen an die Betreuung und Pflege älterer Menschen sind heutzutage hoch. Die Schule vermittelt den Auszubildenden neben einem fundierten Fachwissen auch soziale Kompetenz und praktische Erfahrungen. Deshalb legt Imme Backhaus, die Leiterin der Altenpflegeschule, auch großen Wert auf eine enge Verzahnung von theoretischer und praktischer Ausbildung.

Was die Auszubildenden im Unterricht erlernen, erproben und vertiefen sie von Anbeginn ihrer Ausbildung an in der Pflegepraxis. An der kleinen und privaten

## Berufliche Orientierung in einem Jahr

Das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) bietet jungen Menschen zwischen 16 und 27 Jahren die Chance, die eigene Persönlichkeit und eigene Kompetenzen weiterzuentwickeln und verschiedene Berufsfelder im sozialen, sportlichen, politischen und kulturellen Bereich kennenzulernen.

Nicht nur in der Residenz am Wiesenkamp werden Plätze für ein FSJ angeboten. Die Aufgaben der FSJler sind äußerst vielfältig: Sie betreuen Veranstaltungen, Konzerte oder Vorträge, gestalten Plakate und Programme oder sie betreuen zusammen mit Ergotherapeutinnen Therapiegruppen. „Das Jahr in der Ergotherapie ist für mich vor allem lehrreich, weil ich durch die Kontakte zu den Bewohnern viel von der Lebensweisheit der Senioren mitbekomme. Vor dem Jahr kannte ich nur meine Großeltern in dem Alter“, sagt Lisa Hartmann (17), derzeitige FSJlerin im Therapiebereich der Residenz am Wiesenkamp. Das FSJ dauert in der Regel 12 Monate – mindestens jedoch 6 Monate – und beginnt zumeist am 1. August oder am 1. September eines Jahres.

[www.pro-fsj.de](http://www.pro-fsj.de) | [www.diakonie-hamburg.de](http://www.diakonie-hamburg.de)



# Auf neuen Wegen

Wenn ein Orchester wie das Ensemble Resonanz in ferne Länder reist, dann ist das mit einem ziemlichen Aufwand verbunden. Aber der lohnt sich künstlerisch auf jeden Fall, denn der internationale Austausch ist ausgesprochen befruchtend.

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

Wenn wir auf Reisen gehen, müssen wir für unsere Celli immer einen eigenen Sitzplatz im Flieger buchen“, verrät Tobias Rempé, Geschäftsführer des „Ensemble Resonanz“. Als Handgepäck gehen die Instrumente leider nicht mehr durch. „Kontrabasse dürfen nicht in der Kabine mitfliegen, die werden als „Artwork“ aufgegeben und in schützenden Boardcases in einem speziell hierfür abgetrennten, klimatisierten Frachtraum-Bereich des Flugzeugs transportiert. Viele tausend Flugmeilen haben die Instrumente des Ensemble Resonanz bereits gesammelt. Vom Heimatstandort Hamburg aus schwärmen die Instrumente samt Musikern immer wieder aus in die Welt.



„Gerade erst sind wir von einer Südostasienreise zurückgekehrt“, sagt Rempé, „dort sind wir hauptsächlich mit Musikstudenten – Instrumentalisten und Komponisten – aus Birma, Malaysia, Japan und anderen asiatischen Ländern zusammengetroffen. Das war unheimlich spannend und künstlerisch ein sehr befruchtender Austausch!“

Aufhänger eines „Get-togethers“ zwischen den Musikern des Ensembles und den asiatischen Studenten war das Thema, wie man als Musiker seinen eigenen Weg finden kann, wenn man nicht Orchestermusiker ist. Wie kann ich Brot erwerben und meine Ideale leben? Kann man dies in Einklang bringen?

Es stellte sich heraus: Musiker in Asien stehen oft vor sehr ähnlichen Herausforderungen wie Musiker in Europa. Für viele von ihnen kommen Musiker aus Europa „aus dem gelobten Land“. In ihrer Wahrnehmung gibt es hier viel mehr Möglichkeiten, Freiheiten, während in Asien alles viel zentralisierter ist. Viele Asiaten saugen unsere klassische Musik sozusagen bereits mit der Muttermilch auf. >>

→ **Ensemble Resonanz**  
 Neuer Kamp 32  
 20357 Hamburg  
 Tel. (040) 357 041 760  
 mail@ensemble  
 resonanz.com



## Resonanzen 6: „Straßenmusik“

Am 3. Juni spielen das Ensemble Resonanz und Jeroen Berwaerts einen Konzertabend rund um das Thema „Straßenmusik“ und bringen mit einem Programm von H.K. Gruber über Brel und Rameau die Kunst der Verführung in den Großen Saal der Laeiszhalle. Musiker sind Verführer. Und insbesondere ein Straßenmusiker muss die Kunst des Umwerbens beherrschen. Das Ensemble Resonanz und Jeroen Berwaerts machen die Probe aufs Exempel und werben im Großen Saal der Laeiszhalle um die Gunst des Publikums.

H. K. Grubers „Busking“ von 2007 ist ein Höllenritt für den Trompeter Berwaerts, angefeuert von Banjo, Akkordeon und Streichorchester. Mit Chansons von Jacques Brel und Auszügen aus Jean-Philippe Rameaus „Pygmalion“ ist Jeroen Berwaerts dann als Sänger zu erleben und verschießt bereitwillig Amors Liebespfeile – vom Barock bis heute.

→ **Resonanzen 6: »straßenmusik«**  
**Dienstag 3. Juni 2014 | 20 Uhr**  
**Laeiszhalle Hamburg, Großer Saal**  
**Johannes-Brahms-Platz**  
**20355 Hamburg**  
**Tickets: Tel. (040) 357 666 66**  
**tickets@elbphilharmonie.de**

### Ankerangebote

Im Vorfeld des Konzertes werfen die Musiker Anker in die Musikgeschichte und ins Leben und laden zu außergewöhnlichen Erlebnissen und neuen Erfahrungsräumen ein.

### → Werkstatt

**Samstag, 31. Mai 2014 | 11-12:30 Uhr**  
**Ungeschminkte Ensemble-Probe.**  
**Laeiszhalle/Studio E. Eintritt frei.**  
**Anmeldung erbeten unter:**  
**werkstatt@ensembleresonanz.com**

### → HörStunde

**Montag, 2. Juni 2014 | 18 Uhr**  
**Programmeinführung mit ganzem**  
**Orchester. Laeiszhalle/Studio E.**  
**Eintritt frei. Ohne Anmeldung.**

>>> „Wie die Popmusik aus den USA ist klassische Musik aus Europa längst zu einer globalen Sprache geworden“, erklärt Rempe. „Und auch in Hongkong oder Singapur suchen junge Musiker neue, kreative Ausdrucksformen der Musik, neue Harmonien, neue

gehen, ohne im Mainstream des Musikgeschäfts unterzugehen. Und dies seit immerhin zwanzig Jahren!

Nichts weniger als eine neue Generation von Musikern repräsentiert das Ensemble Resonanz. Mit Esprit und größtem musikalischem Anspruch



**Wer miteinander spielt, muss aufeinander hören. Das Ensemble Resonanz kultiviert das Musizieren ohne Dirigent.**

Klangwelten. Daraus entstehen oft interessante Mixturen.“ Die Freiheit der Interpretation und des gemeinsamen Gestaltens ist beim Ensemble Resonanz von Anfang an ein ganz essentielles Thema. „Wir spielen als demokratisch organisiertes Kammerorchester die meisten Projekte ohne Dirigenten. Da kann man gar nicht anders, als aufeinander hören und miteinander eine stimmige und gute Interpretation zu finden. Da entsteht immer wieder Reibung, aber auch viel Überraschendes, Querdenkendes und Schönes. Das hat enorme Qualität“, beschreibt Corinna Guthmann, Geigerin im Ensemble, dieses Konzept.

### DEMOKRATIE HEISST AUF EINANDER HÖREN

Nicht nur künstlerisch, auch geschäftlich suchte das Streichorchester neue Wege. Die Musiker sind selbst das Gesellschafterkollektiv ihres Unternehmens. Sie besprechen und entscheiden basisdemokratisch die wichtigsten Fragen in der Gruppe, wählen neue Wege der Präsentation, neue Örtlichkeiten und neue Zielgruppen. Sie statuieren damit ein Exempel, dass es funktioniert, seinen eigenen Weg zu

widmet sich das erweiterte Streichquartett mit 18 Musikern der Musik des 20. und 21. Jahrhunderts. Sinnstiftend, neu interpretiert verhelfen sie alten Meisterwerken zu frischer, lebendiger Klangfarbe und sind somit immer für eine Überraschung gut. Keimzelle des künstlerischen Schaffens ist die Konzertreihe „Resonanzen“, in der das Ensemble sechs Konzerte pro Jahr in der Hamburger Laeiszhalle aufführt. Insgesamt kommt das Ensemble Resonanz auf bis zu 60 Konzerte pro Jahr, viele von diesen im Ausland.

Bei Konzertreisen von Asien nach Amerika hat sich das Ensemble auf dem internationalen Parkett inzwischen einen hervorragenden Ruf und ein begeistertes Publikum erspielt. „Gemeinsam nach Indien, HongKong, Mexiko oder Jerusalem zu reisen und über die Musik Begegnungen zu schaffen – das sind Erlebnisse, die bleiben. Bei jeder Reise lernen wir dazu – als Menschen, als Musiker, als Ensemble“, so Guthmann. Gerade rüstet sich wieder ein Teil der Truppe, um in Grenoble/Frankreich aufzutreten. Dabei ist der Heimathafen des künstlerischen Schaffens nach wie vor in St. Pauli – mitten im urbanen Leben der Stadt. <<

# Heilkunst aus dem fernen Osten

Im fernen Osten werden Akupunktur, chinesische Heilkräuter oder die Massagetechnik Tuina seit Jahrtausenden erfolgreich eingesetzt, um Patienten zu helfen: Sie sind Therapiemethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), einer sanften Heilkunst, der eine ganzheitliche Betrachtungsweise zugrunde liegt.



[www.tcm-am-uke.de](http://www.tcm-am-uke.de)



TCM-Ärztin Gesa Meyer-Hamme untersucht ein spezielles Akupunkturkonzept, mit dem eine Regeneration der Nerven und damit eine deutliche Verbesserung der Symptome bei Polyneuropathie-Patienten erreicht werden kann.

**G**rundlage der TCM sind die Erfahrungen, die Generationen von Medizinerinnen gesammelt haben; ein Hochschulstudium der TCM dauert im Reich der Mitte deshalb üblicherweise fünf Jahre. Bei Diagnose und Behandlung berücksichtigt der TCM-Arzt sämtliche körperlichen Symptome, Emotionen sowie die Konstitution des Patienten – auch jenseits der akuten Beschwerden.

Das Interesse an der Medizin aus dem Osten wächst zwar auch im Westen stetig, doch noch immer treten ihr viele mit Skepsis gegenüber: Wie wirkt TCM? Was passiert im Körper, wenn die feinen Akupunktur-Nadeln in die Haut gesetzt werden? Welche Prozesse bringen die asiatischen Arzneipflanzen in Gang?

Um wissenschaftlich nachvollziehbar zu machen, was die praktische Erfahrung seit mehreren tausend Jahren zeigt, wurde im Sommer 2010 das HanseMercur Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin am Universitätsklinikum in Hamburg-Eppendorf eingerichtet. Unter einem Dach finden sich im

Zentrum Forschung, Lehre und, um die Forschungstätigkeit eng an die praktische Medizin zu binden, eine integrierte, selbstständige Behandlungspraxis. Mit Verfahren der Zell- und Molekularbiologie, biochemischen sowie physikalischen Methoden führen die Wissenschaftler Studien durch, um die positiven Effekte der Komplementärmedizin prüfbar zu belegen. Sie forschen über die Wirkungen der Chinesischen Heilpflanzen auf das Nervensystem, die Immunabwehr oder über neurobiologische Mechanismen der Akupunktur.

## PROBANDEN GESUCHT

Im Mittelpunkt einer der aktuellen Studien steht die Polyneuropathie, eine Erkrankung der peripheren Nerven in den Gliedmaßen, die vor allem ältere Patienten trifft. Sie verursacht Gangunsicherheit, Taubheitsgefühle oder brennende

Schmerzen in den Beinen. Auslöser können eine Diabetes-Erkrankung oder auch Chemotherapien sein. Bereits in einer Pilotstudie in Zusammenarbeit mit der Neurologischen Klinik des UKE zeichnete sich der Erfolg der chinesischen Therapie ab: In 76 Prozent aller Fälle konnte eine Besserung herbeigeführt werden. „Nerven, vor allem jene im peripheren Nervensystem, können nachwachsen“, erläutert TCM-Ärztin Gesa Meyer-Hamme, die die Studie federführend begleitet. „Wir können die Ursachen der PNP nicht heilen. Aber die Regeneration der Nerven bedeutet für den Patienten weniger Taubheitsgefühl, weniger Missempfindungen sowie eine deutlich verbesserte Gangsicherheit.“

In die Studie werden aktuell weitere Patienten mit Diabetes mellitus Typ II, die unter einer manifesten PNP leiden, sowie Patienten, die in Folge einer Chemotherapie erkrankten, als Probanden aufgenommen. Die Teilnahme umfasst zehn Behandlungen sowie Vor- und Nachuntersuchungen und ist für die Teilnehmer kostenlos. <<<

→ **HanseMercur Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin am UKE**  
Martinstraße 52  
Haus Ost 55 (O55)  
20246 Hamburg  
Tel. (040) 413 57 990  
Fax (040) 413 57 960  
[www.tcm-am-uke.de](http://www.tcm-am-uke.de)

→ **Anmeldung zur PNP-Studie:**  
Tel. (040) 413 57 990  
oder Sie hinterlassen Ihre Kontaktdaten:  
Tel. (040) 413 57 991  
(Anrufbeantworter)



# Nicht daheim und trotzdem zu Hause

Immer mehr Senioren nutzen die Hamburger Tagespflege-Einrichtungen. Für pflegende Angehörige sind sie eine riesige Entlastung. Das trägt dazu bei, dass ältere Menschen länger in ihrer eigenen Wohnung leben können.



Kreativität, Musik, Spiel – in der Tagespflege in Ottensen erwartet die Senioren ein anregendes Programm.

Ein ansehnliches Gebäude im  
Stiftsquartier in St. Georg  
beherbergt die neue Tagespflege der  
Diakonie Alten Eichen.



VON MANFRED ROLFSMEIER

Ich gehe nicht ins Heim“ – diesen Satz von älteren Angehörigen kennen viele nur zu gut. Aber ein solcher Umzug ist häufig auch gar nicht erforderlich, denn vielfach reicht bereits eine Tagespflege. Bei dieser Art der Betreuung leben pflegebedürftige Menschen weiter in ihrer eigenen Wohnung, verbringen den Tag aber unter fachkundiger Betreuung und in Gemeinschaft mit anderen in einem Tagespflegehaus. Wie oft sie das Angebot in Anspruch nehmen, können die Senioren und ihre Angehörigen selbst entscheiden.

#### DIE TAGESPFLEGE ERLEBT EINEN BOOM

Die Tagespflege wird vor allem von pflegebedürftigen sowie von demenzkranken Senioren genutzt. Sie werden hier in der Regel werktags acht Stunden täglich betreut und verpflegt. Die Tagesgäste erleben die Gemeinschaft mit anderen und können an den verschiedensten therapeutischen und Reha-Aktivitäten der Einrichtungen teilnehmen. Zum Service gehört auch ein Fahrdienst, der die Tagesgäste morgens daheim abholt und sie am späten Nachmittag wieder zurückbringt.

Inzwischen gibt es praktisch in jedem Hamburger Stadtteil eine oder mehrere Angebote dieser Art. Aktuell gibt es in Hamburg 34 Tagespflegen mit rund 763 Plätzen. In den vergangenen vier Jahren hat sich die Zahl der Einrichtungen verdoppelt. Größter Anbieter ist das Diakonische Werk Hamburg, das insgesamt neun Einrichtungen mit 178 Plätzen betreibt.

Viele Angehörige können ihre pflegebedürftigen Angehörigen nur bedingt und häufig nur zeitlich eingeschränkt unterstützen, insbesondere, wenn sie berufstätig oder selbst schon älter sind. Angst und ein schlechtes Gewissen, die Eltern allein zu wissen, stellen eine zusätzliche Belastung dar. „Die Tagespflege ist nicht nur für die Senioren selbst hilfreich, sondern insbesondere auch für pflegende Angehörige, denn sie werden dadurch erheblich entlastet“, sagt Stefanie Kreis, Sprecherin beim Hamburger Verband der Ersatzkassen (vdek).

Die erste Tagespflege in Hamburg wurde bereits 1988 in Wilhelmsburg eröffnet und war eine der ersten Tagespflegeeinrichtungen bundesweit. Jüngste Einrichtung ist die im Feb-

ruar eröffnete Tagespflege St. Georg/Hamburg Mitte, die von der Diakonie Alten Eichen und der Amalie-Sievecking-Stiftung betrieben wird. Hier stehen 20 Plätze für Senioren zu Verfügung, die ein umfangreiches Programm an Aktivitäten nutzen können. Das reicht von der Gymnastik über therapeutisches Backen, gemeinsames Singen bis zu Gedächtnistraining und Ausflügen.

#### AUF DIE WÜNSCHE DER GÄSTE EINGEHEN

„Wir können unseren Tagesgästen hier eine Gemeinschaft und Abwechslung bieten, die sie zu Haus gar nicht haben können“, sagt Leiterin Birgit Fenner. „Und als kleine Einrichtung gehen wir auch gern auf die Extrawünsche der Gäste ein.“ Zudem könne sich natürlich jeder selbst aussuchen, wie häufig er das Pflegeangebot nutzen wolle. „Wir haben Gäste, die einmal wöchentlich kommen, andere sind fünf Tage pro Woche hier“, sagt Fenner.

Für die Diakonie Alten Eichen ist es die vierte Einrichtung dieser Art, neben der Tagespflege am Stammhaus im Wördemanns Weg in Stellingen >>

→ **Amalie-Sievecking-Stiftung**  
Stiftstraße 65  
20099 Hamburg  
Tel. (040) 24 63 33  
Fax (040) 28 05 50 80

→ **Tagespflege St. Georg**  
Alexanderstr. 24  
Eingang Stiftstr. 65  
20099 Hamburg  
Tel. (040) 284078 47-0  
Fax (040) 284078 47-29

→ **Diakonie Alten Eichen**  
Wördemanns Weg 19-23  
22527 Hamburg  
Tel. (040) 5487 10 50  
Fax (040) 5487 10 09



Johannes Jörn (re),  
Vorstand Amalie  
Sievecking-Stiftung,  
freut sich über  
den Scheck von fast  
125.000 Euro.

