



THEMEN

Uwe Seeler – Hamburg:

»Ich bin stinknormal«

Ein ungewöhnliches Gespräch

Einblicke: All you can eat

Sprichwörtlich:

Liebe geht durch den Magen

Von wegen

Drei-Sterne-Gourmet

Mein Lieblingsort:

Benediktiner-Kloster Nütschau

PFLEGEN&WOHNEN HAMBURG

»Zuhause in guten Händen«

Vom Alltag in unseren Häusern

Kochen Omas besser? Drei

Fragen an Steffen Henssler

Wiedergelesen:

Sybil Gräfin Schönfeldt

»Anstand und essen«

Rückblick: Geh'n wir mal

nach Hagenbeck

Hamburger Kostbarkeiten:

Der Loki-Schmidt-Garten

Cartoon: Marundes

»Bilder aus der Heimat«



Ja,
meine Oma,
die konnte
noch
kochen!

motto
des jahres
welt 2015
sprache
musik



Einbauküchen zum attraktiven Preis **Bei uns wird Ihr Küchentraum Wirklichkeit** Küchen für jeden Lebensabschnitt

Wir haben 30 Jahre Erfahrung und bieten Ihnen durch unser geschultes Fachpersonal individuelle Beratung und persönliche Betreuung

KüchenZentrum Süderelbe Christian Bartels GmbH / Cuxhavener Straße 293 / D-21149 Hamburg

Telefon 040 702 08 60 / Fax 040 702 64 10

Info@kuechenzentrumsuederelbe.de / www.kuechenzentrumsuederelbe.de

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser, vor Kurzem saßen wir im Kreis der Personalen des Unternehmens mit dem Kreativen einer Werbeagentur beisammen und machten uns Gedanken über eine neue Form der Personalwerbung, in der in einem ersten Ansatz ein deutlich artfremder Gegenstand auftauchte, ein Brühwürfel. Kaum ausgesprochen, konnten wir uns bildlich, geschmacklich und olfaktorisch einen Brühwürfel oder das, was aus ihm entsteht, vorstellen, den Geschmack förmlich direkt auf der Zunge spüren. Und dabei gehört es bisher nicht zu unseren Gewohnheiten, an Brühwürfeln zu lecken oder diese als etwas karges Mahl zuzubereiten. Frisch aufgeschnittene Erdbeeren, frischer Pflaumenkuchen, Apfelrotkohl, Sauerkraut, eine Bratwurst oder gebratene Frikadellen ... viele dieser Eindrücke sind in meinem Gedächtnis so verankert, dass ich sie jederzeit abrufen kann. Essen mit Genuss ist ein sehr prägender Erinnerungsbestandteil, der Wohlbehagen auslöst. Meistens wenigstens, denn ich kann mich ebenso an einen Krankenhausaufenthalt als Kind erinnern, von dem nur der Entlassungstag präsent ist. Es gab Leber zum Mittag, vermutlich gut zubereitet, aber außerhalb meines Geschmackshorizontes. Aufessen war Pflicht, da half keine Ausrede. Seit diesem Tag habe ich keine Leber mehr angerührt. Wenn Sie heute in diesem Heft Einblicke in die unterschiedlichen Kochgewohnheiten verschiedener Generationen erhalten, probieren Sie es doch einfach aus, ob Sie nicht ebenso Geschmäcker und Gerüche wahrnehmen, die aus dem Heft zu dringen scheinen und Appetit machen! Als Junkfood-Liebhaber (ja, ich bin es, der in einem Fastfood-Restaurant mit einem gelben Großbuchstaben sitzt und das Essen tatsächlich mag) lässt sich diese sinnliche Herausforderung nicht reproduzieren. Der Gedanke an einen Cheeseburger führt zu einem Bild und einem haptischen Empfinden, nicht aber zu einem Geruch. Es ist ein großer Verlust, den hoffentlich wir und vor allem unsere Kinder als solchen empfinden, denn er zeigt den Wert individuell zubereiteter Speisen! »Hausmannskost« verheißenden Restaurantschilder und meinen günstige Angebote. Für mich ist sie eine große Vielfalt an Erinnerungen und neuen Erfahrungen, die ich bewahren und ausbauen möchte. In diesem Sinne lassen Sie sich die Lektüre schmecken!



Herzlichst Ihr
Thomas Flotow | Geschäftsführer

Auch wenn Sie nach einem guten Essen schon längst satt und zufrieden sind, für eine Portion rote Grütze (niederdeutsch Rode Grütt) nur mit Milch oder einem Klacks Sahne oder Vanillesoße ist immer noch Platz. Es ist *die* typische Süßspeise Norddeutschlands.



Schauen Sie sich doch bitte einmal ganz genau und mit etwas Zeit und Neugier das auf dem Wochenmarkt gekaufte Obst an. Und danach die Blüten der Blumen, die Farben, den Blütenkelch und das Blatt. Wenig später fühlen Sie eine Ruhe in sich aufsteigen, Sie sehen kleine und große Wunder über Wunder. Haben Sie schon einmal darauf geachtet, wie wohlig weich die Dicken Bohnen im weißen Bett einer äußerlich eher unansehnlichen Hülse liegen? Wir kennen unsere Lebensmittel oft nur noch als Aroma im Joghurt – ohne Frage, es gibt viel zu entdecken. Und die Himbeere hat nicht nur als zuckriges Bonbon Karriere gemacht, sie ist geradezu prädestiniert als »Modell« für die zarte Schönheit und facettenreiche Ästhetik unserer heimischen Pflanzen. Die Ruhe, die von diesem Moment der Betrachtung ausgeht, macht Sie spürbar zu einem Teil der Natur. Und, ja, es klappt auch mit Kartoffeln.





INHALT

- 3** Editorial
- 6** Einblicke
- 12** Uwe Seeler im Gespräch
»Ich bin stinknormal!«
- 18** Von wegen –
Drei-Sterne-Gourmet
- 20** Essay: Gegessen! Über die
gemeinsame Mahlzeit
- 26** Sprichwörtlich:
Liebe geht durch den Magen
- 28** Mein Lieblingsort: Kloster
Nütschau – Das Beste am
Norden sind unsere Mönche
- 32** PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG
Die Kampagne KONFETTI IM
KOPF | Sammelsurium: Neues
aus den Häusern | Vier Fragen
an Thomas Flotow | Tagespro-
tokoll aus der Verteilerküche |
Das Hamburger Mandolinen-
orchester | Gedanken von Pas-
torin Katharina Born | Porträt
Haus ALSTERBERG »Den Alltag
bei uns mitgestalten« | Die
Speisenmanufaktur »Heute
bleibt die Küche kalt«
- 55** Neu: Raten und gewinnen
- 56** Wie man sich füttert,
so wiegt man!
- 58** Kochen Omas besser?
Drei Fragen an Steffen Henssler
- 61** Wilhelm Busch über die Küche
- 62** Wiedergelesen:
Sybil Gräfin Schönfeldt
»Anstand und essen«
- 68** Rückblick: »Geh'n wir mal
nach Hagenbeck«
- 70** Hamburger Kostbarkeiten:
Der Loki-Schmidt-Garten
- 72** Marunde-Cartoon:
Bilder aus der Heimat
- 74** Vorschau: Und jetzt? – Ein Heft
über den Unruhestand
- 75** PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG
Adressen | Bildnachweis |
Impressum



Bloß nicht an den Herd stellen und in aller Ruhe für die Familie etwas brutzeln:
Jeden Tag essen mehr als 60 Millionen Menschen in einer der weltweit 32.000 McDonald's-Filialen.



Als Anfang der 1960er-Jahre in Deutschland die ersten Fischstäbchen auf den Markt kamen, rieb sich Otto-Normal-Verbraucher erstaunt die Augen – das soll man essen können? Ja, in der Tat, und dabei ahnte noch niemand, dass dieser längliche, von dicker Paniermasse ummantelte Geniestreich nur ein erster Vorbote des Fastfood-Trends war, der bis heute ungebrochen anhält. Im 21. Jahrhundert haben Tiefkühl-Fertigwaren endgültig das Zepter in der Küche übernommen. Klar, es gibt auch die überzeugten Marktgänger, die mit verklärtem Blick an verschiedenen Rosmarinsorten schnuppern, um den selbst filetierten Lammrücken optimal abzuschmecken. Aber abgesehen davon, dass dieser Luxus Geld kostet, braucht es zum Selberkochen etwas, das heute keiner mehr hat: Zeit. So greift die Lebensmittelindustrie der gestressten Hausfrau und Mutter mit einem Riesenangebot an Fertigprodukten unter die Arme: 100 Sorten Joghurt, Tütensuppen, Backmischungen, Nudelsaucen etc. ... Deckel ab, Tüte auf, fertig ist die Laube! Wozu sollte man da noch kochen lernen? [SK]

Das soll etwa Fisch sein?



Verführungen unter der Glocke: In vielen Hotels und Restaurants kann sich der Gast heute ganz nach Wunsch selbst bedienen. Dass er dabei nicht selten das Maß verliert, ist dem Genuss nicht gerade förderlich.



Schön schauen sie aus, die versilberten Servierglocken, die bei einem Buffet die verschiedenen heißen Speisen warmhalten. Doch die ganze Ästhetik kann in kürzester Zeit flöten gehen, wenn sich die hungrigen Gäste in Scharen an die Futtertröge drängen. Sicherheitshalber lädt man sich gleich etwas mehr auf den Teller – wer weiß, ob später noch genug da ist! Und schließlich ist ja alles im Preis inbegriffen. Bevor der Nachbar das größere Schnäppchen macht, weil er für das gleiche Geld vier statt drei Scheiben Lachs ergattert hat, zwingt man sich doch lieber noch ein Portionchen rein. Also haut man sich die Wampe voll und denkt nicht an morgen, geschweige denn übermorgen, wenn sich die Folgen der begangenen Sünden auf der Waage zeigen. Mäßigung? Fehlanzeige. Der Überfluss ist einfach zu verführerisch. Notfalls gibt es ja noch die Möglichkeit, sich das angefutterte Fett mittels einer kleinen OP wieder absaugen zu lassen. So verdienen viele am grenzenlosen Essen: die Nahrungsmittelindustrie, die Gastronomen, die Ärzte – nur nicht die Verbraucher. [SK]

Buffet open: All you can eat



Vitaminschock: Fans von Currywurst mit Pommes rot-weiß dürften angesichts megagesunder Salatkreationen die Nase rümpfen. Aber es lohnt, sich auf das Abenteuer einer »grünen Küche« einzulassen.



Eigentlich konnte es gar nicht anders sein: So wie nach dem Winter der Frühling und nach dem Tag die Nacht kommt, zeichnet sich in der Küche nach Jahrzehnten ausufernder Fleischorgien ein Trend zum genauen Gegenteil ab. Die vegane Lebens- und Ernährungsweise ist auf dem Vormarsch. Fleisch bzw. alle Nahrungsmittel tierischen Ursprungs sind tabu. Hier haut man sich nicht mal ein Ei in die Pfanne und lässt auch die Käseplatte links liegen. Stattdessen stehen Gemüse, Kräuter, Obst, Sojaprodukte oder Nüsse hoch im Kurs. Der Vegetarier-Bund Deutschland (VEBU) geht zurzeit von rund 7,8 Millionen Vegetariern (rund 10% der Bevölkerung) und 900.000 Veganern (1,1%) in Deutschland aus – Tendenz steigend. Immer mehr setzt sich die Erkenntnis durch, dass weniger Tierisches auf dem Teller die Gesundheit, das Klima und die Umwelt schützt. Auch ambitionierte Köche experimentieren mit der Beschränkung und kreieren vegane Rezepte. Einziger Nachteil: Da Fleisch so unschlagbar billig ist, müssen Veganer in der Regel tiefer in die Tasche greifen. [SK]

Eine vegane Versuchung

UWE SEELE HAMBURG

► Anfang März ergab sich als Ergebnis einer Umfrage in Hamburg eine große Zustimmung für die von ungewöhnlich viel Prominenz unterstützte Olympia-Bewerbung, der Abstand zu Berlin war sehr groß. Politische Köpfe, Kulturschaffende und Medienprofis jubelten, aber das Zitat zum Ereignis lieferte der ehemalige Stürmer des HSV Uwe Seeler: »Dann ist das ja an und für sich schon entschieden.« Dieses Zitat fand zusammen mit einem Porträt des 78-Jährigen umgehend Verbreitung. Wie er es gesagt hat, so gab es dann auch eine Empfehlung für Hamburg.