## Eine grüne Oase in St. Georg

Über 80 geladene Gäste feierten Ende März 2014 die Einweihung der Tagespflege St. Georg im fünften Amalienstift in der Stiftstraße. Unter den Anwesenden: Bezirksamtsleiter Andy Grote, Dr. Thorsten Schweda, Vorsandsvorsitzender der Diakonie Alten Eichen, Katrin Kell vom Diakonischen Werk Hamburg und viele Spender und Förderer, die die Tagesbetreuung für Senioren in St. Georg erst möglich gemacht haben. In seinem Grußwort betonte Andy Grote vom Bezirk Mitte die Bedeutung des Tagespflegehauses für den Stadtteil: „Eine Oase zum Wohlfühlen“ nannte er das grüne Stiftgelände der Amalie-Sievecking-Stiftung, die gemeinsam mit der Diakonie Alten Eichen Träger der Tagespflege ist. Katrin Kell, Fachbereichsleiterin Pflege und Senioren des Diakonischen Werks, brachte es auf den Punkt „Alten Eichen hat einmal mehr das Herz für die Altenpflege entdeckt“. Michael Pahl von der Deutschen Fernsehlotterie ließ lieber Zahlen sprechen: Die Fernsehlotterie gab zu den Baukosten von über 1,3 Millionen Euro einen Zuschuss von 124.666 Euro. <<

## Tagespflegestätten der Diakonie

### 1 Bezirk Hamburg-Altona

Tagespflege Ottensen  
Hohenzollernring 15 · 22763 Hamburg  
Tel. 88 08 57 5 · tpo@diakonie-alten-eichen.de

Tagespflege Lurup | Tabea - Leben bei Freunden  
Luruper Hauptstr. 115 · 119 · 22547 Hamburg  
Tel. 84 05 23 13 32 · rosemarie.latocha@lurup.tabea.de

### 2 Bezirk Hamburg-Eimsbüttel

Tagespflege Alten Eichen  
Wördemanns Weg 23 b · 22527 Hamburg  
Tel. 54 75 10 85 · k.kopetzky@diakonie-alten-eichen.de

Tagespflege im Seniorenzentrum St. Markus  
Gärtnerstraße 63 · 20253 Hamburg  
Tel. 40 19 08 0 · wolfgang.janzen@martha-stiftung.de

Tagespflege im Max-Herz-Haus  
Sellhopsweg 18 – 22 · 22459 Hamburg  
Tel. 55 81 18 40 ·  
tagespflege@albertinen.de



### 3 Bezirk Hamburg-Wandsbek

Tagespflege Wellingsbüttel  
Rabenhorst 39 · 22391 Hamburg  
Tel. 53 69 74 10 · tpw@diakonie-alten-eichen.de

### 4 Bezirk Hamburg-Mitte

Tagespflege St. Georg  
Alexanderstr. 24 · 20099 Hamburg  
Tel. 28 40 78 47 0 · tpsg@diakonie-alten-eichen.de

### 5 Bezirk Hamburg-Harburg

Johanniter Tagespflege Harburg  
Lürader Weg 2 · 21077 Hamburg  
Tel. 76 08 17 6 · sonja.eikhof@johanniter.de

Tagespflegestätte Wilhelmsburg  
Rotenhäuser Straße 84 · 21107 Hamburg  
Tel. 75 24 59 28 · kapahnka@pflagediakonie.de



>>> betreibt sie noch eine in Wellingsbüttel und in Ottensen. Hier gehört Werner Bölker seit langem zu den Stammgästen. Dienstags bis donnerstags ist er in seinem „Club“, wie er die Einrichtung nennt. „Für mich ist das wie ein zweites Zuhause“, sagt der alte Herr. „Wir kennen uns hier alle und es ist schön, sich zu treffen. Die Mitarbeiter geben sich wirklich viel Mühe, ein Programm anzubieten, bei dem für jeden etwas dabei ist.“

### GELD VON DEN PFLEGEKASSEN

Die Kosten für die Tagespflege sind je nach Einrichtung verschieden und betragen meist zwischen 70 und 90 Euro pro Tag. Bei Senioren mit einer Pflegestufe beteiligen sich die Pflegekassen an den Kosten. Die Höchstleistungen betragen bei Pflegestufe 1 monatlich 450 Euro, bei Pflegestufe 2 sind es 1.100 Euro und bei Pflegestufe 3 werden bis zu 1.550 Euro übernommen. Reicht das eigene Einkommen und Vermögen nicht aus, kann auch Sozialhilfe beantragt werden.

Vor der Anmeldung bei einer Tagespflege sollten sich Senioren und Angehörige möglichst mehrere in Frage kommende Einrichtungen ansehen. „Dabei geht es darum, ob man sich dort wohl fühlt und einem die Räumlichkeiten und die Atmosphäre gefallen“, sagt Stefanie Kreis vom vdek. „Aber auch das Betreuungsangebot ist wichtig, denn das ist je nach Einrichtung durchaus unterschiedlich“. Um den Senioren die Entscheidung zu erleichtern, bieten viele Einrichtungen einen kostenlosen Probetag an.

Wer bei der Suche nach einer geeigneten Tagespflege Unterstützung benötigt, kann sich dazu an die Einrichtungen selbst wenden oder auch die kostenlose Beratung durch einen der acht Pflegestützpunkte nutzen. Diese Einrichtungen, die gemeinsam von den Kranken- und Pflegekassen und der Stadt betrieben werden, beraten neutral und unabhängig zu allen Fragen der Pflege und Finanzierung und kommen auch gerne für eine persönliche Beratung ins Haus. <<

## 3 Fragen an...



...Katrin Kell,  
Fachbereichsleitung  
Pflege und Senioren,  
Diakonisches Werk  
Hamburg

### Für wen eignet sich die Tagespflege?

Die Tagespflegen werden in der Regel von Senioren besucht, die einen pflegerischen und oder betreuenden Unterstützungsbedarf haben. Voraussetzung für den Besuch in einer Tagespflege ist die Mobilität der Gäste, wobei ein Gehwagen oder ein Rollstuhl natürlich kein Hindernis sind.

### Gibt es einen „idealen“ Zeitpunkt für den Wechsel in die Tagespflege?

Bei pflegenden Angehörigen ist es ganz wichtig, dass sie sich rechtzeitig durch eine Tagespflege entlasten. Auch wenn der Alltag mit dem zum Beispiel pflegebedürftigen Ehepartner noch ganz gut gestaltet werden kann, sollte man schon für sich selbst sorgen, indem der Ehepartner für einen oder zwei Tage eine Tagespflege besucht. In dieser Zeit kann man in Ruhe „Lieengelassenes“ erledigen, zum Friseur gehen oder sich mit Freunden treffen und somit wieder etwas Kraft tanken.

### Was zeichnet eine gute Pflegeeinrichtung aus?

Eine Tagespflege sollte angenehme und überschaubare Räumlichkeiten bieten. Neben gut ausgebildeten Fachkräften, die insbesondere im Umgang mit Demenz geschult sind, sollten auch Betreuungskräfte vorhanden sein. Für mich zeichnet eine gute Tagespflege sich aus, wenn sie es schafft, für ihre Besucher ein „zweites Zuhause“ zu werden. <<

→ Diakonisches Werk Hamburg  
Königstraße 54 · Telefon (040) 30620-0



**Eichblatt** – zart nussiger Geschmack, harmoniert z.B. mit Entenbrust, Meeresfrüchten oder kräftigem Käse wie Roquefort. Er verdankt seinen Namen der auffälligen Blätterform.



**Eisberg** – rund und fest. Er kann gut vorbereitet werden, und fällt dank der dichten Struktur seiner Blätter nicht so schnell zusammen. Man kann ihn gut einige Tage im Kühlschrank aufbewahren.



**Lollo Rosso** – stark gekrauste, rötliche Blätter, die leicht nussig schmecken. Harmoniert gut mit Eiern, Käse oder Fisch. Eine Variante ist der grüne mildere Lollo Biondo.



**Romana** – auch Römischer Salat genannt, hat einen herzhaften, leicht herben Geschmack. Die Blätter sind knackig, robust und stark gerippt. Gut kombinierbar mit Zutaten wie Käse, Gemüse, Fleisch oder Fisch.



**Kopfsalat** – relativ geschmacksneutral. Der ideale Partner für kräftigere Blattsalate wie Eichblatt oder Radicchio. Dazu passen Vinaigrette oder Sahnesoße.



**Radicchio** – kleine rot-weiße Köpfe mit einem feinwürzigen, bitteren Geschmack. Äußere Blätter entfernen, sie sind zu bitter. Schmeckt besonders gut zu Staudensellerie oder Fenchel.



**Rucola (Rauke)** – kräftiger, leicht scharfer Geschmack, harmoniert mit Tomate und Möhre oder anderen Blattsalaten, wie Kopfsalat oder Radicchio. Am besten nur die zarten jungen Blätter verwenden.



**Endiviansalat** – als glatte Form (Escariol) und mit gekrausten Blättern (Frisée). Schmeckt leicht bitter und passt sehr gut zu süßlichen und milden Zutaten wie Orangen- oder Aprikosenspalten.

## Da haben wir den Salat

Salat ist das Sommergericht überhaupt! Der hohe Wassergehalt macht ihn leicht und figurfreundlich. Die frischen Blätter versorgen den Körper außerdem mit vielen gesunden Inhaltsstoffen und regen den Stoffwechsel von Leber, Niere und Galle an.

**W**ie bei vielen Obst- und Gemüsesorten ist der Hauptbestandteil der Salatblätter Wasser: zwischen 90 und 95 Prozent liegt der Anteil. Die meisten Sorten enthalten Betacarotin und die Vitamine A, B1, B2, B6 und Folsäure. Der Vitamin-C-Gehalt ist allerdings relativ gering. Mineralstoffe wie Kalium, Phosphor und Magnesium sowie Ballaststoffe sind ebenfalls in den bunten Blättern enthalten. Eine tägliche Blattsalatportion trägt damit sehr gut zur Versorgung

mit Kalium und Folsäure bei. Allerdings nur, wenn der Salat wirklich frisch ist, da gerade die Folsäure extrem empfindlich ist und durch Licht und Luft schnell abgebaut wird. Blattsalate gibt es mittlerweile in einer immer größer werdenden Vielfalt.

Gerade die leicht bitteren Sorten gelten als besonders vitamin- und mineralstoffreich und werden in der Naturheilkunde wegen ihrer speziellen Bitterstoffe (Intybine) als stoffwechselfördernde und appetitanre-

gende Substanzen geschätzt. Kombiniert mit Früchten oder einer süßlichen Salatsoße sind sie eine Köstlichkeit! Die Salatsoße gibt man am besten erst kurz vor dem Verzehr dazu, damit die empfindlichen Blättchen nicht zusammenfallen.

Trotz der wertvollen Inhaltsstoffe enthalten Salatgemüse sehr wenig Kalorien und tragen damit auf gesunde Weise zu einer kalorienbewussten Ernährungsweise bei. <<

**UNSER TIPP** Kaufen Sie, wenn irgend möglich, frische Salatköpfe und zerkleinern Sie diese selbst – und zwar erst nach dem Waschen. So bleiben die wertvollen Nähr- und Geschmacksstoffe erhalten!

Anzeige



Für mich gekocht. Für mich gebracht.  
Von **apetito**

Lassen Sie sich Ihr Mittagessen  
direkt ins Haus bringen!

**PROBIER-  
ANGEBOT**  
Jetzt bestellen und  
selbst überzeugen!

Rufen Sie uns an! 0 40 - 89 20 00  
[www.landhaus-kueche.de](http://www.landhaus-kueche.de)

# Von Generation zu Generation

In diesem Jahr feiert die Martha Stiftung ihr 165-jähriges Bestehen. Aus der Idee einer Hamburger Kaufmannswitwe entstand ein modernes Sozialunternehmen mit christlich-diakonischen Wurzeln.

VON HEINRICH GROSSBONGARDT

→ **Martha Stiftung**  
Eilbeker Weg 86  
22089 Hamburg  
Tel. (040) 20 98 76-0  
Fax (040) 20 98 76-99



Wilhelmine Mutzenbecher gründete vor 165 Jahren die Martha Stiftung.

In der sozialen Betreuung von Menschen jeden Lebensalters spielen in Hamburg Stiftungen eine tragende Rolle. Vielfach reichen deren Wurzeln zurück ins 19. Jahrhundert, in eine Zeit, als der wirtschaftliche Aufbruch der Industrialisierung zum gesellschaftlichen Umbruch führte. Die Kaufmannswitwe Wilhelmine Mutzenbecher gehörte zu denen, die sich aus ihrem Glauben heraus persönlich gegen die unübersehbaren Schattenseiten einsetzte. Auf Anregung von Johann Hinrich Wichern, dem Gründer des Rauhen Hauses und geistigen Vaters der Inneren Mission (Diakonie), nahm sie 14 junge Mädchen bei sich auf, bildete sie zu Dienstmädchen aus und vermittelte sie in Familien mit einwandfreiem Ruf. Das war 1849. In Gestalt der Martha Stiftung wirkt ihr soziales Engagement auch heute fort, mehr als fünf Generationen später.

Auch die Arbeit der Stiftung ist in vielfältiger Hinsicht generationenverbindend. In ihren verschiedenen Arbeitsbereichen betreut sie Menschen vom Kindes- bis zum Greisenalter. Gerade erst hat sie mit der Mobilen Kinderkrankenpflege ein neues Angebot geschaffen, das Familien zum Beispiel bei der Betreuung chronisch kranker oder mehrfach schwerstbehinderter Kinder unterstützt und sie auf diese Weise begleitet und entlastet. Organisatorisch ist der neue Dienst Teil der Ambulanten Pflege St. Markus. „Dieses Angebot erfordert hohe Kompetenz, sowohl fachlich als auch in Bezug auf die Haltung“, sagt Martina Pleyer, Vorstand der Martha Stiftung. „Man geht ja in die Familien und ihre Strukturen hinein“.

Zum Teil überschneidet sich der Kreis der so betreuten Kinder mit denen, die im Erlenbusch in Volks-

dorf leben. Hier hat die Stiftung gerade erst beschlossen, ein Haus zu bauen, in dem 16 junge Erwachsene leben werden, die dem Heim für Kinder und Jugendliche entwachsen sind. Für sie gibt es im Hilde-Wulff-Haus, das im kommenden Jahr sein 80-jähriges Bestehen feiert, und in der Ringstraße in Volksdorf bereits zwei Wohngruppen mit zusammen 15 Plätzen.

Doch die Frage „Wie geht es weiter nach der Schulzeit?“ will auch für die jetzt im Hilde-Wulff-Haus lebenden Jugendlichen beantwortet sein. Ambulante Betreuung in einem „normalen“ Umfeld, wie sie heute als Standard angestrebt wird, kann hier nicht leisten, was nötig ist. Diese jungen Menschen brauchen auch weiterhin in ihrem täglichen Leben Assistenz, Therapie und Förderung.

## KEIN PATENTREZEPT FÜR ALLE

Hier zeigt sich, wie gefährlich es ist, in der Diskussion um Inklusion und selbstbestimmte Lebensführung alle über einen Kamm zu scheren. Was für die eine Gruppe von Menschen mit Behinderung gut ist, kann bei der anderen völlig an der Realität und ihren Bedürfnissen vorbeigehen.

„Selbstbestimmung erfordert hier zum Beispiel, dass da jemand ist, der aus einem Blickkontakt oder der Körperhaltung erkennt, welches Bedürfnis da gerade ausgedrückt werden soll“,

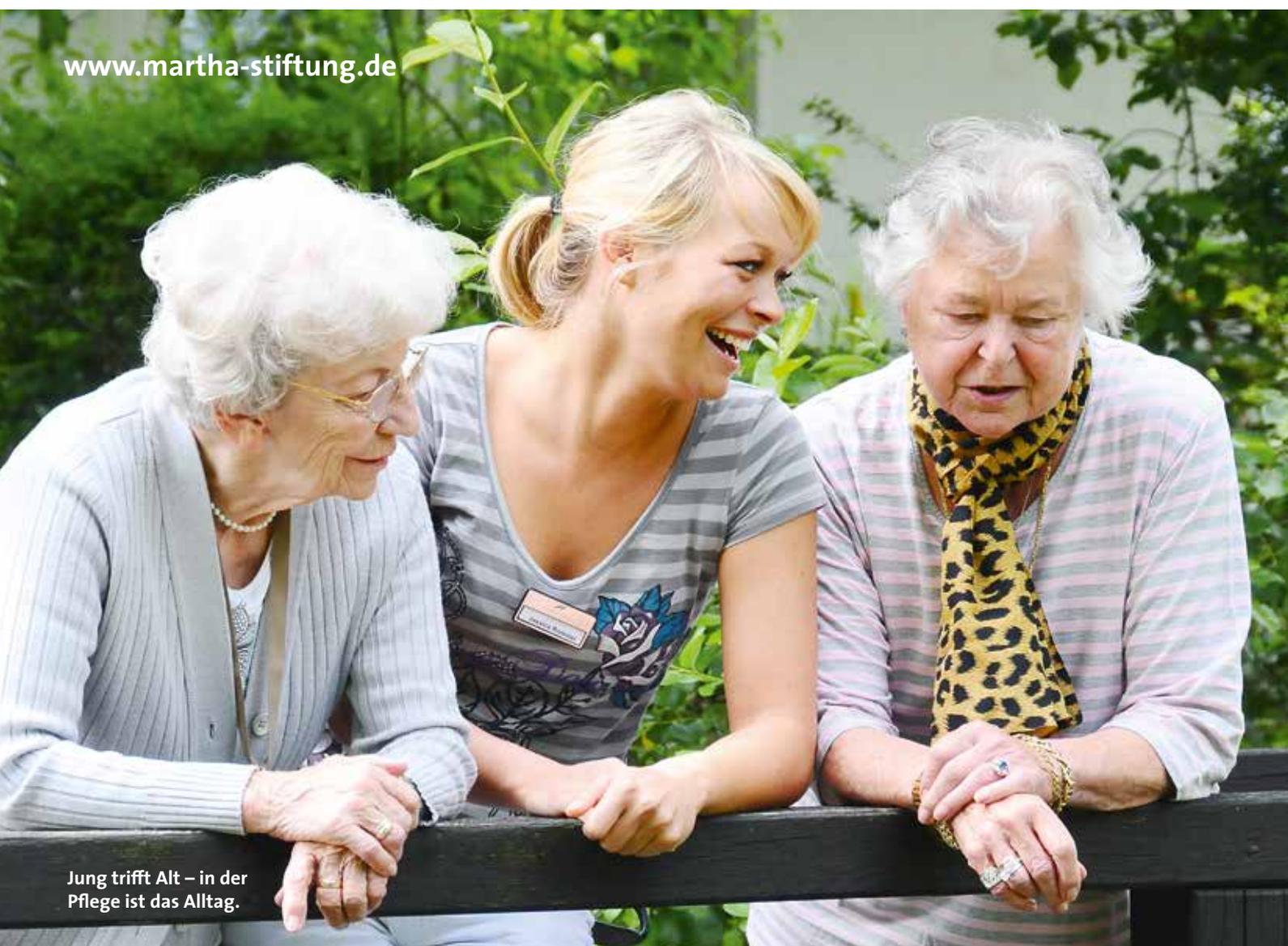
Im nächsten Jahr feiert der Erlenbusch in Volksdorf sein 80-jähriges Bestehen.