Am 1. Mai 1972 fand im Volksparkstadion das Abschiedsspiel von Uwe Seeler gegen eine Weltauswahl statt. 43 Jahre nach seinen sportlichen Erfolgen und dem Ruhm ist »uns Uwe« immer noch und immer wieder eine der beliebtesten und sympathischsten Persönlichkeiten der Stadt. Er ist das »Aushängeschild« Hamburgs und eines der bekanntesten Gesichter Deutschlands, und das weit über den Fußballsport hinaus. Eine derart positive Popularität findet sich in unserer Medienlandschaft nur

noch selten. Es fällt schon nicht leicht, beim HSV zwei oder drei Spielernamen aus der vorherigen Saison zu nennen, die oftmals auch während der Hin- oder Rückrunde vorgenommenen Wechsel oder die Ausleihe von Spielern lassen eine Identität mit dem Verein kaum aufkommen.

Uwe Seeler, der gern dem Gespräch zugesagt hat und auch viel Zeit mitbringt, legt sein Handy ausgeschaltet auf den Tisch, das Handy hat eine auf der Oberseite aufgeklebte HSV-Raute.

Fußball und Beruf, das war wichtig

Einen Trainerberuf nach der Spielerlaufbahn hat Uwe Seeler nie angestrebt, als gelernter Speditionskaufmann hat er sich für seinen Beruf entschieden, die adidas-Vertretung übernommen und war mit dem Wagen für seine Firma Uwe-Seeler-Moden gut 70.000 Kilometer im Jahr unterwegs. Mittlerweile ist Fußball längst zum Beruf geworden. Nachwuchs aus den eigenen Jugendmannschaften gibt es nicht mehr, es wird gekauft und verkauft. Aus der früheren HSV-Mannschaft hat Uwe Seeler tat-



sächlich »Freunde fürs Leben« gefunden, man sieht sich bei Heimspielen im Stadion oder zu Geburtstagen. Es sind durch gemeinsames Erleben gewachsene Freundschaften. Gemeinsam bedauern sie sehr, dass der Breitensport und die kleinen Vereine nicht mehr Unterstützung finden.

In der Nachkriegszeit mussten alle Hamburger mit Entbehrungen leben, trotzdem gab es eine weit verbreitete Hilfsbereitschaft. Heute sind es die Uwe Seeler-Stiftung und die Sepp Herberger-Stiftung, die Besuche im Jugendstrafvollzug organisieren. Uwe Seelers Motto: »Man muss sich um jeden Menschen kümmern« entspringt seinem Wunsch, junge Menschen in die Gesellschaft zurückzuführen. Die Gespräche hinter Gittern sind engagiert, es geht um den »Anstoß für ein neues Leben«.

Eine Frau, drei Töchter und sieben Enkel

Uwe Seeler ist nach eigener Aussage »stinknormal«. Bodenständigkeit, Aufrichtigkeit und Unkompliziertheit sowie ein Leben ohne Skandale sind ihm aller Ehren wert. Die Familie ist wichtig. Der Vater, selbst ein guter Fußballspieler, sprach wenig und hat Dieter und Uwe vernünftig großgezogen. Ein dicker Knöchel war bei ihm kein Grund zum Jammern, nasser Lappen drum, in zwei Tagen ist alles wieder gut. Seine Dankbarkeit gegenüber den Eltern, die mit wenigen Mitteln das Bestmögliche geleistet haben, ist groß. Diese Erfahrung aus der Kinder- und Jugendzeit war die beste Schule fürs Leben, um später auch an andere zu denken, denen es nicht so gut geht. Den Sitzplatz in der Bahn anbieten oder beim Kofferverstauen behilflich sein ist für Uwe Seeler noch heute eine Selbstverständlichkeit. Ein Dankeschön fürs Helfen macht einfach Spaß. Im Sport war Anfang der 50er-Jahre Trainer Gün-



UNS UWE SEELER | Fußball-Idol

Geboren am 5. November 1936 in Hamburg

Verein: Hamburger SV | Position: Angriff

Spezialität: Kopfbälle und Fallrückzieher und Kämpfen

Uwe Seeler wurde wegen seiner Einstellung und seiner Einsatzbereitschaft zum Fußball-Idol. Als 17-Jähriger feierte er 1954 sein Debüt in der DFB-Auswahl. Der Ehrenspielführer der deutschen Nationalmannschaft erzielte in 72 Länderspielen zwischen 1954 und 1970 insgesamt 43 Tore und feierte die Vize-Weltmeisterschaft 1966 und den dritten Platz bei der WM 1970.

Unvergessen ist bei der WM in Mexiko sein Treffer mit dem Hinterkopf zum 2:2-Ausgleich gegen England.

Uwe Seelers Verein war immer der HSV, dessen Bundesliga-Rekordschütze er mit 137 Treffern immer noch ist und mit dem er 1960 seinen einzigen deutschen Meistertitel und drei Jahre später durch ein 3:0 gegen Borussia Dortmund auch einen DFB-Pokalsieg feiern durfte.

Auf den Schultern seiner Fans: Uwe Seeler nach seinem Abschiedsspiel am 1. Mai 1972 im Hamburger Volksparkstadion. Mit dem mehrfachen Torschützenkönig »uns Uwe« müsste der HSV heute wahrscheinlich nicht um den Verbleib in der Bundesliga zittern





ther Mahlmann das wichtigste Vorbild, seit der Zeit als Trainer der Jugendabteilung des HSV entstand eine auch persönlich sehr große Bindung. Unter Mahlmanns Patronat reiften die Talente wie Uwe Seeler, Gert Dörfel, Horst Schnoor, Jürgen Werner, Klaus Stürmer und Gerhard Krug heran – es waren »goldene Zeiten«. Ein weiteres Vorbild war Fritz Walter, beide spielten zusammen die 58er-Weltmeisterschaft in Schweden. Es entstand eine enge Freundschaft. Die »Weltmeister« Helmut Rahn, Horst Eckel, Hans Schäfer oder der HSVer Jupp Posipal waren für Uwe Seeler und Freund Klaus Stürmer ganz »tolle Typen«. Die sportlichen Erfahrungen der älteren Spieler zu beachten und auf dem Platz umzusetzen war Teil des eigenen späteren Erfolgs. Von Sepp Herberger erinnert Uwe Seeler das Motto: »Wenn ihr das Einfachste beherrscht, dann seid ihr Weltklasse.«

Nicht mehr jeden Termin zusagen

Die spürbare Vitalität, das freudige Erinnern und die Begeisterung für kommende Vorhaben, der – kaum zu glauben – 78-Jährige weicht der Frage nach dem Alter nicht

aus: »Je älter ich werde, desto weniger kann ich machen. Also sollte man immer das umsetzen, was noch geht, und das vor allem mit Freude und Hingabe. Wir gehen alle diesen Weg, auf die Familie angewiesen sein geht auch nur bis zu einem bestimmten Grad an Belastbarkeit, dann ist die professionelle Hilfe notwendig. Man muss darüber reden, wann das Leben ausgelebt ist.« Uwe Seeler ist durch einen Unfall seit fünf Jahren hörgeschädigt, hat Gleichgewichtsprobleme und kann keinen Sport mehr ausüben.

Dem Fußball und der großen Popularität verdankt der bescheidene Mann Reisen mehrmals »um die ganze Welt«, geblieben ist er Hamburger. Sein Vater sprach durch den Hafenberuf nur Plattdeutsch – ab und an geht es noch heute ins Ohnsorg-Theater –, eine Fleetfahrt, ein Törn mit dem Alsterdampfer und ein Gang durch den sich schnell verändernden Hafen gehören für den Familienmenschen ebenso zu beliebten Gewohnheiten wie Steckrübeneintopf und Grünkohl. Seine Frau Ilka sorgt dafür, dass bei aller Gemütlichkeit im Hause Seeler eines nicht zu kurz kommt: »Immer mal wieder vor die Tür gehen.« [PA]





Fußballgott ohne Allüren:
Überheblichkeit ist für Uwe Seeler ein Fremdwort

Von wegen Drei-Sterne-Gourmet

➤ Zuckerwatte, Liebesäpfel, Mutzenmandeln oder Schmalzgebäck: Auf dem Jahrmarkt geht's für Figurbewusste ans Eingemachte. Zu verführerisch sind die zuckrigen, quietschsüßen Kalorienbomben, die sich mit guten Vorsätzen nicht vereinbaren lassen. Aber warum sollten sie auch? Im Rausch von Achterbahn und anderer Fahrgeschäfte sorgt der pure Adrenalin-Kick für Milde mit den eigenen Gelüsten. Also, her mit den Plombenziehern und Dickmachern!

Eine Tüte Schmalzgebäck



Fast immer geöffnet

➤ Nicht erst seit Olli Dittrich bzw. Dittsche als Bier trinkender, über das Leben schwadronierender Thekenphilosoph einen Imbiss in Hamburg-Eppendorf »geadelt« hat, freut sich der hungrige Bürger, wenn er mit knurrendem Magen auch noch zu später Stunde einen hell erleuchteten Grill-Imbiss findet. Egal, ob Neonlicht und fehlendes Ambiente: Das halbe Hähnchen und die Pommes rot-weiß sind die letzte Rettung und heben die Stimmung schlagartig.

➤ In Zeiten explodierender Mietpreise ist auch der clevere Gastronom erfinderisch. Das Neueste, zu finden insbesondere in Großstädten: so genannte Food Trucks, die moderne Form des klassischen Marktwagens. Biozertifiziertes Fleisch und andere hochwertige Produkte werden vor den Augen der Gäste professionell zubereitet – und dann sofort im Stehen verspeist. Nichts für Menschen, die's lieber gemütlich haben, aber fürs grüne Gewissen allemal.

Das Gold-Burger-Mobil



Kennen Sie das: Nach langer Autofahrt macht sich ein Heißhunger auf etwas Deftiges bemerkbar? Nur nichts Süßes! Ein kleiner Imbiss: vorfahren, anhalten, aussteigen, vom Stehtisch aus bestellen, reinbeißen und genüsslich kauen dauert alles in allem fünf Minuten. Wunderbar, ohne Tischbestellung und unübersichtliche Speisekarte. Der Kartoffelsalat ist hausgemacht und die Riesencurry wirklich riesig. Gibt es eine bessere Versorgung? Sicherlich, aber nirgendwo so günstig und so ehrlich. In der Stadt gibt es viele dieser »Grillstationen«, mit etwas Kleingeld muss kein Hamburger verhungern!

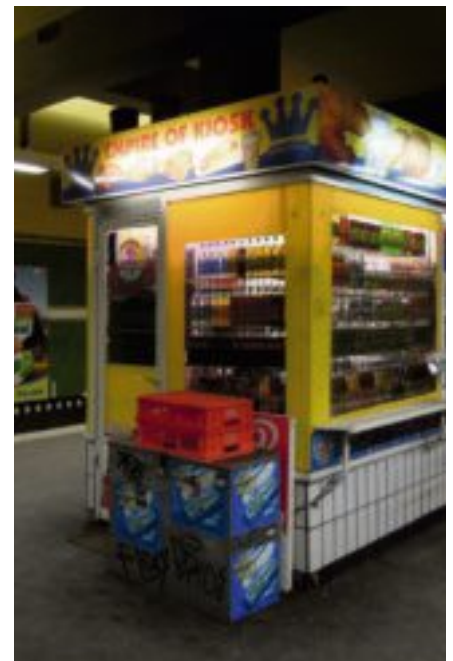


Kunst macht Appetit

➤ Kein Museum mehr ohne Shop und ohne Café! Als würde der kunstinteressierte Besucher nach dem Betrachten großer Werke, etwa von Caspar David Friedrich oder Gerhard Richter, vor Erschöpfung zusammenbrechen, hält mittlerweile fast jedes Museum im eigenen Haus ein Café bereit. Es soll sogar Leute geben, die nur dort einkommen – ohne Kunstgenuss vorab oder hinterher. Wenn der Kuchen schmeckt und die Gäste cool sind, why not?