→ **Erlenbusch**  
Klosterwisch 8  
22359 Hamburg  
Tel. (040) 609 19 3-0



Foto: A. Kohlmeier

www.martha-stiftung.de



Jung trifft Alt – in der Pflege ist das Alltag.

erzählt Martina Pleyer und betont: „Für uns sind das keine Menschen, die in eine Pflegeeinrichtung gehören, sondern die Anspruch auf eine Eingliederung haben, und zwar in dem Maße, in dem dies für sie möglich ist.“

Das Miteinander der Generationen ist der Kitt, der unsere Gesellschaft als Ganzes zusammenhält. Die Familie ist der Ort, wo Menschen das dauerhafte Füreinander erfahren und erlernen. Normalerweise jedenfalls. Denn Sucht erweist sich auch hier als Killer sozialer Beziehungen. Dabei sind die Kinder ganz besonders betroffen. Die Sucht stört das Verhältnis zwischen ihnen und den Eltern, Kinder müssen in der Familie Rollen übernehmen, die ihnen ganz und gar nicht entsprechen. Schon seit langem betreibt die Martha Stiftung als Teil ihres SuchtTherapieZentrums (STZ) die einzige stationäre Nachsorgeeinrichtung Norddeutschlands, in der

suchtkranke Frauen zusammen mit ihren Kindern leben können. Aufbauend auf diesen Erfahrungen bietet auch die Fachklinik des STZ Vätern und Müttern die Möglichkeit, während der stationären Entwöhnungsbehandlung mit ihren Kindern in einem gesonderten Eltern-Kind-Bereich zusammenzuleben und ihre Verantwortung als Eltern weiter wahrzunehmen. Während der bis zu vier Monate, die die Behandlung dauert, besuchen die Kinder weiterhin ihre Kita oder Schule, so dass ihre sozialen Bezüge erhalten werden. „Das ist manchmal ein logistisches Problem“, gibt Stiftungsvorstand Klaus Wicht zu. „Aber dieses Konzept wirkt für beide Seiten stabilisierend.“

#### AN JEDEM STANDORT GUT VERNETZT

Wo immer die Martha Stiftung tätig ist, gehört die Vernetzung in Quar-

tier dazu. In ganz besonderem Maße gilt das für die Betreuung von Senioren. Insgesamt betreibt die Stiftung im Stadtgebiet zwischen Horn und Blankenese, HafenCity und Rahlstedt acht Wohnanlagen mit jeweils ganz unterschiedlichem Charakter. Hinzu kommen drei Ambulante Pflegedienste in Flottbek, Rahlstedt und Hoheluft, St. Markus und das Martha Haus als stationäre Pflegeeinrichtungen und eine Wohngemeinschaft für demenzkranke Menschen. >>

→ **Servicewohnen Ost**  
Brockdorffstr. 57a  
22149 Hamburg  
Tel. (040) 67 57 71 55

→ **Servicewohnen Mitte/West**  
Gärtnerstraße 72  
20253 Hamburg  
Tel. (040) 41 30 42 90

**Sucht schwächt ganz besonders Familien in ihrem Zusammenhalt.**

→ **STZ Sucht-TherapieZentrum**  
Hummelsbüttel  
Hauptstraße 15  
22339 Hamburg



Foto: Thies/ibold



Das erste Martha Haus vor der Zerstörung im Krieg.

## Die Geschichte

**1849** Gründung der Martha Stiftung durch die Hamburger Kaufmannswitwe Wilhelmine Mutzenbecher

**1884** Eröffnung des Martha Hauses in der ehemaligen Baustraße (heutige Hinrichsenstraße)

**1943** Zerstörung des Martha Hauses bei einem Bombenangriff – die Stiftungsarbeit ruht 10 Jahre

**1956** Eröffnung des neuen Martha Hauses in Rahlstedt. Die Schenkung eines Grundstücks ermöglicht die Fortführung der Arbeit.

**1964** Übernahme des Kinderheims im Erlenbusch für körperbehinderte Kinder

**1972** Gründung des SuchtTherapie-Zentrums (STZ) in Hummelsbüttel

**1985** Übernahme des Moraht Hauses in Hamburg-Horn

**1994** Übernahme des Seniorenzentrums St. Markus in Eimsbüttel

**1999** Gründung des ambulanten Pflegedienstes St. Markus – Einstieg in die Ambulante Pflege

**2001** Eröffnung des neuen Gebäudes des Seniorenzentrums St. Markus

**2003** Eröffnung der Seniorenwohnungen mit Service im ehemaligen Gebäude von St. Markus

**2006** Eröffnung weiterer 61 Seniorenwohnungen mit Service in Rahlstedt und Eidelstedt

**2007** Neue Satzung für die Martha Stiftung, um zukunftsfähig zu sein

**2011** Bauabschluss im Martha Haus in Rahlstedt mit 23 neuen Seniorenwohnungen mit Service

**2012** Modernisierung von Haus Osterberg in Sprötze bei Buchholz



→ **Seniorenzentrum St. Markus**  
Gärtnerstraße 63  
20253 Hamburg  
Tel. (040) 401908-0

→ **Martha Haus Am Ohlendorff-turm 20-22**  
22149 Hamburg  
Tel. (040) 675 77-0

Das Martha Haus und St. Markus sind Beispiele für die zeitgemäße Pflege von Senioren.

Martina Pleyer



Klaus Wicht



» Das Martha Haus pflegt sehr intensive Beziehungen zu Schulen in Rahlstedt. Grundschüler kommen zum Beispiel regelmäßig zum Gärtnern, Handarbeiten oder in der Vorweihnachtszeit gemeinsamen Plätzchenbacken. „Das Schöne daran ist, dass das sehr kontinuierlich ist und es wirklich viele Kinder sind“, freut sich Martina Pleyer.

St. Markus in Hoheluft arbeitet schon von Anfang an mit der Grundschule auf dem Nachbargrundstück zusammen. Im Rahmen des Projektes „Generationenbrücke“ kommen zudem seit dem vorigen Jahr Grundschulkinder ganz regelmäßig in eine Gruppe alter Menschen, um unter Anleitung mit ihnen zusammen etwas zu machen.

## BEDÜRFNISSE ÄLTERER KENNENLERNEN

Alt und Jung können bei solchen Begegnungen immer etwas voneinander lernen, und sei es, was es bedeutet, alt zu werden. Im Rahmen eines Projekttag Ende Januar waren 13 Auszubildende der Drogeriemarktkette Budnikowsky im Martha Haus, um ein Gefühl für die Bedürfnisse ihrer älteren Kunden zu bekommen. Sie führten Gespräche mit Bewohnern, konnten mit Hilfe einer Simulationsbrille aber auch erleben, wie sich typische Sehbehinderungen älterer Menschen zum Beispiel auf die Fähigkeit auswirken, die kleine Schrift auf einer Verpackung zu lesen oder aber Kleingeld abzuzählen.

Auch unter ihren Mitarbeitern hat die Martha Stiftung die ganze Altersspanne vom jugendlichen Azubi bis zu Mitarbeitern an der Grenze zur Rente. Die Zusammenarbeit der verschiedenen Generationen in den Teams sind Teil des Alltags und auch die Frage, wie man als Arbeitgeber dazu beitragen kann, dass die Mitarbeiter in einem durchaus körperlich und seelisch fordernden Beruf gesund bleiben.

„Ein wichtiger Punkt in diesem Zusammenhang ist, dass wir tariflich bezahlen. Ich halte das für sehr gesundherhaltend“, unterstreicht Martina Pleyer.

Die Zukunft einer so traditionsreichen Stiftung auch für die nächste Generation zu sichern, ist eine Herausforderung, die immer wieder neu gemeistert werden will. Bei immer steigenden Anforderungen an die Qualität der Leistungen wird deren Refinanzierung angesichts knapper Budgets der öffentlichen Hand und der Sozialkassen immer schwieriger. Um die vorhandenen Mittel gibt es einen intensiven Wettbewerb. Da erfordert es unternehmerische Klugheit, gepaart mit dem Gespür für die sich wandelnden Bedürfnisse. „Unsere Angebote wirtschaftlich stabil zu halten, ist heute gar nicht mehr zu trennen von einer guten fachlichen Arbeit. Unsere Leistungen müssen sich rechnen“, sagt Martina Pleyer und ergänzt: „Das bedeutet nicht, dass jemand dran verdient, sondern nur, dass da eine schwarze Null steht.“ <<



Foto: Thies Bold

# Tolles Rohr

Beim Wort Rohrpost denkt man unwillkürlich an muffige Amtsstuben und Kontore mit geschäftig klappernden Schreibmaschinen. Dabei kommt kein Krankenhaus ohne sie aus, auch das modernste nicht.

VON MANFRED ROLFSMEIER

**M**oderne Kommunikation findet per E-Mail, Twitter oder Facebook statt – wer denkt da schon an Rohrpost? Aber dieses Kommunikationssystem ist auch mehr als 150 Jahre nach seiner Erfindung unverzichtbar. Das mit Druckluft betriebene System kommt in der Industrie

ebenso zum Einsatz wie in Supermärkten oder Banken. Besonders wichtig ist die Rohrpost für Krankenhäuser, und nahezu jede Klinik arbeitet damit. Und manchmal wird die Rohrpost hier sogar zum Lebensretter, denn sie arbeitet schneller und zuverlässiger als jeder Bote.

Bestes Beispiel dafür ist die hochmoderne Rohrpost-Anlage im Universitäts-Klinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), die mit Investitionen von ca. 2,3 Millionen Euro 2009 in Betrieb genommen wurde und über 60 Sendestationen verfügt. Rund zehn Kilometer Rohrleitungen >>

→ **Universitäts-  
Klinikum Hamburg-  
Eppendorf**  
Martinstraße 52  
20246 Hamburg  
Tel. (040) 7410-0  
www.uke.de



**Elektronik macht moderne  
Rohrposthülsen intelligent.**

>> verbinden insgesamt acht Gebäude auf dem UKE-Gelände. „Ohne die Rohrpost würde eine hochmoderne Klinik wie unsere gar nicht funktionieren können“, sagt UKE-

Logistikexperte Feridun Bircan. Das Rohrpostsystem wird im UKE von rund 4.000 Mitarbeitern genutzt. Krankenschwestern senden damit Blutabnahmen ins Labor, die Apotheke verschickt Medikamente zu den Stationen und das Institut für Transfusionsmedizin Blutkonserven in die

den können. Die Probe wird dann in einer speziellen Transporthülse an das Labor geschickt, wo sie nach spätestens fünf Minuten eintrifft und sich automatisch entleert. Nach

der Analyse überträgt das Labor wenige Minuten später den Befund in den OP-Saal. Zur Datenübertragung wird übrigens ein bundesweit einzigartiges Datensystem genutzt, das die Befunde automatisch in die elektronische Patientenakte aufnimmt.

Mittelpunkt der Anlage ist eine

**EINSATZ BEI SUPERMÄRKTEN  
UND BANKEN**

Aber nicht nur in Krankenhäusern ist die Rohrpost wichtig, auch bei Unternehmen und im Einzelhandel wird sie genutzt. Dazu zählen vor allem Supermärkte Banken, die damit Bargeld von Schaltern und Kassen direkt zum Tresor senden. Hinzu kommen Industrieunternehmen wie metallverarbeitende Betriebe, Chemie- und Logistikunternehmen, die so Proben oder Kleinteile über große Strecken befördern.

Rund zehn Kilometer  
Rohrpostleitungen  
verbinden im UKE  
die verschiedenen  
Gebäude miteinander.



Fotos: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)



→ **Swisslog  
Healthcare**  
Hansacker 5 + 7  
26655 Westerstede  
Tel. (04488) 8 38 90  
Fax (04488) 68 66  
www.swisslog.com

OP- und Intensivbereiche. Rund 12.000 Rohrpostsendungen werden wöchentlich im UKE verschickt. Dabei werden die Hülsen mit Druckluft durch das Leitungssystem geschossen, wobei jede von ihnen über einen Chip verfügt, auf dem Ziel- und Empfangsadresse registriert sind. Je nach Einsatzzweck kommen drei verschiedene Hülsen für Gewebe, Blutproben und Blutkonserven sowie für Arzneimittel zum Einsatz.

**INTELLIGENTER  
TRANSPORT PER CHIP**

Wie wichtig das System sein kann, zeigt sich beispielsweise, wenn während einer Operation dringend eine Gewebeprobe untersucht werden muss, damit die Mediziner schnell über das weitere Vorgehen entschei-

Verteilerstation. Hier werden die Sendungen je nach Dringlichkeit bearbeitet. Die entsprechenden Informationen dazu befinden sich auf einem Chip, mit dem jede der insgesamt 500 Rohrposthülsen versehen ist. Auf diese Weise kann eine wichtige Sendung eine weniger eilige im System auch „überholen“. Nach der Ankunft beim Empfänger werden die leeren Hülsen dann entweder automatisch oder manuell in das Rohrleitungssystem eingeführt und wieder zur jeweiligen Sendestation transportiert. Der Sendungsverlauf jeder Transporthülse wird mit allen Angaben zu Absender und Empfänger, Uhrzeit und Inhalt genau dokumentiert. „Das System arbeitet äußerst zuverlässig und sicher, Falschliefungen sind praktisch ausgeschlossen“, erläutert Feridun Bircan.

„Mit der alten Behördenrohrpost haben moderne Systeme fast nichts mehr gemein. Sie sind heute vor allem dort gefragt, wo bestimmte Produkte schnell und zuverlässig versendet werden müssen“, sagt Karsten Wangelin, Deutschland-Geschäftsführer von Swisslog, dem weltweit führenden Hersteller von Rohrpostanlagen. Das Unternehmen mit Sitz in der Schweiz beschäftigt 2.200 Mitarbeiter in weltweit 20 Ländern, die Anlagen sind in 3.000 Krankenhäusern und 2.000 Lager- und Verteilzentren im Einsatz.

**HIGH-TECH IM ALBERTINEN**

Swisslog hat auch die topmoderne Rohrpostanlage mit acht Stationen geliefert, die im neuen Hightech-Neubau des Albertinen-Krankenhauses



# Viren auf Weltreise

Seuchen reisen heute so schnell wie nie. Per Flugzeug und Container können sie von Kontinent zu Kontinent springen. Im Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin werden diese Krankheiten und ihre Übertragungswege seit über 100 Jahren erforscht.

V O N P I A K R Ö G E R

**M**enschen zieht es in die Ferne, kein Reiseziel scheint zu exotisch oder weit genug entfernt. Wenn sie dann heimkehren, ist den meisten nicht bewusst, dass sie unter Umständen nicht allein sind: Viren aus den bereisten Regionen sind mit an Bord, wenn man diese wieder verlässt. Und das ist nicht nur ein Problem aus der heutigen Zeit. Schon vor 100 Jahren brachten Seeleute aus aller Welt ansteckende Krankheiten mit in die Heimat, von denen man mitunter noch nie gehört und für die man erst recht keine Behandlungsmethoden parat hatte.

Doch das sollte sich durch Bernhard Nocht ändern. Er war 1892 im Zuge der Cholera-Epidemie von der Stadt Hamburg als Hafendarzt eingesetzt worden. Sieben Jahre später setzte er durch, dass für die Erforschung tropischer Krankheiten ein eigenes

Institut in Hamburg gegründet wurde. Am 1. Oktober 1900 nahm das 1943 nach ihm benannte Bernhard-Nocht-Institut seine Arbeit auf. Hamburgs Hafen als Tor zur Welt war auch Einfallstor für unbekanntere Krankheiten. Und es gab auch ein nationales Interesse: Das Kaiserreich war Kolonialmacht mit ausgedehnten Besitzungen in Afrika und Asien.

Nocht vertrat die Ansicht, dass man die Tropenkrankheiten nur durch intensives Forschen und gute ärztliche Beratung unter Kontrolle bringen kann. Und schon früh stellten sich Erfolge ein, zum Beispiel die Entdeckung, dass Malaria-Medikamente bei Menschen und Kanarienvögeln ähnlich wirken, wodurch nicht mehr alle Experimente am Menschen ausprobiert werden müssen, oder die Weiterentwicklung einer Färbemethode, die bis heute angewandt wird, um im Labor verschiedene Zelltypen voneinander zu unterscheiden, und mit der sich zum Beispiel Malariaerregere im Blut sichtbar machen lassen. Auch für das Verständnis der Bilharziose, einer Wurmkrankheit, von der weltweit heute 250 bis 300 Millionen Menschen befallen sind, leisteten die Forscher am Tropeninstitut, wie die Hamburger die Einrichtung oberhalb der St. Pauli Landungsbrücken nennen, grundlegende Arbeit.

## WICHTIGE ENTDECKUNGEN BEI HIV UND SARS

1984 erkannte das Ehepaar Paul Racz und Klara Tenner-Racz, dass bei HIV-infizierten Personen das Virus bereits vermehrt in den Lymphknoten nachzuweisen ist und sich dort vermehrt, auch wenn diejenigen noch keine Krankheitssymptome zeigen. Durch die Veränderungen der Organe konnten sie verschiedene Phasen der Infektionen klassifizieren, was heute die Grundlage der HIV-Behandlung darstellt. Und als 2003 die neuartige Lungenkrankheit SARS weltweit Angst und Schrecken verbreitete, waren es die Forscher des Bernhard-Nocht-Instituts, die in enger Zusammenarbeit mit der Universität Frankfurt den bis dahin unbekannteren Erreger identifizieren konnten und die innerhalb weniger Wochen den ersten kommerziell erhältlichen Test entwickelten.

230 Mitarbeiter hat das Institut heute. Malaria, Tuberkulose, hämorrhagische Fiebertypen und Gewebewürmer sind die Schwerpunkte in der Arbeit des Instituts. Als im März der Ausbruch des gefährlichen Ebola-Virus in Guinea gemeldet wurde, gehörten Wissenschaftler des Bernhard-Nocht-Instituts zu der kleinen Gruppe von Spezialisten, die sich im

→ **Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin**  
Bernhard-Nocht-Straße 74  
20359 Hamburg  
Tel. (040) 42818-0  
Fax (040) 42818-400  
bni@bnitm.de  
www.bnitm.de

Das Bernhard-Nocht-Institut thront seit mehr als 100 Jahren über dem Hamburger Hafen.



Foto:bnitm



Die asiatische Tigermücke überträgt unter anderem das gefährliche Dengue-Fieber. Sie wurde bereits nach Südwestdeutschland eingeschleppt.

Auftrag der Weltgesundheitsorganisation vor Ort um die Analyse des Virus kümmerten. Als „Kooperationszentrum der Weltgesundheitsorganisation“ beschäftigt sich das Tropeninstitut außerdem, wie im Falle SARS, mit neu auftretenden Infektionskrankheiten, die bislang unbekannt und ohne Behandlungsmethode sind.

Gegenstand der Forschung sind nicht nur Krankheitsbekämpfung und Epidemiologie, sondern auch die Biologie der Erreger, ihre Reserviertiere und Überträger. Außerdem arbeitet das Tropeninstitut eng mit der Bundeswehr zusammen und unterstützt diese mit medizinischer Versorgung und Beratung bei Einsätzen in den Tropen, was wesentlich zur nationalen Bedeutung des Instituts beiträgt. Aus ganz Europa werden hier Proben eingeliefert, die bei Verdacht auf eine hochinfektiöse Krankheit in einem Hochsicherheitslabor bearbeitet werden, sodass bereits sechs Stunden später eine Abschlussdiagnose möglich ist. Das Tropeninstitut ist eines von 30 Einrichtungen weltweit, die über ein Labor der höchsten biologischen Sicherheitsstufe verfügen. Auch die Lehrtätigkeit ist fester Bestandteil der Arbeit. Regelmäßig finden >>

Fotos: Bernhard-Nocht-Institut



Bei der Arbeit mit ultragefährlichsten Krankheitserregern ist Sicherheit oberstes Gebot.

>>> dreimonatige Kurse über alle Aspekte der Tropenmedizin statt sowie ein Fortbildungsprogramm für die Doktorandinnen und Doktoranden. Darüber hinaus werden spezielle Kurse zu Themen wie Reisemedizin angeboten.

Als Forschungsinstitut mit überregionaler Bedeutung finanziert sich das Tropeninstitut durch den Bund, die Freie Hansestadt Hamburg und die übrigen Bundesländer, die mit dieser Investition Deutschlands größte Einrichtung auf diesem Gebiet unterstützen. Denn obwohl Seeleute schon lange nicht mehr zu den

land heimisch, von der asiatischen Tigermücke wurden erste Exemplare im äußersten Südwesten Deutschlands nachgewiesen. Letztere überträgt unter anderem das gefährliche Dengue-Fieber. Sie reist bevorzugt in gebrauchten Autoreifen und Blumentöpfe oder innerhalb Europas per Auto.

Umso wichtiger wird die Aufgabe des Bernhard-Nocht-Instituts, möglichst schnell wirksame Behandlungsmethoden zu entwickeln und zu erforschen, um eine Epidemie wie 2007 in Italien zu vermeiden, als ein Geschäftsmann auf der Reise



Foto: bitr/m

2009 erhielt das Tropeninstitut einen modernen Erweiterungsbau.

häufigsten Patienten gehören, könnte man auf das Tropeninstitut heute weniger denn je verzichten. Mit der Globalisierung der Wirtschaft und der nie gekannten Mobilität von Menschen und Gütern steigt das Risiko, dass sich Infektionskrankheiten wie ein Flächenbrand binnen kurzem über Kontinente hinweg ausbreiten. SARS und die Vogelgrippe sind Beispiele für solche Pandemien, die zum Glück frühzeitig eingedämmt werden konnten.

#### PER BLUMENTOPF UND AUTOREIFEN

Globalisierung und Klimawandel begünstigen auch die Ausbreitung von Überträgern. Die japanische Buschmücke ist längst in Deutsch-

von Indien nach Ravenna an Chikungunya-Fieber erkrankte. Zu Hause verbreiteten Tigermücken die Viren weiter. Etwa dreihundert Italiener erkrankten.

Eine solche Infektionswelle gilt es zu vermeiden. Das Bernhard-Nocht-Institut hat daher bereits einige Behandlungsmaßnahmen wie die Antikörperdiagnostik und spezielle Anzuchtverfahren entwickelt, die sich in vielen Bereichen als effektiv und hilfreich wirksam erweisen, doch eben nicht in allen. Deshalb widmen sich die Forscher des Tropeninstituts noch immer der Identifikation und Behandlung aller tropentypischen Viren, gegen die gesundheitlichen Gefahren auch in Zukunft bestmöglich gewappnet zu sein. <<

## Literatur-Tipps

Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

im letzten Jahr habe ich Ihnen „Sommer in Maine“ von J. Courtney Sullivan vorgestellt, eines meiner Lieblingsbücher 2013. In diesem Frühjahr ist ihr neues Buch erschienen: „Die Verlobungen“. Trotz anfänglicher Skepsis wegen des Covers und Titels bin ich genauso angetan wie von ihrem ersten Buch.



In „Die Verlobungen“ erzählt Sullivan Frances Geretys Geschichte – Gerety hat 1947 begonnen, für die damals führende amerikanische Werbeagentur eine Kampagne im Auftrag des Diamantenhändlers De Beer zu entwickeln. Von ihr stammt der Slogan „A Diamond is forever“, bald darauf singt Marilyn Monroe ihren berühmten Song

„Diamonds are a girl's best friend“.

Die hochinteressante Geschichte über den enormen Einfluss einer erfolgreichen Werbekampagne und darüber, wie sich Werbung entwickelt hat, ist eingebettet in vier Liebesgeschichten, in denen ein Verlobungsring eine große Rolle spielt. Die dramatischen Ereignisse im Leben jedes dieser Paare berühren einen genauso wie Frances Geretys Leben. Ausgerechnet eine alleinstehende Frau, die immer wieder um ihre Anerkennung in der von Männern geprägten Geschäftswelt kämpfen muss, sorgt für die Sehnsucht so vieler Frauen nach „dem“ Ring. Auch die Problematik der „Blutdiamanten“ gehört zu dieser Geschichte, die damit zu einem vielschichtigen Gesellschaftsroman wird – hochinteressant, aktuell, vor allem aber ein großer Lese Genuss.

→ J. Courtney Sullivan DIE VERLOBUNGEN  
Deuticke Verlag · 21,99 Euro



Sicher haben viele von Ihnen „Der weite Weg nach Hause“ von Rose Tremain gelesen. Ich liebe dieses Buch. Ebenfalls im Suhrkamp Verlag ist jetzt ein weiteres großartiges Buch der wunderbaren Autorin Rose Tremain erschienen, „Die Verwandlung der Mary Ward“.

Ich wünsche diesem Buch von Herzen, dass den Leserinnen Marys (bzw. Martins) Schicksal ge-

nauso nahe geht, wie Levs Schicksal uns berührt hat auf seinem Weg nach Hause.

Mary Ward wird 1946 in Suffolk geboren als Tochter eines im Krieg verwundeten und vom Krieg verstörten Bauern. Mary ist sich bereits mit 6 Jahren sicher, dass sie eigentlich ein Junge ist, der im falschen Körper zur Welt gekommen ist, ahnt aber auch, dass diese Erkenntnis für die meisten Menschen in ihrer Umgebung inakzeptabel ist.

Und so muss sie einen weiten Weg zurücklegen, von Suffolk über London bis nach Nashville, Tennessee – wohlwollend nur begleitet von ihrem Großvater und einem an Wiedergeburt glaubenden gutmütigen Nachbarn –, bis aus Mary wirklich Martin geworden ist, der anfängt, sich in seinem Körper zu Hause zu fühlen, und bis Estelle sie um Verzeihung bitten kann.

Rose Tremain lässt uns nicht nur an Mary Wards Leben teilnehmen, sondern ebenso intensiv und bewegend auch an dem ihres Großvaters und Walters, eines Country-Music liebenden unglücklichen Schlachters aus ihrem Heimatort Swaithey, dessen verschlungener Weg ihn nach Nashville führt, in die Hochburg der Country-Music, und der für Martin eine Zuflucht findet.

Dieses Buch bringt einen nicht nur zum Weinen, sondern mit der vielen englischen Autoren eigenen Schreibweise auch zum Lächeln, ist dabei fern von Kitsch oder Langeweile – einfach großartig!

→ Rose Tremain

**DIE VERWANDLUNG DER MARY WARD**  
Suhrkamp Verlag · 9,90 Euro

Der neue Krimi von Oliver Bottini, „Ein paar Tage Licht“ ist wieder genauso spannend gleichzeitig politisch aktuell wie sein voriges Buch „Der kalte Traum“. Es spielt größtenteils in Algerien, aber auch in Berlin, Brandenburg, Süddeutschland und Frankreich. Wie im „Kalten Traum“, in dem es um den jugoslawischen Bürgerkrieg ging, verlangt Bottini dem Leser wieder eine Menge Konzentration ab, um den Überblick über die vielen handelnden Personen zu behalten. Es gibt allerdings am Ende eine Karte und ein ausführliches Glossar, das man gar nicht genug loben kann: Sämtliche Begriffe werden

erklärt und alle Personen, sowohl die realen als auch die für den Plot ausgedachten, werden sorgfältig vorgestellt. So kann man der extrem spannenden Handlung folgen, ohne sich bisher mit der algerischen Geschichte befassen zu haben. Algier 1995, im sogenannten schwarzen Jahrzehnt, in der die Regierung auf brutale Weise gegen den islamistischen Terror kämpft; Tausende sterben.



2012 wird der Manager eines deutschen Rüstungskonzerns in Algerien entführt. Die Ermittlungen werden von der algerischen Regierung mit Billigung der deutschen Diplomatie sehr einseitig geführt, man geht von Islamisten als Täter aus. Nur ein BKA-Beamter in Algier ermittelt auf eigene Faust und stößt zusammen mit einem hohen Ministerialbeamten in Berlin auf einen Sumpf von Korruption im Umfeld der deutschen Rüstungsindustrie und Politik. Man merkt Bottini die gründliche Recherche an und ist beeindruckt,



→ Oliver Bottini **EIN PAAR TAGE LICHT**  
Dumont Verlag · 19,99 Euro

Für Bottinis BKA-Mann Ralf Eley endet sein Fall in Paris – von dort ist Kommissar Duval gerade an die Côte d'Azur gezogen und ermittelt bereits in seinem ersten Fall, bevor die Umzugskisten ausgepackt sind. Christine Cazon lässt in „Mörderische Côte d'Azur“ einen berühmten Regisseur zu Beginn des Filmfestivals in Cannes ermorden. Natürlich erregt dieser Mord allerhöchstes Aufsehen, das Festival ist in Gefahr, und die Journalisten stürzen sich auf diese Sensation.

„Mörderische Côte d'Azur“ erinnert natürlich an die bretonischen Krimis von Bannalec, und auch Kommissar Duval hat mich überzeugt! Die Mischung aus Lo-

kalkolorit und der speziellen Atmosphäre beim legendären Filmfestival und einem spannenden und keineswegs oberflächlichen Plot ist gelungen, finde ich, und macht Lust auf mehr – auf Urlaub in Frankreich und Bücher von Christine Cazon.

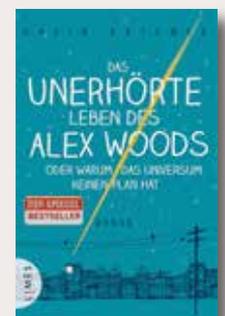
→ Christine Cazon  
**MÖRDERISCHE CÔTE D'AZUR**  
KiWi-Taschenbuch · 9,99 Euro

Gavin Extence, 1982 in England geboren, beherrscht ebenfalls die Kunst, eine eigentlich gar nicht lustige Geschichte humorvoll zu erzählen. „Das unerhörte Leben des Alex Woods oder Warum das Universum keinen Plan hat“ beginnt mit der chaotischen Szene, die das Ende der Geschichte ist. Der knapp 18-jährige Alex wird vom Zoll in Dover festgehalten. Im Handschuhfach seines Autos findet man ein ganzes Bündel Marihuana-Zigaretten und auf dem Beifahrersitz Mr. Peterson bzw. dessen Urne. Während er mit einem epileptischen Anfall kämpft, dreht Alex die Musik immer lauter.

Alex hat es im Leben ohnehin nicht ganz leicht. Seine exzentrische Mutter, die nicht einmal den Namen seines leiblichen Vaters kennt, gilt in dem kleinen englischen Städtchen als vollkommen verschoben. Ihm selbst fällt als Neunjährigem ein Stück eines Meteoriten auf den Kopf. Das macht ihn mit einem Schlag zu einer Berühmtheit, beschert ihm allerdings auch die Neigung zu epileptischen Anfällen sowie das Interesse an Neurologie und Astronomie.

Das macht ihn zum gedemütigten Außenseiter, bis er Mr. Peterson kennenlernt, einen amerikanischen Vietnamveteran, der sein Freund wird und seine Interessen um Philosophie und die Bücher des Freidenkers Kurt Vonnegut erweitert. Als bei Mr. Peterson eine unheilbare Krankheit diagnostiziert wird, beschließen die beiden einen Plan, der nur in der Schweiz ausgeführt werden kann, und für den Mr. Peterson auf Alex' Hilfe angewiesen ist...

Dieses Buch, das mir anfangs fast wie ein Jugendbuch vorkam, hat mich aufgerüttelt und bewegt wie schon lange



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

# Etwas Gutes, das bleibt



Was uns formt und wichtig ist – das ist oft Ergebnis unserer ganz persönlichen Lebensgeschichte. Historische Ereignisse oder Katastrophen hinterlassen Spuren. Schwere Zeiten oder Krankheiten prägen uns, genau wie besondere Begegnungen oder Momente, in denen das Glück auf unserer Seite ist. Was bleibt, wenn wir nicht mehr da sind? Teil 1

→ Initiative „Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum“  
Oranienstraße 185  
10999 Berlin  
Tel. (030) 2977 24 34

**B**is 2020 sollen in Deutschland 2,6 Billionen Euro an Vermögenswerten vererbt werden, eine kaum vorstellbare Zahl mit 12 Stellen. Die repräsentative GfK-Umfrage „Gemeinnütziges Vererben in Deutschland“ der Initiative „Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum“ zeigt jetzt: Bereits jeder zehnte Deutsche über 60 Jahre würde mit seinem Erbe auch einen guten Zweck unterstützen, bei Kinderlosen sogar jeder dritte. Wie das geht und dass man bereits mit kleineren Beträgen viel bewirken kann, wissen aber längst nicht alle.

## GROSSES POTENZIAL FÜR DAS GEMEINWOHL

Die Initiative „Mein Erbe tut Gutes“ bietet Rat und Orientierung. Denn in dem Wunsch, einen guten Zweck zu bedenken, liegt ein großes Potenzial für das Gemeinwohl: Viele Menschen möchten der Gesellschaft etwas zurückgeben. Und auf Seiten der potenziellen Erben wächst der Bedarf nach Orientierung ebenfalls. Auch die Angehörigen unterstützt das Engagement für die gute Sache. Fast die Hälfte der Befragten ab 50 Jahren, die ein Erbe

erwarten, heißt es gut, wenn der Erblasser auch einen guten Zweck bedenken würde. Die Akzeptanz steigt mit höherer Bildung, auch Familienstand und Kinderzahl haben Einfluss: Wer ledig ist und keine Kinder hat, begrüßt es häufiger. Gut ein Viertel der angehenden Erben wünscht sich mehr Informationen und Transparenz hinsichtlich der Nachlassgestaltung für den guten Zweck.

„Mein Erbe tut Gutes. Das Prinzip Apfelbaum“ ist eine übergreifende Initiative gemeinnütziger Organisationen in Deutschland. Das Spektrum reicht dabei von Ärzte ohne Grenzen über die Heinz Sielmann Stiftung bis zur Deutschen Welthungerhilfe und World Vision Deutschland. Die Erbschaftsinitiative agiert bundesweit und möchte auf die Möglichkeit hinweisen, gemeinnützige Organisationen im Testament zu bedenken. Mit dem Erbe einen guten Zweck unterstützen, die eigenen Werte über den Tod hinaus weitergeben und Bleibendes schaffen, das immer wieder Früchte trägt – das ist das „Prinzip Apfelbaum.“

## DIE BEWEGGRÜNDE SIND VIELFÄLTIG

Nicht jeder, der Gutes hinterlassen möchte, engagiert sich bereits zu Lebzeiten für eine gemeinnützige Organisation. Aber vielen liegen bestimmte Themen am Herzen, geprägt durch die eigene Lebens-Geschichte, durch schwere Zeiten oder Krankheiten, besondere Begegnungen oder Momen-

te des Glücks. Wer sich Zeit nimmt, um darüber nachzudenken, was im eigenen Leben wichtig war, wird fründig werden. Es sind nicht nur Schicksalsschläge, die die Menschen bewegen, ihr Erbe für einen guten Zweck einzusetzen. Die Motive sind vielfältig. Auch das offenbart die Umfrage der Initiative „Mein Erbe tut Gutes“. Wer mit seinem Erbe einen guten

*„Nun bin ich sicher, dass meine Ideale über viele Generationen fortbestehen.“*

*Roland Gingold, vermachte sein Vermögen der Welthungerhilfe*

Zweck verfolgt, möchte vor allem die eigenen Werte weitergeben oder der Gesellschaft etwas zurückgeben.

Ein Grund, der viele vom gemeinnützigem Vererben abhält, ist die Annahme, ihr Vermögen sei nicht groß genug, um damit etwas bewirken zu können. Diesen Vorbehalt möchte die Initiative „Mein Erbe tut Gutes“ auflösen. Anders als beispielsweise bei einer eigenen Stiftung kann man mit einem Testament auch bei kleinem Vermögen etwas von dem weitergeben, was einem im Leben wichtig war. Schon 1.000, 2.000 oder 5.000 Euro unterstützen die Arbeit gemeinnütziger Organisationen wirkungsvoll.