➤ Es gab einmal Tankstellen, da wurde getankt. Weiter nix. Heutzutage ist das Tanken eher Nebensache. Mindestens ebenso wichtig ist: Ob nun Butter und Marmelade, Zeitschriften, Zigaretten, Eis, Kaffee, belegte Brötchen, Bier, Prosecco, Blumen oder Tampons – wer sich von den exorbitant hohen Preisen nicht abschrecken lässt, kann hier alles kaufen. Welch ein Segen, dass man notfalls auch noch zu nachtschlafender Zeit an seinen Wodka oder die Milchschnitte kommt.

Tanken ist Nebensache



Für den kleinen Konsum

➤ Selbst an den größeren Hamburger U-Bahn-Stationen muss niemand verdursten oder sich seinen Traum von einer Tüte Haribo verkneifen. Anstatt vor sich hin glasend auf die nächste Bahn zu warten, kann man sich im Bahnhofskiosk rasch mit allem eindecken, was man in dem Moment für nötig hält. Dumm nur: In der U-Bahn sollte man sich nicht gleich über das Eis, die Fressalien oder das ersehnte Bier hermachen. Das kann mit einem Bußgeld geahndet werden.

GEGESSEN!

ÜBER DIE GEMEINSAME MAHLZEIT

► Stanley Kubrick lässt am Ende seines Films »2001 – Odyssee im Weltraum« den Astronauten Dave auf einen alten Mann treffen, der in einem grell erleuchteten Saal ein einsames Mahl verzehrt. Der stumme Greis ist er selbst, Lichtjahre entfernt von jeder menschlichen Gemeinschaft. Mehr als 40 Jahre nach der Premiere des Kultfilms sieht es so aus, als ob die westliche Welt dabei ist, das einsame Essen zur Norm zu machen – das schnell erwärmte Fertigfutter, verschluckt in Minuten. Die aus frischen Zutaten selbst zubereitete und gemeinsam verzehrte warme Mahlzeit droht für die Mehrheit zum nicht alltäglichen Luxus zu werden. Nur an Wochenenden und an Festtagen überleben noch Reste bürgerlicher Gastlichkeit, zumindest trifft

man sich zum Sonntags-Brunch oder am Grill.

Wie konnte es dazu kommen?

Eine nächstbeste Antwort lautet: weil es geht. Weil es so einfach geworden ist, seinen Hunger zu stillen – spontan, sofort, überall und jederzeit. Ein ausgiebiges Frühstück daheim gönnen sich nur noch wenige. Dafür muss die mobile Gesellschaft auf dem Weg zu Schule oder Job durch einen Dschungel essbarer Verlockungen: Jeder Zeitungskiosk verkauft belegte Brötchen, die Bahnhofshalle riecht

nach frisch aufgebackenen Croissants und Brezeln, die Dönerspieße drehen sich Tag und Nacht, Drinks und Snacks kullern aus dem Automaten. Die Leute essen und trinken im Bus, im Zug, im Auto, im Gehen, im Stehen, beim Websurfen – und am Arbeitsplatz.

Soziologen sprechen deshalb schon länger nicht mehr von Mahlzeiten, sondern von »Verzehrsituationen«, um dieser massenhaften Flucht vom gedeckten Tisch gerecht zu werden,



Opulentes Gelage:
»Die Hochzeit zu Kana«
von Paolo Veronese (1563)



Und ewig dreht sich der Dönerspieß: Die Mahlzeit verschwindet aus dem Alltag und damit auch das, was Menschen zusammenbringt.





Jeder hat eine andere Vorstellung von irdischen Genüssen:
Louis de Funès in der französischen Komödie
»Brust oder Keule« von 1976 ...



die in ambulanter Beliebtheit endet. Wenn zwei nebeneinander stumm ihren Big Mac mit Tüten-Pommes und Cola vertilgen, ist das kein Menü und hat mit dem, was einmal Mahlzeit bedeutet hat, nur noch sehr wenig zu tun. Das fröhlich gekrähte »Mahlzeit!« als abgekürzter deutscher Mittagsgruß übrigens auch nicht; er erinnert nur noch entfernt an den großflächig ausgestorbenen Brauch, um Gottes Segen zu bitten für sein täglich Brot. [...]

Das Verdrängen der Mahlzeit aus dem Alltag begann vor etwa 150 Jahren. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts aß die Mehrheit der Deutschen noch drei bis vier Mal täglich. Das Tischgebet bildete den unverzichtbaren Auftakt zum Mahl. Die oft recht schlichten Gerichte (Brotsuppe, Getreidebrei, Kartoffeln) wurden im Hof mit dem Gesinde oder in der Familie kollektiv eingenommen. Obst und Gemüse kamen fast immer aus dem eigenen Garten, Fleisch gab es sehr selten. Auch auf dem Feld aßen alle zu-



sammen in den Arbeitspausen. Mit Einführung der Industriearbeit ändert sich das Leben der neuen Proletarier radikal. »Die Industrie gibt mit ihrer Arbeitszeit und den Pausen die Rhythmen für die Essenseinnahme vor, und je weiter entfernt der Einzelne vom Arbeitsplatz wohnt, desto mehr setzen sich zwangsläufig neue, rationalere Formen durch«, bemerkt Thomas Kleinspehn 1987 in seinem Buch »Warum sind wir so unersättlich?« [...]

Die technischen Möglichkeiten der überregionalen Massenversorgung mit Lebensmitteln wuchsen schnell. Dennoch war die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts für die meisten Deutschen vor allem geprägt von langen, harten Hungerperioden. In den Großstädten boten die Kneipen mit Bockwurst, Soleiern und Buletten den Angestellten billigen Ersatz für Mutters verlorene Küche: Es war die Geburtsstunde der Imbisskultur. Man aß im Stehen, am Tresen, meistens allein. In den Krisenjahren nach 1929 wurden Armensuppen an die Arbeitslosen verteilt. Da nach der Währungsreform von 1948 die meisten der neuen Unternehmen sich das Geld für die Kantinen sparten und nicht jeder mit Stullen versorgt wurde, blühte das Geschäft der Wurstbuden und Hähnchenbrater vor den Werkstoren. Erst später zogen sie in die Innenstädte. Dazu gesellten sich bald die ersten Pizzerien und Wienerwald-Lokale als willkommene Abwechslung von Muttis Kochkunst.

Bis weit in die 60er-Jahre war es durchaus üblich, wenigstens das Abendessen in den eigenen vier Wänden einzunehmen, zu streng geregelten Uhrzeiten. Dabei herrschte

... sowie Bruno Ganz und Peter Falk in Wim Wenders'
grandiosem poetischem Filmdrama
»Der Himmel über Berlin« aus dem Jahr 1987



»Zucht und Ordnung« bei Tisch. Wer als Kind zu spät zum Essen kam, musste hungrig zu Bett. Wie oft endeten Tischgespräche mit dem väterlichen Machtwort: »Solange du deine Füße unter meinen Tisch streckst, tust du, was ich dir sage.« Gegessen wurde, was Mutter auf den Tisch brachte.

Die antiautoritäre Studentenbewegung entlarvte auch die bürgerlichen Mahlzeiten als lustfeindliche Werkzeuge der Unterdrückung in der Familie. Die patriarchalische Tischordnung galt ihr als ebenso überholt wie das »Heimchen am Herd« als angestammte Frauenrolle. Dass die 68er in ihrer Kulturrevolution zwar die Macht der Väter auch am Esstisch gebrochen, aber selbst keinen Beitrag zur deutschen Esskultur geleistet haben, mag man bedauern. Wer jedoch in der WG-Küche vor allem über den revolutionärsten Weg zur Abschaffung des Kapitalismus debattierte, zerbrach sich nicht den Kopf, was er morgen Mittag kochen sollte. Zur Mensa reichte es immer. Der organisierte Boykott der Freiburger Mensa I wegen einer Preiserhöhung brach Mitte der Siebziger kläglich zusammen, als die Köche »Forelle Müllerin« auftrichteten.



Warum überhaupt noch kochen? Das fragte sich auch die Hausfrau. Die Industrie schuf ja ständig neue Möglichkeiten, die dafür aufgewendete Zeit weiter zu verkürzen, zum Beispiel mittels der Gefriertruhe. Wurden im Jahre 1960 erst 400 Gramm Tiefkühlgerichte pro Kopf und Jahr konsumiert, so waren es 1990 bereits 16 Kilo. Der bis heute unaufhaltsame Aufstieg der Tiefkühl-Pizza zum zentralen Lebensmittel Europas begann schon vor 40 Jahren. Parallel dazu wurde das Essen vorm Fernseher immer populärer. Es kam Farbe auf den Bildschirm, Farben und künstliche Aromen kamen auch ins Essen.

Am 4. Dezember 1971 eröffnete McDonald's seine erste deutsche Filiale – in München. Heute stehen Tausende Hamburger-Lokale im ganzen Land. [...] Erst im Fast-food erreicht die industriell erzeugte Ware Essen ihre barbarische Vollendung: Die Zubereitung ist auf Minuten geschrumpft, der künstlich verstärkte Geschmack ist global nivelliert, die Sättigung optimiert. Die Hamburger-Lokale sehen überall gleich aus, das Essen ist aller sozialen Bezüge enthoben. Nun ist die Entfremdung des Fastfood-Essers von seiner Ernährung in allen Details perfekt: Es ist ihm egal, wo sie herkommt, wie man sie zubereitet, was sie enthält, wann er sie isst. Er braucht dazu weder Messer noch Gabel. Und darüber zu reden lohnt nicht. Stattdessen kann der ge-



Von der Macht des gemeinsamen Essens
erzählt in eindringlichen Bildern der dänische Film
»Babettes Fest« von 1987 ...

langweilte Konsument nebenbei eine der mittlerweile rund 30 Kochshows im Fernsehen konsumieren. Als Zuschauer sitzt man wie ein Voyeur an einer Tafel, von der man sich selbst ausgeschlossen hat. Gemampft wird nebenher, gekocht jedenfalls nicht. Mahlzeit im kulturellen Wortsinn kann man das gierige Einverleiben normierter Essportionen und das alberne Schaukochen nicht mehr nennen.

Aber was nicht vermisst wird, wird auch nicht betrauert. Wirklich nicht? Über das Essen verschafft sich der Mensch die emotionale Sicherheit, die er zum Leben braucht. Die Leibgerichte und Mahlzeiten seiner Kindheit prägen ihn fürs Leben. Glückliche, wer auf dem Lande aufwuchs und als Kind noch in den Genuss großer Familienfeste und üppig gedeckter Tische gekommen ist, wer nach der Weinlese oder der Heuernte Hunger und Durst in fröhlicher Runde stillte. Nie schmeckte das Essen

besser. Und der Wein dazu.



[...] Schichtarbeit und verlängerte Ladenöffnungszeiten haben überkommene Tagesrhythmen und kulturelle Essrituale immer mehr durchlöchert und ausgehöhlt. Auch die Kantinen verlieren an Zulauf. Fast 70 Prozent der Angestellten gehen mittags am liebsten zu einem Imbiss auf die Straße: Currywurst, Döner, Hamburger und Pizza haben der mitgebrachten Stulle längst den Rang abgelaufen. Andere lassen das Mittagessen ganz ausfallen und bleiben vor dem Bildschirm hocken. Während die rechte Hand die Tastatur des PC bedient, greift die linke zum lauwarmen Stück Pizza. Den Marketingstrategen der Ernährungskonzerne wie Nestlé und Kraft Foods reicht das aber nicht. Sie wollen uns das Essen zwischendurch 24 Stunden am Tag schmackhaft machen, eine endlose Folge von Snacks und Riegeln und Convenience Food. Sie träumen schon von einer Zukunft ohne Privatküchen, dann wäre die Abhängigkeit der Verbraucher vom perfekt designten Industrie-Food total. Die

Hälfte aller Berufstätigen ist bereits übergewichtig, viele Kinder sind auf dem besten Wege dazu.

Der Alltag der Familien ist bekanntlich in ein enges Korsett von Pflichten und Terminen geschnürt. [...] Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung empfiehlt dennoch unbeirrt: »Versuchen Sie, so oft wie möglich gemeinsam zu essen – möglichst mit allen Familienmitgliedern, zu einer fest vereinbarten Uhrzeit.« Und möglichst einmal an jedem Tag. Das ist nicht naiv, sondern notwendig. Gemeinsame

... aber auch das Gemälde »Le Dîner, effet de lampe« von Félix Vallotton (1865–1925), das heute im Musée d'Orsay in Paris hängt



Mahlzeiten sind mehr als bloße Nahrungsaufnahme, schon der Säugling will unbedingt mit am Tisch sein. Die häusliche Tafel bleibt immer noch der beste Ort, um Tischsitten zu lernen und das richtige Mittelmaß zwischen zu viel und zu wenig. Familienessen fördern das immens wichtige Gefühl von Zusammengehörigkeit und Geborgenheit. Zwar werden sie von vielen Kindern und Jugendlichen zu oft als lästiger Zwang empfunden. Doch Mamas knusprige Hähnchenkeulen vom Ofenblech locken sie dann doch weg von der Spielkonsole. Denn das aufwendigere Selberkochen werten Jugendliche als größeren Liebesbeweis als das Aufwärmen von Fertiggerichten in der Mikrowelle – was sie ohnehin selber können.

Auch die empirische Forschung bestätigt: Kinder, die häufig mit ihren Eltern essen, ernähren sich gesünder, konsumieren seltener Drogen, Alkohol und Zigaretten, sind im Durchschnitt weniger depressiv und suizidgefährdet und haben auch bessere Schulnoten als Gleichaltrige, die kaum gemeinsam am Tisch sitzen. Zudem fördern die Gespräche am Familientisch die Sprachkompetenz der Heranwachsenden und geben ihnen eine feste Struktur für den Tag. Zu diesen Ergebnissen kam vor einiger Zeit die Abteilung für Epidemiologie der Universität von Minnesota in Minneapolis (USA) in einer langjährigen Studie. Essen hat gemeinschaftsbildende Kraft: Kultur wird dabei regelrecht einverleibt. »Gemeinsames Essen glättet Differenzen und macht empfänglich für Botschaften«, schreibt die Bremer Psychologie-Professorin Gisla Gniech in »Essen und Psyche«. Einsames Essen hingegen, das ständige Fehlen einer Tischgemeinschaft, führt über kurz oder lang zu Neurosen, es macht früher oder später krank.



Der Starkoch Christian Rach aus Hamburg glaubt, wie er gegenüber dem Spiegel sagte, eine »neue Lust am gemeinsamen Tun« festzustellen. »Und da gehören Essen, Trinken und Kochen einfach dazu.« Wollen wir es hoffen. Denn es gibt gesunde und ganz unspeißige Alternativen zu TK-Pizza auf der Couch oder Würstchen vom Grill. Und so schwer ist Kochen nun auch wieder nicht. Nur Zeit gehört unabdingbar zu jedem echten Mahl. *Max Berger*

Ich habe in
meinem Leben nie
eine Mahlzeit versäumt
und nie ein Medikament
eingenommen.

Johannes Brahms

Das Essen
soll zuerst das
Auge erfreuen und
dann den Magen.

Johann Wolfgang
v. Goethe

Köche
sterben niemals
Hungers.

Russisches Sprichwort

Ungare Speisen
zieht man
nicht vom Feuer,
um sie zu essen.

Weisheit von der
Elfenbeinküste

Ein guter
Koch ist ein
guter Arzt.

Deutsches Sprichwort

Kochen erfordert eine gewisse
Konzentration, eine gewisse
Liebe, eine zärtliche
Aufmerksamkeit.

Norman Mailer

Man darf
nicht essen,
was ein Gesicht hat.

Paul McCartney

Essen ist eine höchst ungerechte Sache:
Jeder Bissen bleibt höchstens zwei
Minuten im Mund, zwei Stunden im Magen,
aber drei Monate an den Hüften.

CHRISTIAN DIOR

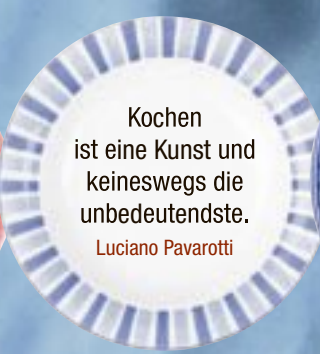
SPRICHWÖRTLICH

LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN



Lass mich in
deinen Suppentopf
gucken, und ich sage
dir, wer du bist!

Aus Russland



Kochen
ist eine Kunst und
keineswegs die
unbedeutendste.

Luciano Pavarotti



Widme dich
der Liebe und
dem Kochen mit
ganzem Herzen.

Dalai Lama



Seit Erfindung
der Kochkunst
essen die Menschen
doppelt so viel, wie die
Natur verlangt.

Benjamin Franklin

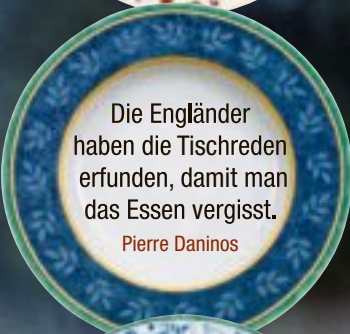


Phantasie und
Liebe sind gute
Gewürze.

Niederländisches
Sprichwort

Wenn ein Mann für dich kocht
und der Salat enthält mehr als
drei Zutaten, meint er es ernst.

PENELOPE CRUZ



Die Engländer
haben die Tischreden
erfunden, damit man
das Essen vergisst.

Pierre Daninos



Nach einem
guten Essen kann
man jedem vergeben –
sogar seinen eigenen
Verwandten.

Oscar Wilde

Das Beste am Norden sind unsere Mönche

Klingt das nicht ein wenig nach Werbung? Ja, soll es auch, und zwar für einen ganz und gar ungewöhnlichen Ort im südlichen Schleswig-Holstein, für das Kloster Nütschau. Hügelig, anschmiegsam und mit Alleebäumen verziert zeigt sich die Landschaft zwischen Bad Oldesloe und Bad Segeberg. Ähnlich der wunderbaren Seenlandschaft mit dem Schloss in Eutin oder der waldreichen Hügel mit Gut Panker an der Ostsee bietet hier Travenbrück ein seltenes Schmuckstück in Form eines ehemaligen Wasserschlosses, heute ein charakteristisches Dreieckelhauses, das im Jahr 2006 renoviert wurde. Die Klosteranlage in Nütschau wird bestimmt von dieser architektonischen Schönheit.

Am 3. Februar 1951, dem Fest des heiligen Ansgar, erwarb der für diese Region zuständige Bischof von Osnabrück das Gut Nütschau für die Benediktiner der Abtei Gerleve im Münsterland und vereinbarte mit ihnen: Nütschau wird – mit dem Namen »Haus St. Ansgar« – zunächst als Exerzitienhaus eröffnet. Ziel war die Errichtung eines Klosters nach der Regel des heiligen Benedikt.



Vor vielen Jahren besuchte ich im Süden Deutschlands die Benediktinerabtei St. Georg in Weltenburg an der Donau nicht zuletzt wegen der barocken Abteikirche. Weit mehr weltlich ist allerdings die Erinnerung an die Klosterbrauerei und die Klosterschenke. Trubel und Heiterkeit mit Bier und Knödeln unter freiem Himmel. Nütschau hingegen präsentiert sich, wie es in eigener Beschreibung heißt, als Stätte der Besinnung, Bildung und Begegnung. Hierher kommt man nicht als Tourist, nein, man ist zu Gast an einem Ort der Einkehr.

Tatsächlich ist die Ruhe in den Häusern und innerhalb der gesamten Anlage schon beim Näherkommen auffallend. Selbst wenn der große Parkplatz gegenüber der Klostermauer total besetzt ist, macht sich das im Haus nicht bemerkbar, gerade so, als gäbe es die Übereinkunft für einen »Bereich der Stille«.

Man muss nicht leben wie ein Mönch, um ins Kloster zu gehen. Jedenfalls nicht, wenn man für einen Nachmittag oder ein Wochenende zur Besinnung kommen möchte und einmal fernab der hektischen Großstadt Ruhe sucht. Und

Wer hier lebt oder zu Gast ist,
soll spüren, dass Gott den Menschen
Hoffnung und Zukunft gibt.



Kreisförmiger Innenraum der modernen Klosterkirche



Das dreigiebelige Herrenhaus



Monstranz bei der Fronleichnamsprozession 2014



Holzbrücke zwischen dem Kloster und Haus St. Ansgar

Der »Stille Bereich«
bietet Einzelgästen die Möglichkeit
zur Besinnung und Erholung.

Hier kann man gut zur Besinnung kommen

das geht kaum irgendwo schöner als in Nütschau, dem nördlichsten Benediktinerkloster Deutschlands. Besucher können sich als Gast einmieten.

Das Seminarangebot ist umfangreich und thematisch breit gefächert, die Möglichkeit zu einem längeren Aufenthalt im Kloster ist gegeben. Das Essen aus der klostereigenen Küche sowie das Gebet in der Kirche erfreuen Körper und Geist, dazu kommt die herzliche Atmosphäre und das Gefühl des Aufgehobenseins unabhängig von der Konfession: »Die Türen sind für jeden geöffnet.«

Im Herbst letzten Jahres war ich schon einmal im Kloster. Mein Gesprächspartner war erkrankt, somit übernahm Bruder Willibrord, Leiter des Hauses St. Ansgar, die Aufgabe, mich zu empfangen. Wir kannten uns nicht, dennoch ergab sich ein sehr intensives und unterhaltsames Gespräch von fast dreistündiger Dauer. Wie konnte das sein? An einem Freitagnachmittag, im hintersten Zimmer eines mit wunderbaren Bildern geschmückten Flures, hatte sie sich fast unbemerkt eingeschlichen in diese unverhoffte Begegnung: die Zeit. Wir



haben uns beide die Zeit genommen, hinter den Klostermauern und mit der zeitlosen Ruhe von Bruder Willibrord wurde es möglich, innezuhalten. Die Zeit ist heute der kostbarste Rohstoff unseres Lebens. Was fehlte: Hektik, Termine und der geräuschvolle Alltag, letztlich auch die Handymelodie.

Gut zwanzig Jahre früher habe ich am Rand der großen Wiese vor dem Dreieckelhaus bei gutem Wetter Bilder gemalt. Nicht Motive vom Kloster, sondern Farbkompositionen, die sich durch die, wie ich es damals empfand, Abgeschiedenheit des Ortes ergaben. Das kann man durchaus Inspiration nennen.