Der Staat würdigt gesellschaftliches Engagement, auch bei Testamenten und Schenkungen. Alle Organisationen, die das Finanzamt als gemeinnützig anerkennt, sind von der Erbschafts- und Schenkungssteuer befreit. Egal ob groß oder klein – der Nachlass kommt voll und ganz der guten Sache zugute. <<

### Beweggründe für gemeinnütziges Vererben



Ziegenjunges	äußerste Armut	finnischer Läufer (Paavo)	Sportler; Zocker	ein Tasteninstrument spielen	leichter Betrug (ugs.)	dt. Schriftsteller (Erich)	Monatsname	ungeschlechtl. Fortpflanzungszelle	Gebälkträger (Baukunst)	eine Zahl	sehr großer Mann
Hauptstadt von Tirol							Haarschutz			9	
Schlag, Streich (französisch)				reich an Substanz		10				Menschen	
					Merkzettel (Kurzwort)			einer der Erzeugel	weibliches Bühnenfach		
veraltet: Schauspielerin	zum Verzehr geeignet			Ungeziefer, Parasit		4	Spielfläche im Theater				steifes Sumpfgas
					Schreibart; Kunstrichtung			Holzflößung	Pastenbehälter		
sich sputen (sich ...)		Bargewinn		nur wenig	spanisch: Fräulein					student. Organisation (Abk.)	Almhirt
	8						Sinnesorgan	zum einen, zunächst einmal			
Anzeigenaufgeber	Schutzpatron der Jäger		französischer Weichkäse	semit. Stammesangehöriger						Himmelsrichtung	Lauffläche (Fuß, Schuh)
anrühige Gesellschaftsschicht						hayr. Benediktinerabtei	schwarzweißer Rabenvogel	ergreifen und festhalten			
				hellhaarig	Staatsoberhaupt, Monarch					Pökel Flüssigkeit	Gartengerät, Harke
römische Göttin der Morgenröte	Kühlmittel in der Medizin		3					Rauchfang, Schornstein	Ausbildungszeit (Beruf)		
				Meeressäugtier	Teil des Weserberglandes		Greifvogel an Gewässern		7		
klug und einseitig	Staat in Mitteleuropa	Sittlichkeit; Sittenlehre	ein Branntwein				Gebrauchsgegenstand	Zierpflanze, Liliengewächs		Fluss zur Mosel	ausgedehnt nach den Seiten
						11	Kronleuchter			vergnügt	
Sitz- und Liegemöbel		alter Schlager (engl.)					anhänglich, loyal			Rand eines Gewässers	
			kleine Kirche	rechter Nebenfluss der Donau				emsiges Insekt	stürzende Schneemasse		
amerikanischer Filmpreis	Inselstaat im südlichen Pazifik	vordringlich				eng bemessen				norddeutsch für Ried, Schilf	Vogelnest mit Eiern
	2			europ. Kultur-TV-Kanal		den Tatsachen entsprechend		emotional aufgewühlt			6
Trauerspiel von Goethe		abgegrenzter Teil des Gartens	Garten Eden						exotische Echse	Grill; Kamin-gitter	Kobold, Zwerg
				5	Schwur	süßes alkoholisches Getränk					Tierhöhle
Besitzer		Vater und Mutter					Abk. für Norddeutscher Rundfunk		tollen, lärmern (Kinder)		
						hager, mager				feinkörniges Stärkemehl	
dauern-des Nörgeln	Zensur				an jener Stelle			Kombination aus Rock und Jacke			

# Urbanes Rätsel

Das richtige Lösungswort lautet:

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

Wir verlosen 5 x 2 Senioren-Kinokarten

## Gigi, ein Klassiker bei Kaffee und Kuchen

»Ein Mädchen in Paris um 1900 soll zur Mätresse erzogen werden, bewegt aber trotz zögernden Einverständnisses durch seine Unverdorbenheit den reichen Bewerber zum Heiratsantrag. Auf vergnügliche Unterhaltung angelegte Neuverfilmung des Romans der Colette; das frivole Thema wird gemildert durch die beschwingte Musical-Form und das charmante Spiel von Leslie Caron.« (Lexikon des Internationalen Films)

Am Donnerstag, dem 21. August 2014, wird um 14 Uhr im Metropolis Kino der Film „Gigi“ von 1958 gezeigt.

Urbanes verlost unter den Einsendern des richtigen Lösungswortes fünf mal zwei Kinokarten inkl. Kaffee und Kuchen.

Schicken Sie eine Postkarte mit dem Lösungswort an urbanes c/o Art Works! Unterberg 15b, 21033 Hamburg. **Einsendeschluss 31. Juli 2014**





Romantisch: Die Tauberbrücke bei Tauberrettersheim, die 1733 nach einem Entwurf von Balthasar Neumann errichtet wurde.

[www.liebliches-taubertal.de](http://www.liebliches-taubertal.de)

Renaissancebau und Barockgarten – Schloss Weikersheim gilt als das schönste der hohenlohischen Schlösser.



Foto: Landesmedienzentrum Ba.-Wü.

# Einfach märchenhaft

Die Gegend entlang der Tauber atmet Geschichte und Kultur. Burgen, Schlösser, Klöster und Museen sind Zeugen einer reichen Vergangenheit. Mit dem Charme seiner typischen Landschaft bietet die Region Ruhe, viel Aktivität und Entspannung.

V O N Z O E H A G E N

**E**s ist eine Landschaft wie aus einem Märchen: ein liebliches Tal mit endlose Wiesen, erstrahlend im sanften Grün des Frühlings, zwitschernde Vögel, romantische Waldpfade, wie gemacht, um sich zu verlieren oder vielleicht doch zu finden.

Was so zauberhaft klingt, befindet sich mitten in Deutschland an der Grenze von Baden-Württemberg und Bayern, das Tal der Tauber. Diese entspringt am Westfuß der Frankenhöhe. Bevor sie bei Wertheim, 30 Kilometer westlich von Würzburg, in den Main mündet, schlängelt sie sich durch eine Landschaft voller Geschichte, Kultur und Sinnenfreuden.

## ENTDECKUNGSTOUR AUF ZWEI RÄDERN

Es ist kein Wunder, dass das Tal über die Jahrhunderte einen hohen Bekanntheitsgrad unter den Naturfreunden Deutschlands erlangt hat. Schon der Kulturhistoriker und Novelist Wilhelm Heinrich Riehl zeigte sich von dem Taubertal beeindruckt – und das im Jahre 1865. Auch heute noch ist die Gegend für Touristen äußerst

attraktiv. Dafür sorgen die zahlreichen Wander- und Radwege, wie zum Beispiel der äußerst beliebte „Klassiker“, der einzige Baden-Württembergische Radweg, der von dem Allgemeinen Deutschen Fahrradclub mit fünf Sternen bewertet worden ist. Er führt auf 100 Kilometern durch das Taubertal, beginnt in Bayern und endet in Baden-Württemberg. Dabei ist er in drei Etappen gegliedert, so dass die Strecke auch für Durchschnittsradler gut machbar ist.

Ausgangspunkt ist Rothenburg ob der Tauber, weltbekannt für seine gut erhaltene mittelalterliche Altstadt, mit begehbarer Stadtmauer und einer aus dem 12. Jahrhundert stammenden Burg. Sie ist nicht das einzige beeindruckende Gebäude, das es entlang des Radwegs zu bewundern gibt. Die nächsten Etappen enthalten unter anderem das Renaissance- und Barockschloss in Weikersheim und Burg Neuhaus. Dazu gibt es zahlreiche sehenswerte Kirchen, darunter die berühmte Barockkirche in Gerlachsheim. Diese ehemalige Klosterkirche aus dem 18. Jahrhundert, erbaut von Pater Sebal-

mus Appelmann, steht im Tal des Grünbachs und ist eines der Prachtstücke entlang der Radstrecke. Für Interessierte gibt es auch Führungen durch die Kirche, eine dreischiffige Basilika.

Ohnehin birgt das Taubertal eine beeindruckende Menge an Zeugen deutscher Geschichte. So schrieb besagter Wilhelm Heinrich Riehl: „Ein Gang durch's Taubertal ist wie ein Gang durch die

→ **Schloss und Schlossgarten Weikersheim**  
Marktplatz 11  
97990 Weikersheim  
[www.schloss-weikersheim.de](http://www.schloss-weikersheim.de)

Foto: Rothenburg Tourismus Service/A. Böttger



„Der Meistertrunk“ gehört mit seinem alljährlich stattfindenden historischen Festspiel zu den populärsten und sehenswertesten Volksschauspielen in Deutschland.



[www.liebliches-taubertal.de](http://www.liebliches-taubertal.de) | [www.weinland-taubertal.de](http://www.weinland-taubertal.de)

Die Bilderbuchromantik  
des Stadtbildes macht  
Rothenburg ob der  
Tauber zum Touristen-  
magnet.

→ **Kunstforum  
Matthäus**

Bei der Matthäus-  
kirche 6  
22301 Hamburg  
Tel. (040) 27 61 71  
Fax (040) 280 63 05  
[www.kunstforum-  
matthaeus.de](http://www.kunstforum-matthaeus.de)

→ **Studienfahrt  
Tauberfranken**

24. bis 30.6.2014  
7 Tage mit Bahn/Bus  
unter der Leitung von  
Dr. Michael Rüdiger

deutsche Geschichte“, und ganz so  
Unrecht hat er damit nicht. Bau-  
meister und andere Künstler aus  
Romanik, Gotik >> >> und Ba-  
rock hinterließen ihre Spuren, die  
allesamt entlang des Radweges zu  
besichtigen sind. In Dorfkirchen  
begegnen man hier Kunstwerken  
aus dem Mittelalter, die jedem  
Museum der Welt zur Zierde rei-  
chen würden.

„Entlang der Tauber gibt es so  
viele interessante und vielfach ein-  
zigartige Sachen“, schwärmt Mi-  
chael Rüdiger, Geschäftsführer  
des Kunstforums Matthäus. Er ist  
promovierter Kunsthistoriker und  
nicht von ungefähr im Team der  
Spezialist für die Region. Er stammt  
aus Würzburg. „Und da ist Tilman  
Riemenschneider sozusagen meine  
Leib- und Magenspeise“, erzähl-  
t er. „Wenn man seine besten  
und schönsten Altäre sehen will,  
dann muss man ins Taubertal fah-  
ren.“ In der letzten Juniwoche ver-  
anstaltet das Kunstforum unter  
seiner Leitung eine Reise nach Tau-  
berfranken.

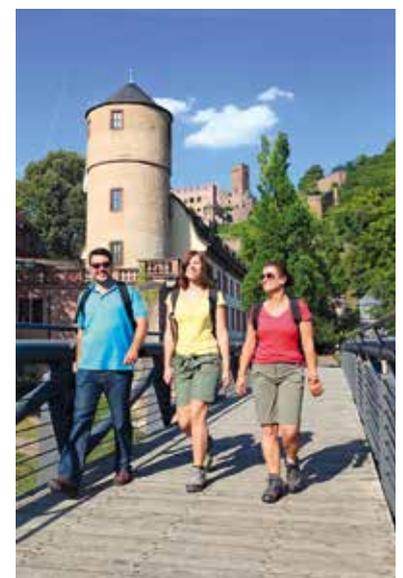
Zu den vielen historischen Schät-  
zen, die es links und rechts der  
Tauber zu entdecken gibt, gehö-  
ren zum Beispiel geheimnisvolle  
romanische Kirchen mit achtecki-  
gem Grundriss. Über ihren Ur-  
sprung sind sich Kunsthistoriker  
noch nicht einig. Die meisten von  
ihnen sind der Ansicht, dass sie  
von Kreuzfahrern aus dem Land-  
adel als Dank für die unversehrte  
Rückkehr gestiftet wurden. An-  
dere sind überzeugt, dass es sich  
um Kirchen des Templerordens  
handelt.

**SCHATZKAMMER  
TAUBERFRANKEN**

Auch das 1151 gegründete Kloster  
Bronnbach zum Beispiel, wenige  
Kilometer vor der Mündung der  
Tauber in den Main gelegen, ist ein  
Abstecher wert. Die Anlage gilt  
als typisches Beispiel für ein  
Zisterzienserkloster. Seine lange  
Geschichte hat ein reiches Erbe  
hinterlassen: etwa die romanische  
Kirche mit barocken Altären und

Chorgestühl und den gotischen  
Kreuzgang. Sehenswert sind auch  
der Bernhard- und Josephaal mit  
ihrer barocken Ausstattung.

Auch zu Fuß kommt man auf  
seine Kosten. Das Taubertal be-  
herbergt einige der bekanntesten  
Wander- und Pilgerwege, wie bei-  
spielsweise den weltbekannten und  
beliebten Jakobsweg. Wandern,





Die Zisterzienserabtei Bronnbach liegt direkt an der Tauber.



Bad Mergentheim ist Kurstadt und renommierter Weinort.

**das heißt nichts als Ruhe und Natur, Entspannung und Erholung.**

**Einen Moment lang im Einklang mit sich selbst sein, den Trubel des Alltags vergessen und im Hier und Jetzt genießen. Kein Wunder also, dass auch die Städte entlang der Tauber Ruhe und Behaglichkeit ihrer Umgebung ausstrahlen. Von der Hektik und dem Stress unse-**

**rer Tage keine Spur, stattdessen gutes Essen und Gastfreundschaft, zu der hier auch stets eine guter Tropfen gehört. Und zwar nicht einfach irgendeiner, sondern ein Glas des altgeschätzten Taubertaler Weines.**

**Die gesamte Tauber entlang erstrecken sich die Weinberge, aus deren Reben dieser Wein seit mehr**



### Der Marienaltar

Tilman Riemenschneider, bekannt für seine Holzschnitzereien, schuf den dreistufigen Marienaltar um 1500 herum, der in der Herrgottskirche in Creglingen zu bewundern ist.

Alljährlich am 25. August fällt durch die Westrosette das Licht so auf den Mittelteil des Altars, dass der Betrachter die dargestellte Himmelfahrt der Maria mit eigenen Augen nachvollziehen kann. Bei natürlichem Lichteinfall erscheinen die Figuren in neuen Schattenwürfen und mit ganz besonderer Tiefenwirkung.

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



Gewinnen Sie 3 Übernachtungen für zwei Personen im Hotel Bundschu

urbanes-Gewinn-Aktion:

## Aktiver Erholungsurlaub im Lieblichen Taubertal

Unter den urbanes-Lesern verlosen wir drei Übernachtungen im familiengeführten Ringhotel Bundschu in Bad Mergentheim für zwei Personen im Wert von 250 Euro. Reisezeitraum ist August bis Dezember 2014. Das Bad Mergentheimer Ringhotel Bundschu ist der ideale Ort für Ihren aktiven Erholungsurlaub. Urlauber schätzen die kurzen Wege zum Park und zur historischen



Altstadt. Aktiv sein fällt hier nicht schwer. Die Geschichte der Stadt Bad Mergentheim, sowie Kunst- und Kulturschätze im Lieblichen Taubertal laden dazu ein, entdeckt zu werden – zu Fuß, mit dem Rad oder mit dem PKW. Zum Ausruhen und Erholen finden Sie im neu gestalteten Wellnessbereich des Hotels den richtigen Platz. Ein Soledampfbad, eine finnische Sauna und eine Biosauna stehen hierfür zur Verfügung.

Am Abend beginnen Sie mit dem Genuss des „aktiven Genießer-Urlaubs“. Das Restaurant überzeugt durch erstklassigen Service. In der Küche werden, je nach Saison, frische Produkte aus Hohenlohe und Franken, aber auch von internationalen Märkten verarbeitet. Abgerundet wird das leckere Menü durch edle Tropfen aus den Weinkellern der angrenzenden Weinbauregionen Württemberg, Baden und Franken. Das Hotel Bundschu verfügt über 60 modern und unterschiedlich ausgestattete Zimmer. <<

### Und so können Sie gewinnen\*:

Beantworten Sie die Frage „Wie heißt die höchste Kirche in Rothenburg ob der Tauber?“ Schreiben Sie die Lösung einfach auf eine Postkarte und senden Sie sie an URBANES c/o Art Works!, Unterberg 15b, 21033 Hamburg. **Einsendeschluß ist der 31. Juli 2014.**

→ **Ringhotel Bundschu**  
**Milchlingstraße 24 · 97980 Bad Mergentheim**  
**Telefon (07931) 93 30 · Fax (07931) 93 3633**  
**info@hotel-bundschu.de · www.hotel-bundschu.de**

\* Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

als 1.000 Jahren gewonnen wird und die ihm seinen unverkennbaren Geschmack geben. Aber auch Freunde des deftigeren Genusses bleiben nicht unerhört. So gibt es die mit Taubergerste gebrauten Biere, allerlei Grünkern-Gerichte, sowie Fleisch und >>> auch Fisch. Vor allem die Tauberforelle ist empfehlenswert. Der Fisch selbst stammt naheliegend aus dem klaren Fluss und ist in seiner Frische ein wahrer Genuss.

bertal in ihren Bildern verewigten. Zu den bekanntesten dürfte das 1902 entstandene Gemälde „Alte Stadt II“ von Wassily Kandinsky gehören, das dieser nach einem Besuch in Rothenburg ob der Tauber malte und das heute im Centre Pompidou in Paris hängt. Aus norddeutscher Sicht interessant sind die Bilder von Otto Modersohn im Grafenschaftsmuseum Wertheim, der in den 20er Jahren mehrfach hierher in die Sommerfrische fuhr.

Der unerhörte kulturelle Reichtum des Grenzgebietes zwischen Baden-Württemberg und Bayern wurzelt im früheren Nebeneinander kirchlicher und weltlicher Kleinstaaten. Im Weinrecht ist sie heute noch Realität, denn die Anbauggebiete entlang der Tauber zählen zu Baden, Württemberg und Franken.

→ **Grafenschaftsmuseum Wertheim**  
Rathausgasse 6-10  
97877 Wertheim  
Tel. (09342) 301 511  
www.grafschafts-museum.de

**DAS TAUBERTAL ZIEHT KÜNSTLER IN SEINEN BANN**

Seit Jahrhunderten schon zieht das Taubertal mit seinem reizvollen Landschaftsbild Schriftsteller und Künstler aus aller Welt an. So gibt es eine beträchtliche Zahl prominenter Künstler, die das Tau-

Die Kulturlandschaft Taubertal ist auch heute sehr lebendig mit Ausstellungen, Konzerten, Theater und Märkten. Der Veranstaltungskalender ist das ganze Jahr über gut gefüllt. Traditionen wurden zwischen Rothenburg ob der Tauber und Freudenberg am Main schon immer gepflegt.