Als ich nach dem Gespräch mit Bruder Willibrord wegen des Einkaufs zum Wochenende in Ahrensburg anhielt, empfing mich der Lärm des dort stattfindenden Oktoberfestes. Nein, es war zu laut! Das ungewohnte Gefühl durch die Abwesenheit von Lärm ist nur *ein* erwünschtes Ziel des Klosteraufenthalts, mehr noch ist es der innere Friede, um mit Gott in Kontakt zu kommen. In vielen Kursen des Hauses geht es um den Frieden mit anderen Menschen. [PA]

Benediktiner-Kloster Nütschau | Haus St. Ansgar | Stätte der Besinnung, Bildung und Begegnung
Schlossstraße 26 | 23843 Travenbrück | www.kloster-nuetschau.de

Empfang Haus St. Ansgar/Klosterpforte

Montag bis Freitag 8:00 bis 12:00 Uhr und 14:30 bis 17:00 Uhr; Samstag 8:00 bis 15:00 Uhr
Telefon 04531/5004-0 | Telefax 04531/5004-100 | E-Mail: empfang@haus-sankt-ansgar.de



Himmelsche Klänge:
die Stormarn Singers 2014



Fronleichnamsprozession 2014



Am Tag der Prioorenwahl im Januar 2015

Hier wird etwas gelebt, was Menschen
Hilfe bieten kann, ihnen Struktur und Verlässlichkeit,
vielleicht sogar Sinn gibt.



PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG

In Gemeinschaft leben. Seit 1619



► **Dem Schreckgespenst den Schrecken nehmen.** Nach aktuellen Schätzungen leben in Deutschland rund 1,3 Millionen Menschen mit Demenz. Und der demografische Wandel lässt die Anzahl kontinuierlich steigen. Gleichzeitig wächst bei vielen die Angst, da Vorurteile gegenüber diesem Krankheitsbild in der Bevölkerung weit verbreitet sind. Umso wichtiger ist eine Kampagne wie »Konfetti im Kopf«: Unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Olaf Scholz und mit **PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG** als einem der Hauptsponsoren fand Mitte März in der Hamburger City die weltweit erste Parade zum Thema Demenz statt. Die fröhliche Demonstration wurde von diversen Informationsveranstaltungen begleitet, die darüber aufklärten, dass auch ein Leben mit Demenz lebenswert ist und sowohl Betroffene als auch Angehörige mitten in die Gesellschaft gehören. Um das zu unterstreichen, erwies sich der Rathausplatz als optimale Kulisse für die abschließende Kundgebung.

Verständnis für das Krankheitsbild Demenz: Die Kampagne KONFETTI IM KOPF



Ausflug zum Rathausmarkt

29. April ► Das gemeinsame Kunstprojekt von Bewohnern aus HORN und Schülern der Stadtteilschule bot Anlass für einen gemeinsamen Museumsbesuch. Alt und Jung

machten sich auf den Weg zum Bucerius Kunstform, in dem noch bis zum 25. Mai eine Miró-Ausstellung gezeigt wird. Eindrucksvoll waren dabei nicht nur die Kunstwerke, sondern auch die Fahrt mit der U-Bahn in die Hamburger City.

Ein lebendiger Freiraum für das gemeinsame Erleben und Tun

12. Februar ► In Hamburg Altona sind im KONFETTI-Café alle herzlich willkommen: Bewohner des Quartiers aller Generationen, Spaziergänger, vor allem aber Menschen mit Demenz, die zu Hause leben, und ihre Angehörigen. Im KONFETTI-Café geht es künstlerisch-musikalisch zu. Unter Anleitung von Kunst- und Musiktherapeuten wird gemeinsam gestaltet, gemalt, gewerkelt, gelacht und gesungen. Regelmäßig lädt das Café auch Schulklassen, Kinder aus Kindergärten und Pflegeschüler ein. Sie alle lernen in kreativer Atmosphäre den selbstverständlichen Umgang mit Menschen mit Demenz. Hier wurde im Übrigen das Konzept zur weltweit ersten KONFETTI-Parade 2015 von den Organisatoren vorgestellt (siehe vorige Seite).



Ein Hauch von Bella Italia

12. Januar ► Mit großem Eifer wurden im Wohnbereich von PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD von unseren Bewohnern Pizzen gebacken. Der Teig wurde mit viel Liebe selbst zubereitet, geknetet und ausgerollt. Anschließend mit leckeren Zutaten wie Salami, Schinken, Käse und Kräutern je nach Geschmack belegt. Allgemeine Meinung der Bewohner: »Das können wir ruhig öfters machen.«

Kuchen und Torten nach Hausfrauenart



20. Februar ► Bei strahlendem Sonnenschein ging es am Nachmittag nach Hasloh ins Palmencafé. Die WILHELMSBURGER Bewohner saßen unter Palmen und ließen sich den selbstgebackenen Kuchen und frischen Kaffee schmecken. Für alle Beteiligten ein gelungener Nachmittag!



Weltsprache Musik: Ein grandioser Auftakt

26. Februar ► Lotto King Karl eröffnete gestern die Jahresauftaktveranstaltung zum Jahresmotto »Weltsprache Musik«. Spätestens als der ganze Saal die Hymne »Hamburg, meine Perle« sang, spürte jeder Gast am eigenen Leib, wie verbindend Musik sein kann. Moderator Andreas Clausen führte durch den Abend und entlockte seinen Gesprächspartnern informative, unterhaltsame und zum Teil sehr emotionale Beiträge. Magdalena Abrams stellte ihren Verein Musiker ohne Grenzen e.V. vor und rührte das Publikum mit einem vertonten Brief über den »Weihnachtsfrieden 1914«. Über die therapeutischen Einsatzmöglichkeiten und Erfolge von Musik berichtete Musiktherapeutin Karin Jüchter, und für den amüsanten Teil des Abends sorgte Armin Fischer. Der Klavierkabarettist begeisterte sein Publikum mit virtuosem Spiel und geistreichem Humor. Ein grandioser Auftakt für viele weitere musikalische Veranstaltungen in diesem Jahr!



Musik verbindet. Das wurde auch auf der Jahresauftaktveranstaltung von PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG in der Handwerkskammer (r.) deutlich. Gastgeber Thomas Flotow (l. u.) begrüßte u. a. Lotto King Karl (o. l.), Armin Fischer (r. o.) und Magdalena Abrams (r. Mitte)



Mein Garten zu Hause



15. März ➤ Der Frühling kommt mit ganz großen Schritten auch bei uns in PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD an. In liebevoll gestalteten Töpfchen haben unsere Bewohner schon mal Kräuter ausgesät. Das Ergebnis ist sicherlich nicht nur als Tischdekoration ein Augenschmaus, Probieren ist erlaubt. Wir sind gespannt, was da so wächst.

Velkommen til Hamborg

20. April ➤ In Uhlenhorst waren im April 15 dänische Schüler und 2 Lehrkräfte der Social og Sundhedsskolen Herning zu Gast. Die jungen Menschen im Alter zwischen 16 und 20 Jahren informierten sich über die Versorgung von pflegebedürftigen Menschen bei PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST. Ein Rundgang mit der Pflegedienstleitung und den Wohnbereichsleitungen durch die drei Häuser rundete den Besuch ab. Unsere interne Dolmetscherin, Fr. Ugorji aus dem Geschäftszimmer, erklärte die Konzepte der Häuser (Haus der Schwerstpflege, Haus der Aktivität und Haus der Demenz).



Fasching am HUSARENDECKMAL

16. März ➤ Stimmungschanone Margot Schöneberndt brachte unsere Faschingsfeier richtig zum Kochen. Das Wochenblatt schrieb vor einiger Zeit: »Sie hat das Image der ›Stimmungstante‹ weg. Aber nichts anderes wollte sie sein.« »Ich wollte immer Lustigkeit verbreiten«, sagt sie selbst, und dies tut sie, das spürten auch wir! Ich zitiere noch mal das Wochenblatt: »Runter in den Saal und ran an die Leute«, lautet ihre Devise. Damit bringt sie auch noch mit 75 Jahren Jung und Alt in Wallung. Wenn sie in die Tasten ihres Akkordeons greift, tobt der Saal. Margot Schöneberndt begeistert alle.« Mit vielen Geschichten und Späßen versteht sie, unsere Bewohner aus der Reserve zu locken. Vielen Dank!

Zum Schluss wurde mitgesungen



20. März ➤ Großer Genuss bei kleinem Klavierkonzert am Nachmittag: Vergangenen Samstag versüßte ein ehrenamtlicher Pianist den HEIMFELDER Bewohnern den Nachmittag. Hingerissen lauschten sie den klassischen Werken von Mozart bis Strauß. Der Pianist Herr Sivak verstand es, die Stimmung aufleben zu lassen, sodass zum Schluss sogar mitgesungen und Zugaben verlangt wurden. Ein Ohrenschmaus, der mit begeistertem Beifall belohnt wurde.



Tag der älteren Generationen

2. April ➤ Gemeinsam mit dem Hauptorganisator, dem Pflegestützpunkt Hamburg-Mitte, lud PFLEGEN & WOHNEN HORN am 1. April zum »Tag der älteren Generationen« in seinen Festsaal ein.

An Infoständen präsentierten sich die Seniorenbetreuung Billstedt, die AWO Horn sowie der HVV. In kleinen Vorträgen und Vorführungen wurden von den beteiligten Institutionen, von der Polizei und der Feuerwehr einzelne Projekte vorgestellt, wie zum Beispiel die Förderung von Barrierefreiheit an Bahnhöfen. Praktische Übungen für Fitness und Mobilität im Alltag demonstrierte Physiotherapeut Herr Sutardji, und natürlich durfte auch das Thema Sturzprophylaxe nicht fehlen.

Den Höhepunkt des Nachmittags stellte allerdings der Auftritt der HORNER Theatergruppe »Vergiss mein nicht« dar, in dem Bewohner der Einrichtung gemeinsam mit den Schauspielern Cosma Dujat und Matthias Listner ihr erstes gemeinsames Stück erfolgreich auf die Bühne brachten. Unter Anleitung von Herrn Rasquin präsentierten darüber hinaus die »Showsternchen« ihre Künste.

Ein bunter Mix von informativen Vorträgen und unterhaltsamem Bühnenprogramm!



Zum »Osterkränzchen« in ALTONA



7. April ➤ Am Ostersonntag lud PFLEGEN & WOHNEN ALTONA Bewohner, Angehörige, Nachbarn und Mitarbeiter zum »Osterkränzchen« ein. Mit vereinten Kräften wurde das Erdgeschoss bunt und österlich geschmückt. Ehrenamtliche und Mitarbeiter haben das Rührgerät angeschmissen und wunderbar leckere Kuchen und Torten gezaubert. Einem gemütlichen Osternachmittag stand also nichts mehr im Wege. Abgerundet wurde der Tag mit einem musikalischen Beitrag vom Konerz Duo. Zu den Klängen von Geige und Klavier konnte man sich wunderbar auf das Osterfest einstellen.

Neugierige Schüler machen ein Praktikum

➤ Praktikumsboom! Zum Schnuppern ins Berufsleben sind zurzeit vier Schülerpraktikanten in der Sozialen Betreuung bei PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD im Einsatz. Voller Neugier und Tatendrang sorgen sie für viel Spaß und Abwechslung auf den Wohnbereichen.





Ist die Pflegeversicherung zukunftstauglich, oder gibt es seitens der Leistungen zu hohe Erwartungen?

➤ Die Pflegeversicherung wurde mit ihrer Einführung als sog. »Teilkasko« ausgebildet. Anders, als wir es aus den übrigen Zweigen der Sozialversicherung kennen, steht also eine deutlich stärkere finanzielle Beteiligung der Versicherten im Fall der Inanspruchnahme von Leistungen schon in der Geburtsurkunde des SGB XI. 1995–1996 profitierten daher insbesondere die Sozialhilfeträger von der neu geschaffenen Versicherungslösung, da sie, damals wie heute, einen erheblichen Finanzierungsanteil leisten müssen. Die über zwei Jahrzehnte nicht wesentlich dynamisierten Leistungen haben diesen Effekt aufgezehrt. Die am 1. Januar 2015 vorgenommene Erhöhung der Leistungsbeträge aus der Pflegeversicherung hat die Entwicklungen der vorangegangenen Jahre nicht ausgleichen können. Wir sollten uns m. E., bevor wir über Leistungen der Pflegeversicherung sprechen, als Gesellschaft die Frage beantworten, was uns die soziale Absicherung des Pflegerisikos, vor allem aber, was uns die generationengerechte Versorgung Pflegebedürftiger wert ist, also ganz profan, was sie uns kosten soll und darf. Der Generationenvertrag betrifft auch die Pflegeversicherung, d. h. wir benötigen einen ehrlichen gesamtgesellschaftlichen Diskussionsprozess, der die unbestreitbaren Fakten des demografischen Wandels, der mit anwachsender Hochaltrigkeit zunehmenden Pflegebedürftigkeit sowie den weiter aufwachsenden Anteil demenzieller Erkrankungen aufgreift und hieraus Betreuungs- und Finanzierungsbedarfe ableitet, die anschließend, analog der Rentenversicherung, geschultert werden müssen. Als Versicherte werden wir uns unweigerlich auf höhere Beiträge einstellen müssen, aber auch der Bundestag wird die Frage zu beantworten haben, ob die vor uns liegende Generationenverschiebung dauerhaft ohne Steuermittel auskommen soll.

Welche Wunschvorstellungen haben Sie von der »Pflege der Zukunft«?

➤ Der Duden definiert den Wunsch als Begehren, das jemand hegt, dessen Erfüllung mehr erhofft als durch eigene Anstrengungen zu erreichen gesucht wird. Unternehmen und die für sie Handelnden sind daher sicher gut beraten, nicht Wünsche in den Fokus ihres Tuns zu stellen, sondern sich Realitäten und Entwicklungen zuzuwenden. Pflege hat sich in den vergangenen Jahren rasant weiterentwickelt und professionalisiert. Hierzu zählen auch stärker differenzierte Angebote für die verschiedenen Bedürfnisse und Interessen der Menschen, die in ihrer Individualität ausgeprägter angesprochen werden möchten. Das erste Pflegestärkungsgesetz zeichnet hier deutliche Wege. Aktuell entsteht daraus in Teilen eine politische Diskussion, die stationäre Pflege als aussterbende Art betrachtet und andere Versorgungsformen präferiert. Diese Diskussion ist m. E. fehlgeleitet, da sie die aufkommende Versorgungsvielfalt einseitig begrenzt, ohne die nachfragende Gruppe mit einer adäquaten Alternative auszustatten. Wir sind in vielen Bereichen der Gesellschaft auf die erreichte Vielfalt berechtigt stolz, meinen aber in der Pflege politisch zu wissen, was für Pflegebedürftige »gut ist«. Wir sollten mutig sein und auch die Pflege dem Markt überlassen. Die Kunden bestimmen das Angebot und werden uns zeigen, was sie als angemessen bewerten. Kurz zurück zur ersten Frage, die Teilkasko-Pflegeversicherung lässt die Versicherten mit beträchtlichen Eigenanteilen zurück, und die Politik schränkt die Angebotsvielfalt ein. Das wünsche ich mir als Kunde keinesfalls!





Was bedeutet »Biografiearbeit« in Ihren Häusern?

► Auch hier möchte ich mit einem Blick in den Duden beginnen, der die Biografie als Beschreibung der Lebensgeschichte einer Person bezeichnet. Wir beschäftigen uns demzufolge mit der erfahrenen und erlebten Geschichte einer Bewohnerin oder eines Bewohners, mit ihr oder ihm, mit Lebensabschnitten (z. B. Schule, Ausbildung, Kriegszeit), wichtigen Meilensteinen (z. B. Hochzeit, erstes eigenes Auto), Vorlieben und Abneigungen, Interessen, Gewohnheiten und Hobbys. Diese vielfältigen Informationen bedingen ein hohes Vertrauen in unsere Beschäftigten, mit den erzählten oder in Kontakt zu Angehörigen, Freunden und Bekannten erlangten Informationen behutsam umzugehen, denn nicht jede Erinnerung ist angenehm. Besonders wichtig ist es für uns, keine neugierigen Befragungen oder investigativen Ermittlungen anzustellen, sondern zurückhaltend auf Aussagen und Beschreibungen, ebenso aber auch auf Mimik und Gestik zu achten. Menschen jeden Alters, in den unterschiedlichen Fachpflegebereichen des Unternehmens und auch in der Betreuung der Phase F lassen Wohlempfinden oder Ablehnung erkennen. Hier zeigt sich die hohe Qualifikation unserer Beschäftigten, kleine Anzeichen wahrzunehmen, zu verstehen und anhand der gewonnenen Erkenntnisse zu interpretieren, wenn die Sprache fehlt. In speziellen Fallbesprechungen mit biografischem Bezug werden andere Berufsgruppen, wie z. B. Therapeuten, Beschäftigte der Sozialen Betreuung und Hauswirtschaftskräfte, eingebunden, um ein sich rundendes Bild zu erhalten und hieraus pflegerisches Handeln ableiten sowie die weitere Betreuung der Bewohnerin bzw. des Bewohners individualisieren zu können. Biografiearbeit bildet eine stetige Aufgabe, denn auch Einzug und Leben in einem unserer Häuser bilden einen wichtigen Lebensabschnitt.

Bekommen die Mitarbeiter in Ihren Häusern genügend Anerkennung und/oder Betreuung?

► Wir sind zum Glück weit davon entfernt, unsere Beschäftigten betreuen und damit in unsere Obhut nehmen zu müssen, denn sie sind eigenständig wie selbstbestimmt. Unser Ziel ist es, unseren Beschäftigten ein verlässlicher, sicherer und berechenbarer Partner zu sein, der bereit steht, wenn es der Unterstützung bedarf. Zu eben diesem Zweck bieten wir unseren Beschäftigten vielfältige und vor allem kostenfreie Unterstützungsangebote, die ihnen in besonderen Lebenslagen schnell wie unbürokratisch Hilfestellungen anbieten. Ich freue mich sehr, diese Angebote gemeinsam mit den Kolleginnen und Kollegen des Betriebsrates entwickeln zu können, denn wir haben ein hohes Einvernehmen, dass außerhalb des Unternehmens liegende Hilfesysteme zunehmend nicht leistungsfähig genug sind. Als ein Beispiel möchte ich die Zusammenarbeit mit dem Fürstenberg Institut anführen, das Beschäftigten und ihren Familienangehörigen bei persönlichen, familiären, gesundheitlichen, dienstlichen, suchtbedingten und monetären Problemen schnell Hilfe zuteilwerden lässt. Genug Lob gibt es gar nicht, insofern müssen auch wir uns zurechnen lassen, nicht genug zu loben. 1.800 Beschäftigte und Auszubildende sorgen an 365 Tagen im Jahr 24 Stunden am Tag für unsere Kunden, unsere Bewohner, aber auch ihre Angehörigen, Betreuer, Ärzte, Krankenhäuser, Pflegekassen, Sozialämter und last but not least für unsere Beschäftigten selber. Vor dieser großen Leistung habe ich Hochachtung und danke allen Kolleginnen und Kollegen für ihren nimmermüden Einsatz.



Von Küchenfeen und Konvektomaten

Tagesablauf in der Verteilerküche PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD

➤ Zuallererst möchten wir Ihnen erzählen, was eine Verteilerküche ist. Eine Verteilerküche ist im Grunde genommen eine Mega-Großküche, die einer Industrieküche ähnelt. Hier werden in großen Gebinden die Speisen und Nahrungsmittel angeliefert und in Kühlkammern und Gefrierkammern bis zur Zubereitung gelagert. Wir bekommen dreimal pro Woche aus der zum Unternehmen gehörenden Speisenmanufaktur am LUTHERPARK unsere Speisekomponenten angeliefert. Unsere Warenannahme findet in den Vormittagsstunden statt, hier werden dann unsere Bestellungen zur Speisenversorgung kontrolliert und ordnungsgemäß in den verschiedenen Lagern verstaut und aufbewahrt. Streng nach Hygiene-Richtlinien, damit es dem Magen auch weiterhin gut geht.

Unsere Küchenfeen beginnen ihren Dienst um **6:00** Uhr. Als Erstes wird die Bandspüle eingeschaltet und mit dem restlichen Geschirr vom Vorabend bestückt. Täglich werden die Frühstücksbuffetwagen mit den bäckereifrisch gelieferten Brötchen und Brot sowie Aufschnitt und Käse, frischem Obst und Gemüse bestückt und vorbereitet. Die so vorbereiteten Wagen werden von den Servicemitarbeitern auf die Wohnebenen gebracht. Unser Frühstück bieten wir in der Zeit von **8:00** Uhr bis **10:00** Uhr an. Gern stellen wir auch danach für den

kleinen Hunger im Rahmen einer Zwischenmahlzeit Lebensmittel zur Verfügung. In der Zwischenzeit, in der unsere Bewohnerinnen und Bewohner ein ausgewogenes und vielfältiges Angebot des Frühstücks zu sich nehmen, beginnen in der Küche schon die Vorbereitungen für die Mittagsversorgung.

Die Speisekomponenten werden in den vortierten Etagen im Mittagswärmewagen schonend erwärmt. Dieser Vorgang dauert ca. eine Stunde. Im Konvektomaten werden die Kartoffeln frisch gekocht und anschließend noch mit



Organisation ist alles: Ingrid Holzkamp-Thäder



Butter verfeinert. Die Nachspeise wird manuell auf kleine Schälchen portioniert.

Zwischen den Mahlzeiten wird fortwährend das benutzte Geschirr in der Bandspüle gereinigt, aufbereitet und in den Tellerwärmer einsortiert. Das Mittagessen können unsere Be-

wohner und Gäste ab **12:00** Uhr im Restaurant zu sich nehmen. Das Mittagessen für unsere immobilen Bewohnerinnen und Bewohner wird auf den Wohnebenen in den wohnlichen und gemütlichen Gemeinschaftsräumen ausgegeben und dort gemeinsam eingenommen.

Für den Nachmittagskaffee sind die Mitarbeiter der Pflege oder des Services auf den Wohnbereichen zuständig.

Das Abendbrot wird genau wie der Frühstücksbuffetwagen vorbereitet und zum Transport auf die Wohnbereiche bereitgestellt. Wenn Sie nun denken, dass wir uns nur mit den Vorbereitungen beschäftigen, haben Sie sich geirrt! Zwischen den drei Hauptmahlzeiten werden in der Küche die gebrauchten Materialien und Arbeitsflächen laufend gereinigt, desinfiziert und immer von Neuem für die nächste Mahlzeit vorbereitet.

Die Mitarbeiter der Verteilerküche haben hierfür einen streng geregelten Ablaufplan, der sich Tag aus, Tag ein wiederholt. Somit wird sichergestellt, dass die Hygienevorschriften und Sicherheitsvorschriften stets eingehalten werden.

Zusätzlich bieten wir einmal wöchentlich zum Frühstück Rührei an. Was mit einem Bewohnerwunsch im Jahr 2014 gestartet ist, ist ein festes Ritual geworden, sehr zur Freude unserer Bewohner. So nun wissen Sie, wie das mit den Speisen bei uns so läuft. Unserem Team aus der Verteilerküche ist es das größte Bedürfnis, unsere Bewohner und Gäste zufriedenzustellen. Das größte Lob für uns ist es, wenn das Essen schmeckt und diese Rückmeldung bei uns ankommt, dann wissen wir: Wir haben einen tollen Job gemacht.



Ingrid Holzkamp-Thäder | Leitung Housekeeping PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD



Eine Institution: Das Hamburger Mandolinenorchester

➤ Gegen 19 Uhr belebt sich der Große Saal bei PFLEGEN & WOHNEN FINKENAU. Die Mitglieder des Hamburger Mandolinenorchesters treffen nach und nach ein, rücken die Tische zur Seite und stellen die Stühle im Halbkreis auf. Notenständer werden aufgeklappt, Freundinnen und Freunde begrüßt, Instrumente gestimmt. Die Saiten der bauchigen kleinen Mandolinen, der etwas größeren Mandolen und der Gitarren vibrieren und zirpen, brummen und schwingen.