Im Sommer und Frühling locken traditionelle Brauchtümer und Tradition wie das Maibaumaufstellen, das Sonnenwendenfeuer, sowie allerlei Krämerfeste, Pferd Märkte und Weinlesen. Und im Winter die berühmten Weihnachtsmärkte, die wegen der romantischen Altstädte ein beliebtes Ziel sind.

Wer Entspannung sucht, der findet sie hier, entlang der Tauber. ~~Gotlandsgebirge Radroute Wurg~~ ob der Tauber bis zur Mündung in Wertheim. Das Fahrrad ist ideal, um Landschaft, Kultur und Menschen zu erleben.

[www.liebliches-taubertal.de](http://www.liebliches-taubertal.de) | [www.weinland-taubertal.de](http://www.weinland-taubertal.de)

Anzeige

## kunstforum matthäus

WINTERHÜDER ABENDVORTRÄGE

# Städtebilder des Nordens

- DIENSTAG, 10. JUNI 2014 | 19 UHR  
**Riga**
- DIENSTAG, 24. JUNI 2014 | 19 UHR  
**Danzig**
- DIENSTAG, 8. JULI 2014 | 19 UHR  
**Visby auf Gotland**

Bildungshungrig?  
Freude an Kunst?  
Dann besuchen Sie  
unsere Vorträge.  
> Eintritt frei!

**Seminare · Tagesfahrten**  
**Vorträge · Studienreisen**

Programm kostenlos anfordern:  
Bei der Matthäuskirche 6  
22301 Hamburg  
Telefon (040) 27 61 71  
info@kunstforum-matthaeus.de  
www.kunstforum-matthaeus.de

## kunstforum matthäus



Foto: Tourismusverband „Liebliches Taubertal“/P.Frischmuth



# Steingewordene Romantik

**D**as Städtchen Rothenburg ob der Tauber zählt gerade einmal 11.000 Einwohner – und darf sich damit rühmen, die wohl bekannteste Kleinstadt Deutschlands zu sein. Besucher aus aller Welt tauchen Jahr für Jahr ein in das mittelalterliche Idyll, entdecken Schritt für Schritt Romantik und begeben sich in den engen Gassen auf die Spur lebendiger Geschichte.

## ZEUGEN DER VERGANGENHEIT

Türmchen, Erker und liebevoll restaurierte Fachwerkhäuser, aber auch prächtige Fassaden prägen das Rothenburger Stadtbild und laden in der Altstadt zum Spaziergang durch vergangene Zeiten ein. Dem Atem des Mittelalters kann sich hier auch an viel besuchten Tagen kein Gast entziehen: die gotische St.-Jakobs-Kirche mit Riemenschneiders Heilig-Blut-Altar, das Rathaus, die Befestigungsanlagen mit ihrem Wehrgang und der alte Burggarten. Empfehlenswert aber ist es, nicht nur die großen Attraktionen zu erkunden, sondern bei einem Spaziergang auch durch kleine Gässchen zu schlendern und an jeder Ecke neue Zeugen der Vergangenheit zu entdecken als Spiegel des Alltags der einfachen Leute im Mittelalter. Von der komplett erhaltenen und teilweise begehbaren Stadtmauer aus eröffnet sich Besuchern

ein wunderbarer Ausblick über die geschützte Altstadt.

Dabei liegt der spannende Reiz von Rothenburg gerade im Wechselspiel von Alt und Neu: Beim Spaziergang vorbei an Toren, Türmen und mächtigen Mauern, an Renaissancefassaden und verwunschenen Winkeln fühlen sich Besucher zurückversetzt in frühere Zeiten. Gebäude, Kirchen und Plätze, Parks und Gärten sowie Museen laden zu Erkundungstouren ein.

Weinberge, sanfte Hügel und die malerische Landschaft des Taubertals am Rande des Naturparks Frankenhöhe tragen dazu bei, eine Auszeit von der ruhelosen Gegenwart zu nehmen. Gleichzeitig ist Rothenburg heute geprägt durch Internationalität, Weltoffenheit und dem modernen Komfort einer touristischen Stadt. Künstler lieben sich

über die Jahrhunderte von Rothenburg inspirieren – das hat sich bis heute nicht geändert.

Einen festen Platz im Jahreskalender nehmen Traditionsveranstaltungen ein wie das historische Festspiel „Der Meistertrunk“ und der historische Schäfertanz, die Hans-Sachs-Spiele und die Reichstadt-Festtage. Mit dem erst 2008 eröffneten Toppler-Theater im idyllischen Nordhof des Reichstadtmuseums wird das Schauspielangebot um ein kleines, feines Profi-Freilichttheater ergänzt. Darüber hinaus hat Rothenburg kulturell viel zu bieten – von Veranstaltungen in der Korn-Kulturhalle über eine anspruchsvolle kirchenmusikalische Konzertreihe und junge Musik beim Taubertal-Festival bis hin zu den Angeboten des örtlichen Kulturforums. Mit einer lebendigen Kunstszene

→ Festspiel „Der Meistertrunk“  
Pfungsten, 6. Juni bis 9. Juni 2014 in Rothenburg  
[www.meistertrunk.de](http://www.meistertrunk.de)

→ Rothenburg Tourismus Service  
Marktplatz 2  
91541 Rothenburg ob der Tauber  
Tel. (09861) 404-800  
[www.tourismus.rothenburg.de](http://www.tourismus.rothenburg.de)

[www.tourismus.rothenburg.de](http://www.tourismus.rothenburg.de) | [www.schafertanzrothenburg.de](http://www.schafertanzrothenburg.de)



Stolz erheben sich die schmalen Fenster und hohen Türme der Kirche St. Jakob in Richtung Himmel. Bis heute überragt die bedeutendste Kirche Rothenburgs die Stadt.

# „Davon werden wir noch lange zehren“

Für den, der sich nur noch im Rollstuhl oder mit dem Rollator bewegen kann, schrumpft der Aktionsradius schnell auf ein sehr überschaubares Maß. Nicht so in der Residenz am Wiesenkamp in Hamburg-Volksdorf. Hier organisiert Pflegedienstleiterin Karina Arlt und ihr Team mit viel Engagement und Verve regelmäßige Exkursionen.

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

**D**ie Welt wird besonders für Menschen in der stationären Pflege recht klein; ohne fremde Hilfe können sie ihr unmittelbares Umfeld kaum noch verlassen. Eine Tour zu Hagenbecks Tierpark ist schon mit erheblichem Aufwand verbunden, eine mehrtägige Reise kommt einer Weltreise gleich. Jeder Ausflug ist ein Kraftakt für Bewohner und Betreuer. „Zwischen März und Dezember machen wir vier Ausflüge pro

Monat“, sagt Pflegedienstleiterin Karina Arlt. „Dabei tragen wir immer den unterschiedlichen Möglichkeiten Rechnung – mobilere Bewohner nehmen an Ausflügen teil, die bis zu sieben Stunden dauern können. Schwächere und Rollstuhlfahrer sind meist nach zwei bis drei Stunden erschöpft. Entsprechend passen wir auch das Programm an.“ Dieses koordiniert sie mit den einzelnen Stationen des Hauses.

Die Ideen für die Ausflüge werden aus vielen Quellen gespeist: Bewohner äußern Wünsche, Mitarbeiter reflektieren über Möglichkeiten, Angehörige geben Tipps, in den Zeitungen finden sich Anregungen. Und ehe man sich versieht, steht ein ganzes Jahres-Ausflugsprogramm.

„Ich möchte gern mal wieder Wasser anfassen“, sagte eine 82-jährige Bewohnerin und gab damit den Anstoß für eine Syltreise,



### Tagesausflüge in die Hamburger City oder Kurzurlaube sind bei den Bewohnern äußerst beliebt.

die sieben Damen der Residenz am Wiesenkamp ein unvergessliches Erlebnis bescherte. „Wir hatten ein volles Programm, viel Spaß, haben uns gut erholt und des Lebens gefreut!“ so eine Sylt-Fahrerin. „Davon werden wir noch lange zehren!“

Was den einen Freude macht, bedeutet für die anderen viel Arbeit. „Solch ein viertägiger Ausflug hat ein halbes Jahr Vorlauf: Die Reise muss geplant, gebucht, organisiert werden. Dann wird geguckt, wer fit genug ist, teilzunehmen“, sagt Karina Arlt. „Und während der Reise benötigen die Damen eine 1-zu-1-Betreuung von Pflegepersonal und Angehörigen.“ Doch mit einem Augenzwinkern fügt sie hinzu: „Wir fahren als Betreuer immer gern mit, denn auch für uns ist solch ein Ausflug ein bisschen wie Urlaub. Und nach der Syltreise wollte die gesamte Truppe am nächsten Wochenende am liebsten gleich wieder hin.“

### AUSFLUG AUF DEN WOCHENMARKT

Im September dieses Jahres steht eine mehrtägige Reise zur Mecklenburger Seenplatte auf dem Programm. Die Vorbereitungen laufen schon auf Hochtouren, denn viele Details wollen bedacht und organisiert sein. Abgesehen von diesen Kurzurlaube veranstaltet das Haus auch Tagesausflüge, die regelrechte Dauerbrenner sind. Sehr beliebt sind Alster- und Fleetfahrten oder Touren durch die Hafencity. Auch Einkaufsbummel auf dem Volksdorfer oder Wandsbeker Markt erfreuen sich immer großen Zuspruchs. „Mal wieder Blumen kaufen, Obst und Gemüse aussuchen, Käse riechen – das ist ein absoluter Sinnesgenuss!“ freut sich Ilse Petersen\*.



Auch der alljährliche Besuch des Weihnachtsmarktes ist ein echtes Highlight. Da werden so viele Erinnerungen wach, dass auch schon mal vor Rührung die Tränen fließen. „Das Schöne an diesen Ausflügen ist, dass sich die Teilnehmer so unglaublich lebendig fühlen und Lebensfreude und Dankbarkeit ausstrahlen“, sagt Arlt. „Dies springt wieder auf uns Betreuer über und gibt uns Wertschätzung für viele Dinge, die andere meist als selbstverständlich erachten.“

Wer meint, mit Rollator oder Rollstuhl ließe sich nicht mehr kräftig feiern, der irrt. Den Gegenbeweis liefern die Bewohner bei vielen Anlässen. Da wird geschunkelt und gesungen... so sehr, dass Angehörige mitunter ganz überwältigt sind. „Ich wusste gar nicht, dass meine Mutter noch so viele Lieder kennt“, wunderte sich die Tochter einer Demenzkranken. Auch dies ist ein Grund, warum die Ausflüge und Feiern so wichtig sind: Sie rütteln Erinnerungen und Fähigkeiten wach, die sonst kaum noch ans Tageslicht kommen.

Die Organisation und Durchführung ist ein ziemlicher Aufwand bei einem Haus dieser Größe. Immerhin zählt die Residenz am Wiesenkamp, eine Einrichtung des Albertinen-Diakoniewerks, 195 Wohnungen im Service-Wohnen und 95 Pflegeplätze. Hinter diesen Zahlen stehen Menschen, deren individuellen Bedürfnissen und Ansprüchen die Residenz in jeder Hinsicht gerecht zu werden sucht. Zuwendung und Menschlichkeit sind der Schlüssel für das Miteinander. Hier helfen die Mitarbeiter

den Bewohnern ein wenig auf die Sprünge. Bei der Sitzgruppierung im Speiseraum wird versucht, Menschen zusammenzuführen, die zueinander passen. Auch das monatliche Veranstaltungsprogramm ist darauf ausgerichtet, Gleichgesinnte zusammenzubringen und die Gemeinschaft zu fördern. An einem typischen Montag werden beispielsweise Wassergymnastik, Porzellanmalerei, Gedächtnistraining, Nähstube, Gymnastik- und Kreativgruppe, Bridgespielen, Musiktherapie, „Bleib Aktiv“ angeboten – da sollte sich doch für jeden Geschmack etwas finden!

### DAS LEBEN LEBENSWERT GESTALTEN

Das Ambiente der Residenz ist so gestaltet, dass man sich hier zuhause fühlen kann: Die modernen, ansprechenden Gebäude sind eingebettet in eines der schönsten Walddörfer Hamburgs. Ruhig, doch zentral gelegen, der Volksdorfer Markt und die U-Bahn gleich um die Ecke. Der Eingang mit Foyer und Rezeption ist hell und freundlich. Davon ab gehen ein großzügiges Restaurant, ein kleiner Kiosk, Friseur und zwei Bibliotheken.

„Wir möchten den Menschen, die bei uns leben, so viel Lebensqualität wie möglich bieten“, sagt Arlt. „Sei es mit den Ausflügen oder anderen Aktivitäten und dem fürsorglichen Miteinander. Alles was das Leben lebenswert und schön macht ist hier willkommen und trägt zu dem guten Grundgefühl unseres Hauses bei.“ <<



## Die Residenz am Wiesenkamp

- Betreutes Wohnen in 191 Appartements (38 qm-85 qm, 1- bis 3-Zimmer) mit Küchenzeile, Balkon sowie Abstellraum im Keller
- 26 Appartements und 66 Einzelzimmer mit Stationärer Pflege
- Großzügiger Garten, Haustiere sind erlaubt
- Hauseigener ambulanter Dienst und eine Therapie-Abteilung
- Seelsorge und Gottesdienste
- Café, Bewegungsbad, Sauna, Minimarkt, Frisör, Pediküre und weitere Service-Einrichtungen sind im Haus vorhanden

→ **Residenz am Wiesenkamp** · Wiesenkamp 16 · 22359 Hamburg · Telefon (040) 64416-0  
Mehr Informationen unter [www.residenz-wiesenkamp.de](http://www.residenz-wiesenkamp.de)

### Hagenbecks Tierpark für Jung und Alt

Seit über 100 Jahren begeistert die 25 Hektar große Parkanlage in Stellingen Besucher jeden Alters. Entdeckt werden können mehr als 1.850 Tiere aller Kontinente. Bei Schauvorführungen Spannendes über die Tiere lernen oder einmal selbst einen Elefanten füttern. <<

→ [www.hagenbeck.de](http://www.hagenbeck.de)



Foto: Uwe Wilkens

Im Nahverkehr kommt man ganz schön weit. Das HVV-Netz reicht weit über die Grenzen Hamburgs hinaus.

# Ausflüge in und um Hamburg

## Vor den Toren der Stadt in Bad Bramstedt

Foto: www.image-foto.de



Die Kur- und Rolandstadt Bad Bramstedt ist in eine reizvolle Auenlandschaft eingebettet. Tun Sie sich etwas Gutes und fahren Fahrrad, „wandern“ mit dem Kanu oder gehen gemütlich spazieren, um auf Erkundungstour zu gehen – während Ihres Beauty- oder Wellness-Aufenthaltes. Der Ursprung des Kurwesens liegt im Gesundbrunnen, einer Heilquelle im Osterautal, die man bis heute besuchen kann. <<

→ [www.bad-bramstedt.de](http://www.bad-bramstedt.de)



## Willkommen in Stade

Setzen Sie sich einfach in die S3 und steigen Sie in einer anderen Welt wieder aus. Für stressgeplagte Großstädter ist Stade das reinste Beruhigungsmittel. Wo früher Hanseschiffe entladen wurden, finden Sie heute einladende Cafés direkt am Wasser. Gleich nebenan verlocken kleine Läden in den alten Fachwerkhäusern der Altstadtgassen zum Bummeln. Und wenn man sich auf die Spuren alter Zeit begeben möchte, ist ein Besuch des Schwedenspeichers unumgänglich. Hier wird Stades Stadtgeschichte und Archäologie sehr anschaulich dargestellt. <<

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



## Freilichtmuseum am Kiekeberg

Geschichte wird lebendig. Auf dem zwölf Hektar großen Gelände stehen historische Gebäude, in denen anschaulich gezeigt wird, wie in der Zeit von 1600 bis 1950 in der Lüneburger Heide und in der Winsener Marsch gelebt wurde. Sollte das Wetter einmal nicht so mitspielen, besuchen Sie das Agrarium. Dort wird gezeigt, wie Lebensmittel heute hergestellt werden und wie es früher war, mit vielen Mitmachstationen für jedes Alter. <<

→ [www.kiekeberg-museum.de](http://www.kiekeberg-museum.de)



## Die Stadt der Karl-May-Spiele – Bad Segeberg

Knallende Colts, galoppierende Rothäute, große Explosionen und packende Zweikämpfe, das alles gibt es bei den Karl-May-Spielen. Direkt neben dem schönen Freilichttheater liegt das Indian Village, hier gibt es unter anderem eine Ausstellung über das Leben der Ureinwohner Amerikas und Sie können einen Blick hinter die Kulissen werfen. Mit einem Westernzug können Sie auf Erkundungstour durch die Altstadt von Bad Segeberg fahren. In den Kalkberghöhlen erwacht unterdessen in der Dunkelheit eine andere Welt – die Welt der Fledermäuse. Das Noctalis am Kalkberg verdeutlicht diese Welt. <<

→ [www.karl-may-spiele.de](http://www.karl-may-spiele.de)



Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinnen Sie  
2 Eintrittskarten für  
„Unter Geiern“  
27.6. bis 7.9.2014

Wenn Sie zwei Eintrittskarten für die diesjährige Vorstellung gewinnen möchten, schicken Sie eine E-Mail an [kontakt@urbanes.de](mailto:kontakt@urbanes.de) mit dem Stichwort „Unter Geiern“. Unter den Einsendern verlosen wir zwei Karten. Einsendeschluß ist der 30. Juni 2014.