Dazu noch Stimmen und Gelächter, nicht alle Neuigkeiten sind schon ausgetauscht. Aber als die Dirigentin kurz ihre Stimme erhebt, verebben alle Geräusche. Und mit dem Anheben des Taktstocks erklingt eine erst zarte Melodie von den kleinen Zupfinstrumenten, wird voller durch Gitarre und Bass, bis schließlich ein altes populäres Stück daraus wird. Die Probe hat begonnen.

Seit 1928 besteht das Hamburger Mandolinenorchester, es entstand aus dem Arbeiter-Wassersportverein von 1909. Und seit mehr als 50 Jahren trifft es sich bei PFLEGEN & WOHNEN. Nach dem Umzug von der Oberaltenallee in die Finkenau erklingen dort einmal wöchentlich im Großen Saal die Zupf- und Schlaginstrumente. Wobei »Schlaginstrumente« schon ein viel zu gewaltiges Wort ist für die zarten und meist hellen Töne, die hier Schellen und Tamburin entlockt werden, denn sie





Generationenübergreifend musizieren und Zuhörer mit eingängigen Melodien beglücken: Jeden Mittwochabend probt das seit über 80 Jahren existierende Hamburger Mandolinen-Orchester im Großen Saal von PFLEGEN & WOHNEN FINKENAU



dürfen den Klang der Zupfinstrumente nicht zerstören. Das dreißigköpfige Orchester spielt unter seinem Dirigenten Ulf Mummert und der stellvertretenden Dirigentin Brigitte Krohn Stücke aus der Volksmusik, aber auch Klassisches, das für diese spezielle Instrumentierung eingerichtet wurde. Das Orchester tritt gern bei PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG auf oder in anderen Senioreneinrichtungen. Höhepunkt jedes Jahr ist ein Auftritt in der Laeiszhalle, in diesem Jahr am 18. Oktober um 11 Uhr. Karten können schon jetzt vorbestellt werden.

»Wir würden uns freuen, jüngere Mitglieder zu gewinnen«, sagt die Vereinsvorsitzende Barbara Lubert, die mit ihrer Gitarre seit 1982 dabei ist. Wer also eines der hier erforderlichen Instrumente spielt und Interesse gewonnen hat, kann Kontakt aufnehmen: 040/22 18 59 (B. Lubert) oder per E-Mail: info@hmo-hamburger-mandolinen-orchester.eu



Jeder Bissen ein Stückchen Heimat



► Jetzt aber los! Ich ziehe meine Jacke an und schnappe mir meinen Fahrradakku. Die Regenhose und die Gamaschen sind im Rucksack verstaut. Schnell das Rad aus dem Keller geholt und alles bereit gemacht. Ich schwing mich auf mein Rad, am heutigen Montag ist mein Ziel der HOLSTENHOF. Seit Anfang des Jahres bin ich dort die neue Pastorin in der Heimseelsorge. Fest trete ich in die Pedale. Die Gedanken haben währenddessen Zeit. Der Beitrag für die Finkenu – stimmt. War da nicht etwas mit Kochen und Essen als Heimat? So beginnt es zu laufen, das Rad und meine Erinnerungen.

Aus der Tiefe taucht ein Duft auf. Vielfältig, süß und sauer, dumpf und offen. Ich stehe im Flur des Pfarrhauses. Ich bin so fünf Jahre alt. Die Haustüre ist offen. Im Eingang lagern Äpfel und Kohlköpfe, Birnen und Kartoffeln, Obst und Gemüse. Es ist Herbst und Erntedank. Mein Vater ist der Pfarrer im Dorf, das in der Nähe von Würzburg liegt. So sammeln sich im Pastorat die Erntedankgaben. Ein schöner Geruch und eine Freude fürs Auge – Gott sei gedankt für diese Vielfalt des Essens. Da lässt es sich gut kochen.

Halt, die Ampel ist rot! Ich brems und verschnaufe einen Augenblick. Ich warte auf Grün. Dann trete ich wieder in die Pedale. Ich biege ab in einen Park. So habe ich Zeit zum Nachdenken. »Jeder Bissen ein Stück Heimat« – oh ja, mir läuft das Wasser im Munde zusammen.

Die Hotdogs bei »Anni«, ich schmecke sie förmlich auf der Zunge. Annis Kiosk steht gleich hinter der deutsch-dänischen Grenze – zwei Mal rechts und dann der Straße folgen. Irgendwann liegt der Kiosk linker Hand mit Parkplatz. Wenn ich Heimweh habe, dann fahre ich manchmal hin. Dann bestelle ich auf Dänisch. Auf der Bank mit dem Blick auf die Flensburger Förde – an der Grenze zwischen Dänemark und Deutschland – lasse ich es mir schmecken. Das ist Heimat.

Ich habe lange in Dänemark gelebt. Meine Familie zog von dem kleinen Dorf in der Nähe von Würzburg nach Nordschleswig – ins südliche Dänemark. Dort wuchs ich zweisprachig auf und



habe meine Heimat gefunden. So habe ich vieles Dänisches und Nordschleswigsches lieb gewonnen: die Boller, typisch nordschleswigsche Hefebrötchen, Brødtærte, eine leckere Torte aus Brotteig, Marmelade und Sahne... Ich könnte noch mehr aufzählen – aber die rote Ampel unterbricht meinen Gedankenfluss. Warten und dann geht's weiter. Nach kurzer Fahrt taucht PFLEGEN & WOHNEN HUSARENDECKMAL auf. Seit Januar 2015 bin ich auch dort als Seelsorgerin und Pastorin tätig. Dort

werde ich am Mittwoch sein. Heute fahre ich weiter über die Rennbahnstraße. Die stilleren Straßen durch die Wohnquartiere geben Gelegenheit, weiter zu denken.

Mir fällt einer meiner liebsten Texte aus der Bibel ein. Ich habe ihn auf meinen Pilgerwegen in Deutschland und Spanien für mich entdeckt. Der 23. Psalm: »Der Herr ist Hirte, mir wird nichts mangeln.« Da heißt es fast am Ende: »Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner



Feinde.« Für mich ist das eine wunderbarer Zusage. Ich sehe einen reich gedeckten Tisch mit all meinen Liebesspeisen darauf. Eine wunderbare Tischdecke fällt mir ins Auge. Da ist jemand, der lächelt mich an. Mit freundlichen Gesten werde ich eingeladen. Es duftet herrlich. Noch spüre ich in mir meine Vorbehalte: Ich bin sauer, ich bin angespannt, meine Feinde gönnen mir die Butter auf dem Brot nicht, da verschlägt es mir den Appetit. Aber der Tisch, die Freundlichkeit, die Einladung, der Duft – sie weichen mich auf. Ich folge der Einladung und setze mich. Zaghaft beginne ich zu essen. Langsam löst sich die Spannung. Ich bin hungrig. Jetzt spüre ich es. Beim Essen fallen die Blicke auf die Feinde. Ich merke, dass sich etwas verändert. Vielleicht sind die nicht so böse. Vielleicht haben sie auch Hunger? Mit freundlichen Gesten werden auch sie eingeladen. So sitzen wir zusammen am Tisch: ich und die anderen. Wir essen gemeinsam und spüren, wie die Gemeinschaft beim Essen wächst. Ja, ein schönes Hoffnungsbild ist das für mich. Ich spüre das besonders, wenn wir als Gemeinde das heilige Abendmahl feiern, dann wird diese Gemeinschaft untereinander und mit Gott sichtbar. Dann ist ein Stück Heimat sichtbar.



Ich bin ganz begeistert von meinen Gedanken. Aber da stoppt mich eine Querstraße. Jetzt muss ich aufpassen. Ich warte, bis die Straße frei ist, und dann geht es in eine Grünanlage. Jeder Bissen eine Heimat. Mir geht es noch einmal durch den Kopf. Kochen und Essen haben immer auch etwas mit Gemeinschaft zu tun. Ob wir nun Gottes Gegenwart damit verbinden oder anderes – unsere gemeinsame Erfahrung ist: Es tut uns gut, gemeinsam zu essen, denn dann spüren wir unsere Lebendigkeit und unsere Zusammengehörigkeit.

Ich bin im HOLSTENHOF angekommen. Ich stelle mein Fahrrad ab und schließe es an. Ich freue mich auf das Mittagessen zusammen mit den anderen. Mit dieser Freude gehe ich hinein und begegne den Menschen im Haus.

Katharina Born

Zu meiner Person: Pastorin Katharina Born, 54 Jahre, wohnhaft in Barmbek. Berufliche Stationen Krankenhauspastorin in einer diakonischen Einrichtung in Rickling (Seelsorgezentrum des Landesvereins für Innere Mission) | Pastorin für den deutschen Teil der Gemeinden in Sonderburg | Pastorin in der St. Petri-Gemeinde in Flensburg | Seit 2011 in Hamburg und seit 2015 Pastorin in der Altenheimseelsorge bei PFLEGEN & WOHNEN HOLSTENHOF und HUSARENDECKMAL
pastorinborn@gmail.com



Heimat ist dort, wo man sich gut aufgehoben fühlt und in Gemeinschaft is(s)t: die ebenso sportliche wie engagierte Pastorin Katharina Born inmitten einiger Bewohner und Mitarbeiter von PFLEGEN & WOHNEN HOLSTENHOF



Den Alltag

Sandra Rachowitz, die Direktorin von PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG, freut sich, wenn Bewohner Wünsche äußern.
Links: Frau Kelmereit, Leiterin der sozialen Betreuung, sorgt mit vielen Ideen und Aktionen für vergnügliche Abwechslung.
Unten: Ein Aufenthaltsraum wurde sogar ganz hip in Erinnerung an die »Route 66« gestaltet. Das ist der Treffpunkt von Herrn Thomas Hagge (links) und Herrn Tom Wassermann



... bei uns mitgestalten

Aktiv am ALSTERBERG

Das Haus steht in gebührendem Abstand zur Straße, so hat man im Herankommen Zeit, es auf sich wirken zu lassen. Und stünde nicht in großen Lettern PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG über dem Portal, hätte man eher das Gefühl, sich einem repräsentativen städtischen Palais zu nähern als einem Pflegeheim. Das war nicht immer so.



Bei der Frage nach ihrem Lieblingsgericht kommt Frau Deden ins Schwärmen: Grünkohl mit Kochwurst.



► Das alte Pflegeheim bestand aus sieben ehemaligen Kasernengebäuden und beherbergte zunächst mehr als 1000 Menschen in Mehrbettzimmern. »Wir haben immer sehnsüchtig aus dem Fenster auf dieses Gelände geschaut, das damals noch unbebaut war«, erinnert sich die Direktorin Sandra Rachowitz, die dieser Einrichtung seit mehr als dreißig Jahren verbunden ist. »Da könnte man doch ein neues Heim bauen, haben wir damals gedacht.« Denn in den alten Gemäuern zog es durch die Ritzen, die Zahl der Bewohnerinnen und Bewohner ging zurück, und die Räume genügten immer weniger modernen Ansprüchen an die Unterbringung von hilfsbedürftigen Menschen. Im Jahr 2009 war es endlich so weit. Die Stadt Hamburg hatte sich von PFLEGEN & WOHNEN getrennt, und die neuen Eigentümer bauten auf dem freien Grundstück ein neues Haus, ALSTERBERG. Seitdem ist dort Platz für 233 Menschen mit Pflegebedarf. Sie finden hier ein neues Zuhause, in

dem sie sich durchgehend barrierefrei bewegen können und das sie im Alltag unterstützt. Und wo sie natürlich, je nach Bedarf, auch pflegerische Unterstützung erhalten. Hinzu kommen Wohn- und Pflegebereiche für Demenzerkrankte, für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen im Wachkoma (sog. Phase F) und für jüngere Bewohnerinnen und Bewohner, die aufgrund ihres Pflegebedarfs nicht in einer eigenen Wohnung leben können.