## Schnellbahn-/Regionalverkehr Rapid Transit/Regional Rail

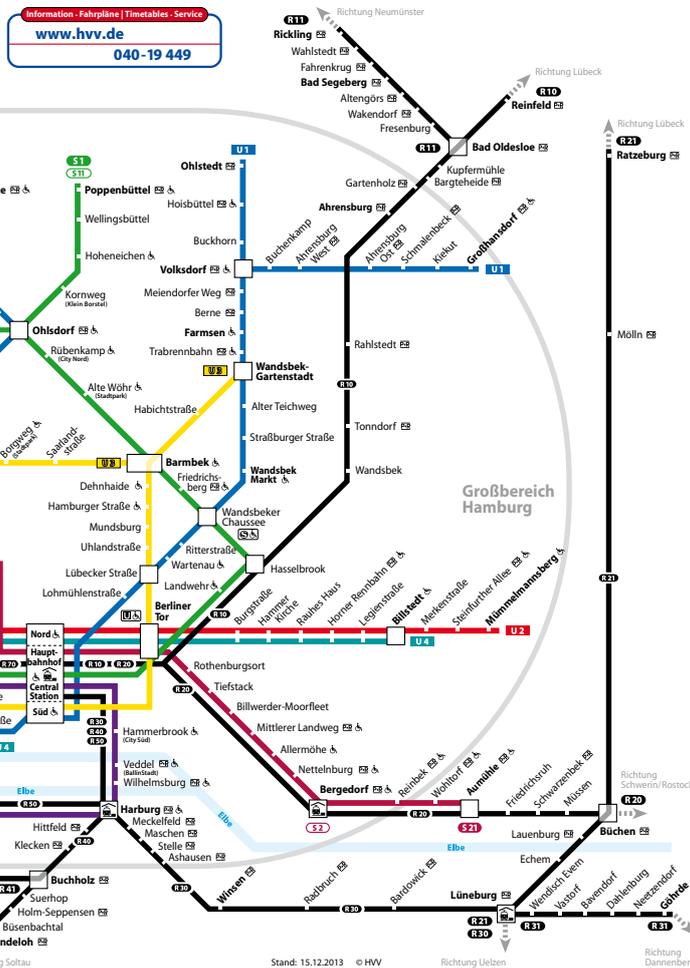


Foto: Kurverwaltung

## Auf Till Eulenspiegels Spuren

Einsteigen in die Regionalbahn und aussteigen in der Eulenspiegel-Stadt Mölln. Auf den Spuren von Till Eulenspiegel können auch die Sehenswürdigkeiten der Altstadt entdeckt werden, vom Alten Rathaus über die vielen gut erhaltenen Fach- und Bachsteinhäuser, wie den Hauptmannshof. Ein beliebtes Ausflugsziel in Mölln ist der Wildpark, gerade einmal in einer Viertelstunde zu Fuß vom Stadtzentrum aus erreichbar. Hier können heimische Tiere beobachtet werden, die in der freien Wildbahn nur selten auszumachen sind. <<

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

## Das Ahrensburger Schloss

Seit über 400 Jahren prägt das Schloss das Bild der Stadt und verbindet als Ahrensburger Wahrzeichen Vergangenheit und Gegenwart. Im Museum wird das historische Erbe gezeigt und bewahrt. Große Feste und Veranstaltungen prägen das moderne kulturelle Leben in Ahrensburg. <<

→ [www.schloss-ahrensburg.de](http://www.schloss-ahrensburg.de)



Foto: Maiks\_Jens\_Koenig

## Schmetterlinge in Friedrichsruh

Bei einem Spaziergang jenseits der östlichen Stadtgrenze kann man ganz ausgezeichnet die Seele baumeln lassen, in Deutschlands ältestem Schmetterlingsgarten in Friedrichsruh. Gelegen im schönen Sachsenwald, eingebettet in Natur, Kultur und Geschichte, fliegen seit nunmehr 25 Jahren die Schmetterlinge der Fürstin Elisabeth von Bismarck. Im Tropenhaus können die farbenprächtigsten Falter von allen Kontinenten beobachtet werden. Nach dem Tropenhaus bietet sich ein Spaziergang durch das Außengelände an. <<



Foto: mirekijewski - Fotolia.com

→ [www.garten-der-schmetterlinge.de](http://www.garten-der-schmetterlinge.de)



FACHGRUPPE „WOHNEN IM ALTER“

# Mehr Wohnvielfalt im Alter

Unsere Lebenserwartung steigt – aber sind auch unsere Wohnungen darauf eingerichtet? Wie sehen die Alternativen aus? Die Seniorenvertretung untersucht die neuen Wohn- und Pflegeformen und möchte mehr Orientierung geben.

quartier liegt, um die sozialen Kontakte aufrechtzuerhalten. Der Landes-Seniorenbeirat beschäftigt sich sehr intensiv mit diesen Fragen, möchte über die Alternativen aufklären und Anregungen geben. Die Fachgruppe „Wohnen im Alter“ plant eine Info-schrift, in der die unterschiedlichen Wohn- und Pflegemodelle vorgestellt und entsprechende Beratungsstellen genannt werden.

## NEUE WOHNMODELLE

Bei den verschiedenen Wohnformen für Menschen mit Pflege- und Betreuungbedarf setzt man – in Hamburg gesetzlich verankert – auf Wohngruppen mit maximal bis zu zwölf Personen. Sie leben in persönlich eingerichteten Einzelzimmern und wohnlichen Gemeinschaftsräumen. Kennzeichnend für die neuen Wohnmodelle ist das Miteinander in der überschaubaren Gruppe. Die bereits über 50 Wohn-Pflege-Gemeinschaften bieten einen Mix aus Service, Alltagsbegleitung und Pflege, wenn nötig rund um die Uhr. Im Stadtteil

integrierte Wohnhäuser wiederum bieten eine eigene Wohnung und halten dazu bei Bedarf Pflege- und Versorgungsleistungen vor.

Auf zunehmendes Interesse bei aktiven Seniorinnen und Senioren stoßen selbstorganisierte Wohngemeinschaften und auch Mehrgenerationenhäuser. Man hilft sich gegenseitig und holt, wenn erforderlich, professionelle Dienstleister hinzu.

## GROSSE VIELFALT

Ein qualitativ unterschiedliches Angebot offerieren die Service-Wohnanlagen mit einem eigenen Wohnappartement. Neben dem Notruf kann man den Mittagstisch wahrnehmen, Haushaltshilfe hinzubuchen und ambulante Pflege erhalten. In einigen Anlagen gibt es auch Pflegezimmer, in die man notfalls wechseln kann. – Generell bedarf es mehr Transparenz und Wissen über die große Vielfalt an Wohnformen für Ältere – eine Aufgabe, die die Seniorenvertretung nun anpackt. <<

**S**elbstständiges Leben zu Hause bis ins hohe Alter ist ein ausgeprägter Wunsch der meisten älteren Menschen. Doch sind die eigene Wohnung und das vertraute Wohnumfeld auch altersgerecht und barrierefrei erreichbar? Ist es besser, rechtzeitig umzuziehen, um bei Pflegebedürftigkeit gut versorgt zu sein? Auf diese Fragen hat mittlerweile auch der Gesetzgeber reagiert. Es sind für die unterschiedlichen Bedürfnisse von Älteren eine Reihe neuer Wohnformen entstanden, die Begleitung und Pflegeangebote umfassen.

Vielen Älteren und ihren Angehörigen sind diese Alternativen nicht bekannt. Dabei wäre es wichtig, sich nach einer Wohnform umzuschauen, die zum eigenen Lebensstil passt und möglichst im gewohnten Wohn-

## INFORMATIONEN UND UNTERHALTUNG

### Harburger Seniorentage

Der Bezirks-Seniorenbeirat Harburg lädt zu Seniorentagen ins Einkaufszentrum Harburg-Arcaden (Nähe S-Bahnhof Harburg Rathaus) ein: Am 15. und 16. Mai ist er von 9.30 bis 17 Uhr präsent, berät und bietet Vorlesungen und Gesang. Am 15. Mai ist auch die AG „Allianz für Demenz“ von Pastorin Holst, in der der BSB mitarbeitet, vor Ort und führt eine Podiumsdiskussion durch. Eine Demenzdolmetscherin kann befragt werden. Am 16. Mai ist die Islamische Gemeinde in Harburg, Knoopstraße, mit dabei. <<

**EKZ Harburg-Arcaden**  
15. & 16. Mai

# Alt werden in der neuen Heimat

Der Anteil der Menschen mit Migrationshintergrund an der Altersgruppe 60+ in Hamburg wird künftig stark zunehmen. Der LSB greift deren besondere Situation auf.

In den Seniorenvertretungen auf Landesebene und in den Bezirken engagieren sich verstärkt ältere Mitbürger mit Migrationshintergrund. Auf Grundlage des Seniorenmitwirkungsgesetzes arbeiten in jedem Beirat mindestens eine Seniorin und ein Senior mit Migrationshintergrund mit. Einen Runden Tisch der betreffenden 16 Mitglieder der Beiräte hat Hüseyin Yilmaz vom LSB-Vorstand ins Leben gerufen. Erstmals traf sich die Gruppe im Februar, tauschte sich aus und wird sich regelmäßig treffen. Yilmaz leitet auch die LSB-Fachgruppe „Migration und Alter“, die sich vor allem um den spezifischen Unterstützungsbedarf der älteren Zugewanderten kümmert.

## VON ALTERSARMUT BEDROHT

Als heterogene Bevölkerungsgruppe haben sie ganz unterschiedliche geografische und ethnische Wurzeln und kulturelle Traditionen. Die größten Gruppen bilden die Einwanderer aus Südeuropa und der Türkei, früher „Gastarbeiter“ genannt, und die (Spät-)Aussiedler aus Osteuropa, darunter viele Deutsche aus Russland. Während des Berufslebens gingen sie meist körperlich belastenden Tätigkeiten nach. Ihre Gesundheitssituation ist meist schlechter als bei älteren Deutschen – damit einher geht ein steigender Pflegebedarf. Viele Frauen widmeten sich vor allem der Kindererziehung und sprechen nicht so gut Deutsch. Im Alter haben viele Migranten größere Probleme mit der fi-



Karin Schulz-Torge, Hüseyin Yilmaz und Fatma Celik vom LSB.

nanziellen Absicherung. So ist die Altersarmut unter ihnen dreimal so hoch wie bei Deutschen über 65 Jahren. Zurück ins Herkunftsland wandert bei Erreichen des Rentenalters nur ein sehr kleiner Teil von ihnen. Etliche pendeln zwischen hier und zum Beispiel der alten Heimat Türkei, um mit kleiner Rente über die Runden zu kommen.

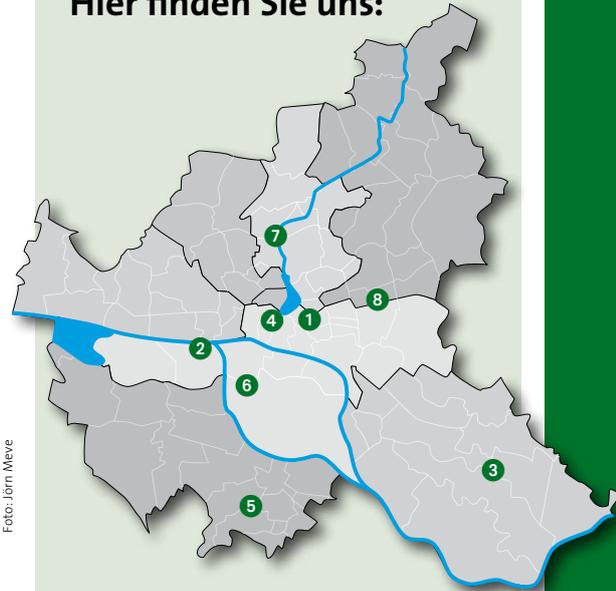
Die Migration-Fachgruppe des LSB untersucht, wie die vielfältigen Hilfestellungen, die die Stadt und viele Träger den Älter werdenden bieten, die Menschen mit Migrationshintergrund besser erreichen. Die Fachgruppe fordert seit langem, dass mehr kultursensible Pflege in Wohneinrichtungen angeboten wird. Zu den Chancen und Stärken unserer kulturell vielseitigen Gesellschaft zählt, die Potenziale der älteren Migranten zu nutzen und sie ins öffentliche Leben selbstverständlich einzubeziehen. In der Geschäftsstelle des Landes-Seniorenbeirats steht als Ansprechpartnerin für Ältere mit Migrationshintergrund Yeter Köse zur Verfügung. <<

**Kontakt: Yeter Köse**  
**Telefon (040) 428 37-46 33**



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)

# Wenn das Herz nicht mehr kann

Herzinsuffizienz, umgangssprachlich auch Herzschwäche genannt, ist in Deutschland der häufigste Grund für einen stationären Krankenhausaufenthalt. Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes stellen Ärzte diese Diagnose knapp 400.000 Mal pro Jahr, bei Männern etwa so häufig wie bei Frauen.

**H**erzschwäche ist eine typische Alterskrankheit. Nach Schätzungen sind bis 75 Jahre noch unter 1 Prozent, über 75 Jahre 10-20 Prozent der Bevölkerung davon betroffen. Weil die Gesellschaft im Durchschnitt immer älter wird, ist die Tendenz seit Jahren steigend. Seit der Jahrtausendwende ist die Zahl der Patienten um fast zwei Drittel gestiegen. Im kardiovaskulären Bereich ist sie die häufigste Aufnahmediagnose. Es ist also ein echtes Brennpunkthema.

Kennzeichen für Herzinsuffizienz ist, dass das Herz nicht mehr in der Lage ist, das Gewebe in Ruhe oder bei Anstrengung ausreichend mit Sauerstoff zu versorgen. Ermüdung oder Luftnot bei anstrengenden Tätigkeiten sind erste Hinweise. Später fällt das Treppensteigen immer schwerer und auch beim Bücken gibt es Probleme. Ist die Krankheit weit fortgeschritten, kommt es zu nächtlichem Aufwachen mit Luftnot.

„Je weiter die Krankheit fortschreitet, desto lebensbedrohlicher wird sie. Herzinsuffizienz kann von der Gefährlichkeit her durchaus mit den bösartigsten Krebserkrankungen verglichen werden“, warnt Prof. Dr. Herbert Nägele, seit dem 1. April Leiter des neu gegründeten Departments für Herzinsuffizienz und Devicetherapie im Albertinen Herz- und Gefäßzentrum am Standort Albertinen-Krankenhaus.

Je nachdem, ob die rechte oder linke Hälfte des Herzens betroffen ist, unterscheiden sich die Symptome. Linksherzinsuffizienz führt über Stauung in der Lunge bis zum Wasseraustritt in die Lungenbläschen zu Luftnot, die Rechtsherzinsuffizienz ist dagegen gekennzeichnet durch Wassereinlagerung zunächst in den Beinen (Ödeme) und später dann auch durch Stauung der inneren Organe mit Lebervergrößerung oder Bauchwasser (Aszites). Die Organstauung führt zu Appetitlosigkeit und verminderter Aufnahme von Nährstoffen. Es gibt aber auch Mischformen zwischen beiden.

Ein wichtiges Problem ist die Muskelschwäche und Muskelabbau, der bei den

schweren Formen auftreten kann. „Am bedrohlichsten sind Herzrhythmusstörungen, die oft leider vom Patienten nicht oder zu spät wahrgenommen werden und sogar zum plötzlichen Herztod führen können“, weiß Prof. Nägele.

Nahezu jede Herzkrankheit kann zu Herzschwäche führen, die Herzinsuffizienz stellt sozusagen das Endstadium verschiedenster Störungen dar. Die wichtigsten Ursachen bei uns sind Durchblutungsstörungen des Herzmuskels, die zu Herzinfarkten geführt haben, und der Bluthochdruck. Auch Herzklappenfehler oder sogenannte primäre Herzmuskelkrankheiten (Kardiomyopathien) können zu Pumpstörungen des Herzens führen. Priv.-Doz. Dr. Korff Krause, seit Januar neuer Leitender Oberarzt in der Klinik für Kardiologie im Albertinen-Krankenhaus, betont: „Es handelt sich nicht nur um eine isolierte Krankheit des Herzens, sondern um eine Systemerkrankung, da die Funktion aller Organe vom Herzen abhängt. Betroffen sind also auch Lunge, Leber, Darm, Niere, Nervensystem und andere.“

## DER KÖRPER UNTER STRESS

Die Pumpstörung des Herzens löst hormonelle Gegenregulationsmechanismen aus, die mit einer Stressreaktion vergleichbar ist, um das noch zirkulierende Blutvolumen von unwichtigeren Organen (Haut, Muskulatur) zu den lebenswichtigsten Organen (Gehirn, Lunge) umzulenken. Es werden also vermehrt Stresshormone wie Adrena-

lin, Noradrenalin oder Angiotensin ausgeschüttet, die ihrerseits das schon angegriffene Herz in einer Art Teufelskreis weiter belasten. Mit Betablockern und ACE-Hemmern kann man dem aber medikamentös entgegenwirken.

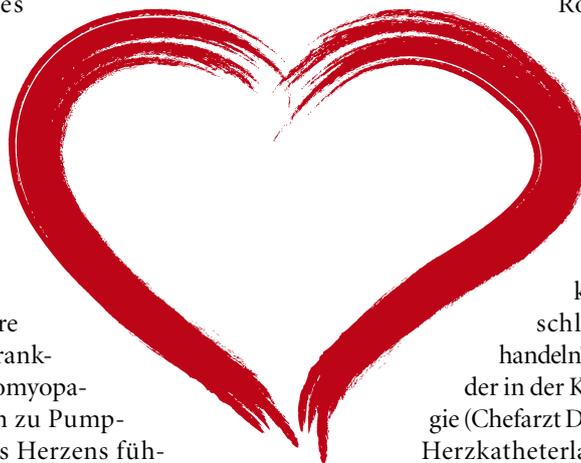
Bei Verdacht auf eine Herzschwäche wird der Arzt zunächst klassische Methoden wie Abhören, Messung von Blutdruck, Puls und Gewicht einsetzen, hinzu kommen spezielle Blutuntersuchungen, Belastungstests,

Röntgen und Ultraschall. „Herzkatheter-Untersuchungen müssen in der Regel eingesetzt werden, um bei der ersten Diagnose Verengungen der Herzkranzgefäße auszu-

schließen oder zu behandeln“, erklärt Dr. Krause, der in der Klinik für Kardiologie (Chefarzt Dr. Peter Kremer) die Herzkatheterlabore leitet. „Stets sollte die Behandlung der Ursachen einer Herzinsuffizienz wie etwa die koronare Herzkrankheit oder eine Herzklappenerkrankung an erster Stelle stehen.“

Die Basis der Behandlung sind Änderungen des Lebensstils. Dazu muss der Patient bereit sein, die Probleme in vertrauensvoller Zusammenarbeit mit dem Arzt anzugehen und Ratschläge einzuhalten. „Dies ist ein ganz wesentlicher Punkt, denn die Behandlung ist recht umfangreich und hat Nebenwirkungen“, erläutert Prof. Nägele. „Bei fehlender Motivation oder schlechtem Arzt-Patientenverhältnis wird die Behandlung bei den geringsten Nebenwirkungen abgebrochen oder nur unzureichend weitergeführt.“

Zu den grundlegenden Maßnahmen gehören zum Beispiel die Umstellung der Ernährung, um eine übermäßige Kochsalzzufuhr zu vermeiden, die Beschränkung



**Prof. Dr. Herbert Nägele, Leiter  
des Departments für Herzinsuffizienz  
und Devicetherapie.**



**Priv.-Doz. Dr. Korff Krause,  
Leitender Oberarzt der Kardiologie.**

der Trinkmenge und der vollständige Verzicht auf Alkohol. Solange keine Luftnot auftritt, nützt körperliche Bewegung mehr als dass sie schadet. „Die alte Lehrmeinung, dass Ruhe zu empfehlen ist, hat sich als falsch herausgestellt“, betont Prof. Nägele. „Sogar schwerkranke Patienten können von einem Übungsprogramm profitieren.“

#### WIRKUNGSVOLLE MEDIKAMENTE

Die Erforschung der hormonellen Regelkreisläufe bei Herzinsuffizienz hat zur Entwicklung verschiedener sehr wirkungsvoller Medikamente geführt, welche ein Fortschreiten der Erkrankung verhindern, ja sogar umkehren können. Für viele dieser Pharmaka oder Verfahren konnte in Studien eine Lebensverlängerung bewiesen werden. Dabei ist eine Behandlung mit vier bis acht verschiedenen Substanzen durchaus üblich.

In Fällen schwerer Herzinsuffizienz kann die Medizintechnik helfen, zum Beispiel mit einem Schrittmachersystem, das dafür sorgt, dass sich die Herzkammer gleichmäßig zusammenzieht, oder bei stark eingeschränkter Pumpleistung mit einem Defibrillator der lebensbedrohliche Rhythmusstörungen aus der Herzkammer beendet. Durch Miniaturisierung ist so ein Defibrillator heutzutage nicht viel anders zu implantieren als ein Herzschrittmacher.

Die Möglichkeiten des Herzchirurgen bei Herzschwäche bestehen in Wiederherstellung der Blutversorgung bei koronarer Herzkrankheit und in Reparatur und Austausch von Herzklappen. Generell gilt aber

leider, je schwerer die Erkrankung fortgeschritten ist, desto höher das Operationsrisiko. Im äußersten Fall kann sogar eine Herztransplantation angezeigt sein, wobei weit weniger Spenderherzen verfügbar sind als eigentlich benötigt. In diese Lücke stoßen immer weiter verbesserte Kunstherzen (Blutpumpen), welche bei einigen Patienten nicht nur die Zeit zur Transplantation überbrücken sollen, sondern auch dauerhaft die Herzfunktion ersetzen (sogenannte „Destination-Therapie“). „Glücklicherweise können wir aber die meisten Patienten mit den oben erwähnten weniger eingreifenden Verfahren ausreichend gut behandeln“, beruhigt Prof. Nägele. <<

→ **Albertinen-Krankenhaus**  
**Süntelstraße 11a · 22457 Hamburg**  
**Telefon (040) 55 88-2238**  
**www.albertinen-krankenhaus.de**

Anzeige

# Bleiben Sie mit uns mobil!

## HVV-Mobilitätsberatung für Senioren

Gemeinsam mit HVV-erfahrenen Senioren geben wir Ihnen Tipps zur Nutzung von Bus und Bahn. Das kostenlose Schulungsprogramm wird regelmäßig in gut erreichbaren Räumlichkeiten in der Hamburger Innenstadt angeboten. Veranstaltungen für Gruppen führen wir auf Anfrage auch gern vor Ort in Ihrer Einrichtung durch.

### Wir informieren Sie z. B. über folgende Themen:

- Wie komme ich ins Theater oder zu meiner Enkelin?
- Welche Fahrkarte ist für mich die richtige?
- Und wo kann ich diese kaufen?
- Wie kann ich den HVV sicher mit dem Rollator nutzen?
- Wo kann ich barrierefrei ein- und aussteigen?
- Wie kann ich Auto und HVV kombiniert nutzen?

### Interessiert? Dann melden Sie sich an!

Telefon: 040/68 98 98 68-0 | Michael Krieger  
Sprechzeiten: di 9 – 12 Uhr und do 14 – 17 Uhr  
Oder schreiben Sie uns eine E-Mail an [senioren@hvv.de](mailto:senioren@hvv.de)

Mehr als ein Ziel



Alle Infos auf [hvv.de](http://hvv.de)

## Mit dem Rollator im Bus

Mit S-Bahn, U-Bahn oder Bus unterwegs zu sein, ist im Alter kein Selbstläufer. Der HVV berät Senioren in Sachen Mobilität.

S teige ich besser vorwärts oder rückwärts aus dem Bus aus? Sollte ich die Fahrkarte vor oder nach dem Einsteigen lösen? Welcher Sitzplatz ist für mich am sinnvollsten? Woran Menschen in jüngeren Jahren keinen Gedanken verschenden, kann bei älteren Semestern durchaus zu einer Herausforderung werden. Speziell, wenn diese mit einem Rollator im öffentlichen Nahverkehr unterwegs sind. Da interessiert es schon, ob sich die Busse absenken oder die Haltestelle einen Fahrstuhl hat.

Um Senioren mit Rollatoren Schützenhilfe zu geben, hat der Hamburger Verkehrsverbund (HVV) zwei Broschüren herausgebracht, die hilfreiche Tipps und Informationen geben. Die Broschüren „Barrierefrei unterwegs“ und „Busfahren mit Rollator“ sprechen genau die Herausforderungen an, mit denen Menschen mit Gehhilfe konfrontiert sind.

Die Broschüren sind kostenlos in allen HVV-Servicestellen erhältlich und können auch im Internet heruntergeladen werden.

Um bereits eine der Fragen zu beantworten: Mit dem Rollator ist es am sichersten, rückwärts auszusteigen! So vermeidet man, über die eigene Gehhilfe zu stolpern oder hängen zu bleiben. Und beim Aussteigen: Möglichst zunächst ohne Rollator und diesen erst nachholen, wenn man fest mit den Füßen auf dem Boden steht.

Des Weiteren bietet der HVV eine Beratung für Senioren: „Bleiben Sie mit uns mobil“ zur einfachen, sicheren und bequemen Nutzung des Hamburger Nahverkehrs an. Bei den kostenlosen Veranstaltungen mit Vorträgen wird auch vermittelt, wie man seine Fahrt bequem von zu Hause aus planen und organisieren kann.



Weitere Informationen zu diesen Themen finden sich im Internet unter [www.hvv.de](http://www.hvv.de) und dort in der Rubrik „Wissenswertes“ bei „Mobilität für alle“ und „Für Senioren“. <<

→ **Mehr Informationen:**

**Michael Krieger · Tel. (040) 68 98 98 68-0**  
**dienstags 9 – 12 Uhr, donnerstags 14 – 17 Uhr**  
**per E-Mail: [senioren@hvv.de](mailto:senioren@hvv.de)**

## Wertvolles Wissen für pflegende Angehörige

Wer plötzlich oder allmählich in eine Pflegesituation kommt, steht häufig vor einem Berg von Fragen. Die Angehörigenschule hilft mit ihren Kursen dabei, sie zu klären. Im Basiskurs erlernen Angehörige Grundfertigkeiten der Pflege zu Hause. Spezialpflegekurse widmen sich Demenz, Schlaganfall, Parkinson und anderen Krankheiten, Kinaesthetics-Kurse vermitteln das notwendige Wissen, um die Gesundheit von Pflegebedürftigen durch Unterstützung ihrer Bewegungsmöglichkeiten zu verbessern. Außerdem berät die Angehörigenschule in ihren Büros in der Mundsburg, den Asklepios-Kliniken in Barmbek und Harburg sowie zu Hause individuell und unabhängig in Sachen Pflege.

Angehörigen-Treffs dienen vor allem der Begegnung und dem persönlichen Austausch von Angehörigen untereinander. <<

→ **Angehörigenschule**

**Richardstraße 45 · 22081 Hamburg**  
**Tel. (040) 18 20 40 26**  
**[anmeldung@angehoerigenschule.de](mailto:anmeldung@angehoerigenschule.de)**  
**[www.angehoerigenschule.de](http://www.angehoerigenschule.de)**

## Scharfe Schnitte, harte Kontraste

Mit „Kirchner. Das expressionistische Experiment“ präsentiert das Bucerius Kunst Forum vom 29. Mai bis zum 7. September 2014 einen der einflussreichsten Künstler des 20. Jahrhunderts. Neue Forschungen zum Werk Ernst Ludwig Kirchners geben Anlass, seltene und für sein druckgraphische Schaffen wesentliche Blätter zu zeigen. Die Ausstellung stellt die Vielfalt an Techniken und Kirchners innovativen Umgang mit dem Medium vor. Sie vereint rund 130 oft großformatige und starkfarbige Holz- und Linolschnitte, Radierungen und Lithographien aus der weltweit bedeutenden Sammlung des Brücke-Museums Berlin. Für den Mitbegründer der Künstlergruppe Die

Brücke war der Holzschnitt das wichtigste Experimentierfeld eines neuen expressionistischen Stils.

Mit Akten, Badenden, Tanz- und Straßenszenen in der pulsierenden Großstadt Berlin vor dem Ersten Weltkrieg und einem neuen Blick auf den Menschen in den Portraits behandelte Kirchner innovative Themen der Brücke, die er durch den scharfen Schnitt und die harten Kontraste von Schwarz und Weiß kennzeichnete. Auf farbigen Papieren und mit ausdrucksstarken, leuchtenden Druckfarben verlieh er traditionsreichen künstlerischen Techniken expressiven Charakter und machte sie für die Moderne fruchtbar. <<

**[www.buceriuskunstforum.de](http://www.buceriuskunstforum.de)**

## Elbsprung und Spaziergänge durch die Quartiere

Aufgrund der großen Nachfrage bietet die IBA Hamburg auch nach dem offiziellen Ende der Internationalen Bauausstellung ein Programm mit Touren und Führungen an. Mit dem Tourenprogramm 2014 können Besucher u.a. bei Quartiersspaziergängen, einer Energie-Radtour oder bei einer Fahrt mit „der Wilden 13“ die Elbinseln und die IBA-Projekte entdecken. Dabei sind beliebte Klassiker wie der „Elbsprung“: Nach einem geführten Spaziergang durch die HafenCity

wird nach einer einstündigen Barkassenfahrt Wilhelmsburg-Mitte mit den smarten Häusern der Bauausstellung erkundet. Der Elbsprung findet jeden Samstag um 14 Uhr statt. Ein Überblick über das Tourenangebot mit allen Terminen findet sich auf der Internetseite der IBA. Bei einigen Angeboten ist eine Anmeldung erforderlich. An vielen Quartiersspaziergängen können Interessierte jedoch spontan und kostenfrei teilnehmen. <<

**[www.iba-hamburg.de/touren](http://www.iba-hamburg.de/touren)**

## AMBULANTE DIENSTE

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

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

**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

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

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

**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

**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

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

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

**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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**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

## BEHINDERUNG

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

**BDH Bundesverband Rehabilitation  
Interessenvertretung e.V.**  
Stüffeling 14 · 22359 Hamburg  
Tel. 604 73 41 · www.bdh-reha.de

**Behinderten Arbeitsgemeinschaft  
Niendorf e.V.**  
Sachsenweg 10i · 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

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

**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

**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 Schwerbehinderten  
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.**  
Bahnenfelder 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 Ansharhöhe**  
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**  
Heußweg 25 · 20255 Hamburg  
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**  
Sternstraße 106 · 20357 Hamburg  
Telefon 43 29 42 23 · 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 Leuchtfleur 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  
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**  
Halenreihe 5 · 22359 Hamburg  
Telefon 603 30 01 · Fax 609 11 781

**Kinderhospiz Sternbrücke**  
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**  
Am Sandtorkai 26 · 20457 Hamburg  
Tel. 32 11 91 · Di – So 10 bis 17 Uhr

**Spicy's Gewürzmuseum GmbH**  
Am Sandtorkai 34 · 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 Hamb.**  
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

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

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

**Asklepios Westklinikum Hamburg**  
Suurheid 20 · 22559 Hamburg  
Tel. 81 91-0 · Fax 81 91-20 01

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

**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 Mariahilf 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-Geriatriische 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 · 20535 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 WInQ 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 Ohlendorffurm 16 · 22149 HH  
Telefon 67 57 71 55 · Fax 66 90 44 59

**Seniorenwohnungen Rahlstedt III**  
Am Ohlendorffurm 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-Langen-  
horn · 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

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

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

**Altenhof der ev.-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

**Altenheimstift. Flottbek-Nienstedten**  
Vogt-Groth-Weg 27 · 22609 Hamburg  
Telefon 80 09 77-0 · Fax 80 09 77-77

**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

**Auguste-Viktoria-Stiftung**  
Elbchaussee 88 · 22763 Hamburg  
Telefon 39 86 83-0 · Fax 39 86 83-49

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

**Christophorushaus**  
Hummelsbütteler Weg 84 · 22339 HH  
Telefon 53 90 50 · Fax 53 90 55 04

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

**Das Epiphanienghaus**  
Jarrestraße 75 · 22303 Hamburg  
Telefon 27 84 4-5 · Fax 27 84 4-600

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

**Elim Seniorenzentrum Niendorf**  
Bondenwald 50/54 · 22459 Hamburg  
Telefon 55 42 5-0 · Fax 55 42 5-11

**SENIORENASSISTENZ  
Wandsbek**

Ihre individuelle, professionelle  
Begleitung von Senioren im Alltag.

Birgit Hoffmann  
Raschweg 41 · 22147 Hamburg  
Telefon: 040-64860484  
www.seniorenassistentz-wandsbek.de

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

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

**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

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

**Haus St. Johannis**  
Bei St. Johannis 10 · 20148 Hamburg  
Tel. 44 18 42-510 · Fax 44 18 42-210

**Hermann und Lilly Schilling-Stiftung**  
Isfeldstr. 16 · 22589 Hamburg  
Telefon 86 62 590 · Fax 87 69 87

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

**Hesse-Diederichsen-Heim**  
Lämmersieth 75 · 22305 Hamburg  
Telefon 611 84 128 · Fax 692 80 04

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

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

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

**Marie Kroos-Stiftung**  
Ehestorfer Weg 148 · 21075 Hamburg  
Telefon 790 51 10 · Fax 79 14 00 12

**Martha Haus**  
**Zentrum für alte Menschen**  
Am Ohlendorffturm 20-22 · 22149 HH  
Telefon 675 77-0 · Fax 675 77-120

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

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

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

**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 Krankenhäuser**  
Hinsbleek 12 · 22391 Hamburg  
Telefon 60 68 94-0 · Fax 60 68 94-40

**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

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

**Stiftung Ansharhöhe: Carl-Ninck-Haus**  
Tarpbekstraße 107 · 20251 HH  
Tel. 46 69-0 · www.anscharhoehe.de

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

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

**Stiftung Altenheim  
St. Johannis/St. Nikolai**  
Mittelweg 106 · 20149 Hamburg  
Telefon 41 44 90 · Fax 41 44 9599

**Theodor-Flidner-Haus**  
Berner Chaussee 37-41 · 22175 Hamburg  
Telefon 646 04-50 · Fax 646 04-515

**Wohn- und Pflegeheim Tabea**  
Am Isfeld 19 · 22589 Hamburg  
Telefon 80 92-0 · Fax 80 92-11 14

#### SEELSORGE

**Evangelische Telefon-Seelsorge**  
Anonym und rund um die Uhr  
Telefon 0800 111 0 111 (kostenfrei)

**Krankenhauseelsorge**  
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 Bodelschwingh**  
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

**Körber-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 Sprötze  
Telefon (04186) 8 94 00

**Ev. Krankenhaus Alsterdorf:  
Qualifizierter Entzug von Alkohol  
und Medikamenten**  
Bodelschwinghstr. 24 · 22337 Hamburg  
Tel. 50 77-32 02 · Für Frauen: 50 77-41 62

Dem Menschen zuliebe.

## Diakonie Ottensen

Häusliche Pflege für

- Altona
- Ottensen
- Othmarschen
- Bahrenfeld

im Verbund der  
Diakonie  
Alten Eichen

Diakonie Ottensen gGmbH  
Bernadottestr. 41a • 22763 HH  
www.diakoniestation-ottensen.de

**Tel. 897 126 90**

ANNA  
PELEGISCHE  
DIENSTE

**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**

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

#### TAGESPFLEGESTÄTTEN

**Tagespflege 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

**Tagespflege Ottensen**  
Hohenzollernring 15 · 22763 Hamburg  
Telefon 880 85 75

**Tagespflege St. Georg**  
Alexanderstraße 24 · 20099 Hamburg  
Tel. 2840 7847-0 · Fax 2840 7847-29

**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**  
Bodelschwinghstr. 24 · 22337 Hamburg  
Telefon 50 77-39 53

**Tagespflege im  
Seniorenzentrum St. Markus**  
Gärtnerstraße 63 · 20253 Hamburg  
Telefon 40 19 08 40 · Fax 40 19 08 99  
www.martha-stiftung.de

**Tagespflege Wellingsbüttel**  
Rabenhorst 39 · 22391 Hamburg  
Telefon 53 69 74 10 · Fax 53 69 74 13

**Tagespflegestätte Wilhelmsburg**  
Rotenhäuserstr. 84 · 21107 Hamburg  
Telefon 75 24 59-28

**Tagespflege Harburg Johanniter**  
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

**Angehörigenschule**  
Richardstraße 45 · 22081 Hamburg  
Telefon 18 20 40 26  
www.angehoerigenschule.de

**HAS Hamburger Angehörigenschule**  
im Diakonischen Werk  
Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Telefon 30 62 0-436 · Fax 30 62 0-328

**PPD Beratung für Familie und Beruf**  
Königstraße 54 · 22767 Hamburg  
Telefon 30 62 0-278 · Fax 30 62 0-328

**wir pflegen e.V.**  
Martinistraße 52 · 20246 Hamburg  
Tel. 74 10 545 28

#### VERBÄNDE

**ASB Landesverband Hamburg e. V.**  
Schäferkampsallee 29 · 20357 HH  
Telefon 833 98-244 · Fax 8 33 98-175

**AWO Landesverband Hamburg e.V.**  
Rothenbaumchausee 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.**  
Behrmanplatz 3 · 22529 Hamburg  
Tel. 554 20-0 · Fax 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 · 21113 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 · Mühlenberger 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

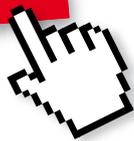
**SAGA GWG**  
Poppenhusenstr. 2 · 22305 Hamburg  
Tel. 426 66-0 · Fax 426 66-6605



**Das liegt nah.**

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

**Ausflüge planen**  
mit der interaktiven Karte  
unter [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*