Über das eigene Zimmer hinaus

Jeder Wohnbereich verfügt über ansprechend gestaltete Aufenthaltsräume und eine voll ausgestattete Küche, die gern für regelmäßige Koch- und Backtreffs genutzt wird. Im Erdgeschoss trifft man sich im Restaurant- oder Cafébereich. Bei schönem Wetter können die großzügigen Gartenanlagen genutzt werden. »Wir kooperieren eng mit der Kita nebenan. Die Kinder besuchen uns oft, wir haben sogar einen Klangpfad mit tönenden Geräten auf unserem Gelände errichtet, der von Kindern und Senioren benutzt wird«, erläutert Frau Rachowitz. Dieser Klangpfad ist rund ums Haus angelegt, in Teilen führt er über einen kleinen Wall, von dem man Aussicht über das ganze Areal hat. An den Wegrändern befinden sich Geräte aus Holz oder

Frau Gansebohm kochte für ihren Mann oft Sauerbraten.



Metall, die sich auf unterschiedliche Weise zum Klingen bringen lassen: Man kann zum Beispiel mit Klöppeln auf runde Metallscheiben schlagen, wie bei einem mehrstimmigen Gong, oder auf hölzerne Rohre, oder auch mit den Füßen tönende Gehwegplatten in Schwingungen versetzen.

Mitmachen erwünscht

»Unser Motto lautet ›Aktiv am ALSTERBERG‹«, erklärt Frau Rachowitz. »Wir ermuntern unsere Bewohnerinnen und Bewohner, sich einzubringen, eigene Aktivitäten zu entwickeln und Wünsche zu äußern.« Davon wird reger Gebrauch gemacht. So werden im Rahmen der hausinternen Jobbörse Aufgaben wie Blumengießen oder die Postverteilung vergeben, und individuelle Wünsche wie Spielen, Freizeitaktivitäten oder auch Essenmachen finden Berücksichtigung. Fast alle kennen ein Lieblingsgericht, das die hauseigene Küche lange nicht mehr geliefert hat. Und als ich das Haus besuchte, zog gerade Kuchenduft durch eine der Etagen. Frau Kelmereit, die Leiterin der sozialen Betreuung, war noch vor Ort und hatte gerade geholfen, Teig zu rühren, Obst zu schälen und ein volles Kuchenblech in den Ofen zu schieben. Einmal im Monat trifft sich unter ihrer Leitung auch eine Kochgruppe, die meist Deftiges zubereitet, so, wie man es eben »von früher« kennt. Ein großes Vergnügen für alle Beteiligten, berichtet Frau Kelmereit. »Auch leicht demenziell erkrankte Personen erinnern sich sofort an die richtigen Handgriffe, zum Beispiel beim Kartoffelschälen. Die Gruppenmitglieder helfen sich auch gegenseitig: Einer hält den Kohlrabi fest, ein anderer schält – und alle haben Spaß dabei.«

Seltene Glücksmomente

Im Wohnbereich für die aktivierende Pflege von Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen (Phase F) ist dagegen meist die Ernährung per



Magensonde an der Tagesordnung. Die Pflegerinnen und Pfleger in diesem Bereich kümmern sich gemeinsam mit Therapeuten und Alltagsbegleitern mit großer Hingabe um jene, die schwer in allen Aktivitäten und in ihrer Kommunikation beeinträchtigt sind. Ab und zu werden sie dadurch belohnt, dass jemand aus dem manchmal mehrjährigen Wachkoma »erwacht«, sich wieder bewegen oder gar äußern kann. Dann setzen sofort Training und Rehabilitation ein, und oft gelingen dann Fortschritte, die diesen Menschen wieder ein zwar eingeschränktes, aber doch mobiles und aktives Leben in der Gemeinschaft ermöglichen. So erging es vor Kurzem dem jungen Theo*. Ein schwerer Arbeitsunfall hatte ihn ins Koma fallen lassen, und viele Monate lang kümmerten sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Wohnbereichs, unterstützt von seiner Familie, um ihn, ohne wirklich mit ihm in Kontakt treten zu können. Dann war es plötzlich so weit. Theo konnte sich wieder etwas

** Name von der Redaktion geändert*





Klangkörper, Karussell oder Malen: Im ALSTERBERG wird das Thema aktive Beschäftigung ganz großgeschrieben

bewegen und durch Laute auf sich aufmerksam machen. Herr Fischer, der Alltagsbegleiter, konnte bald verstehen, welche Wünsche Theo äußerte, und begann, mit ihm zu trainieren. Er erkannte z. B., dass Theo sich einen kleinen Bart stehen lassen wollte, und sorgte dafür, dass beim Rasieren darauf Rücksicht genommen wurde. Bei meinem Besuch traf ich Theo in einem der Aufenthaltsräume, er saß im Rollstuhl, mit Brille und Bart, und verzehrte mit großem Vergnügen und dem Löffel in den eigenen Händen Bratenfleisch und Erbsen, die ihm eine Helferin auf dem Teller präsentierte. Ein Riesenfortschritt für den jungen Mann, über den sich alle Anwesenden genauso riesig freuten!

Die »Freunde« machen's möglich

Viele Aktivitäten der Bewohnerinnen und Bewohner von PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG sind nur möglich, weil das Haus einen aktiven Freundeskreis hat, der zum Beispiel Ausflüge und kleine Reisen finanziert oder die Spenden dazu akquiriert. Denn diese »Extras« sind nicht durch die Pflegesätze abgedeckt. Hinzu kommen noch die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, die in den Wohnbereichen die Freizeit mit gestalten oder Ausflüge begleiten. Frau Rachowitz freut sich, dass es gelungen ist, diese wichtigen Personenkreise an das Haus zu binden. »Das macht das Leben für unsere Bewohnerinnen und Bewohner schöner

und reicher.« Ein besonders gelungenes Beispiel befindet sich im Wohnbereich für die »Jüngeren«. Hier war der Wunsch entstanden, einen Aufenthaltsraum neu zu gestalten. »Route 66«, »Rock'n Roll« und »Elvis« waren die Stichworte dazu. Mit einer großzügigen Spende gelang das Vorhaben. Das Ergebnis kann sich sehen lassen. [US]



PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG

Ausstattung: 145 Einzel- und 44 Doppelzimmer für 233 Bewohner/innen, bis 26 qm groß, mit eigenem Duschbad/WC. Wohnküchen, Restaurant, Café, reichhaltiges Angebot an Aktivitäten.

Bereiche: Vollstationäre Pflege und Kurzzeitpflege für Senioren jeder Pflegestufe, eigener Wohnbereich für jüngere Pflegebedürftige, zwei Spezialbereiche für Menschen mit demenziellen Erkrankungen sowie ein großer Pflegebereich für Menschen im Wachkoma.

Direktorin: Sandra Rachowitz

Adresse: Maienweg 145 | 22297 Hamburg
Tel. 040 / 2022-3900 | Fax 040 / 2022-3911
E-Mail: alsterberg@pflegenundwohnen.de



Drei Lieblingsgerichte

FRAU DEDEN hat

früher viel und gern gekocht. »Besonders Eintöpfe, mit Gemüse und Fleisch«, erinnert sie sich. Und dann kommt sie ins Schwärmen, als wir das Thema **GRÜNKOHL** anschneiden. »Den Grünkohl mit Zwiebeln dünsten, wenig Wasser und ein Stückchen vom Maggiwürfel dazu«, verrät sie. »Und die gekochten Kartoffeln erst in Paniermehl wälzen und dann in der Pfanne rösten – das ist lecker!« Für ihren Mann hat sie ein Stück Kassler dazu gegeben, für sich selbst schmort sie Kochwürste mit.

FRAU GANSEBOHM

hat für ihren Mann auch mal ein Lieblingsgericht gekocht, das sie selbst nicht so gern mochte: Leber mit Kartoffelbrei und Apfelkompott. Aber beim **SAUERBRATEN** waren sie sich einig: Mindestens einen Tag zuvor musste er in einen Sud aus Essigwasser, Zwiebeln, Lorbeerblatt und anderen Gewürzen eingelegt werden. Dann wurde das Fleisch langsam geschmort und die Soße mit Sahne abgeschmeckt. Dazu gab's Klöße und Backobst.

FRAU STIGLBAUR

stammt aus Wien. Gemeinsam mit ihrem Mann ist sie vor vielen Jahren nach Hamburg gezogen. Ihr Lieblingsgericht ist **RAHMGULASCH**: kleine Rindfleischbrocken mit Zwiebeln geschmort und am Ende mit Sahne abgeschmeckt und mit Teignockerln serviert. Lecker!



HEUTE BLEIBT DIE



KÜCHE KALT



➤ Welche Oma hätte beim Anblick von Sushi wohl nicht die Hände über dem Kopf zusammengeschlagen: Wie? Das kann man essen? Und dann fahren diese rohen Fischröllchen, während man an einer Theke sitzt, auch noch am einem vorbei! Wer nicht schnell genug zugreift, ist raus – »Reise nach Jerusalem« im 21. Jahrhundert. Doch der Trend ist nicht aufzuhalten. Auch die Speisenmanufaktur, die täglich in allen Hamburger PFLEGEN & WOHNEN-Häusern für eine ausgewogene Ernährung sorgt, bietet die japanische Spezialität im externen Catering an.



PFLEGEN & WOHNEN CATERING
Die Speisenmanufaktur





Die Servona – Sanitätshäuser Ihr Komplettversorger

Lebensfreude, Vitalität und Mobilität – Die Servona Sanitätshäuser unterstützen Sie dabei, dies zu erreichen. Denn die Mitarbeiter der Servona sorgen dafür, dass Menschen trotz körperlicher Beeinträchtigung ihr Leben aktiv gestalten können.

Als Komplettversorger in den Bereichen Orthopädietechnik, Home-Care, Sanitätshausartikel, Reha- und Medizintechnik sowie Hygiene/ Desinfektion bieten die Servona Sanitätshäuser individuelle Lösungen, die perfekt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind.

Unsere langjährigen Erfahrungen als Lösungsanbieter und unsere Kompetenzen als einer der führenden Hersteller von qualitativ hochwertigen medizinisch-technischen Geräten, Hilfsmitteln und Verbrauchsartikeln garantieren Ihnen stets eine Versorgung auf dem neuesten Stand der Technik.

Servona NICOLAI-Vital-Resort GmbH

Betriebsstätte Hamburg
 Fangdieckstraße 68
 D-22547 Hamburg
 Tel. +49 (0)40 853770-0
 Fax +49 (0)40 853770-33
hamburg@nicolai-vr.de
www.nicolai-vr.de

Beratungszentrum in der
 Asklepios Klinik Hamburg-Harburg
 Eißendorfer Pferdeweg 52
 D-21075 Hamburg
 Tel. +49 (0)40 7675-2234
 Fax +49 (0)40 7675-2833
hamburg@nicolai-vr.de

Beratungszentrum in der
 Asklepios Klinik Hamburg-Wandsbek
 Alphonsstraße 4
 D-22043 Hamburg
 Tel. +49 (0)40 181883-3550
 Fax +49 (0)40 181883-3551
hamburg@nicolai-vr.de

finkenau|elf

RATEN UND GEWINNEN



Ein Hering und eine Makrele
war'n ein Herz sowohl als auch Seele.
Er schwamm mit ihr durch die Kanäle
auf das der Makrele nichts fehle.

Sie kamen ins off'ne Gewässer,
da wurde der Hering schon kesser.
Er sprach »Sei mein Weib, das wär besser!«
Sie sprach: »Ach du süßer Erpresser«.

So wurde die Ehe geschlossen.
Sie haben das Leben genossen.
Er küsste ihr ganz unverdrossen
die Kiemen, das Maul und die Flossen.

So flitterten sie in den Wogen
und als ein paar Wochen verflogen,
da wurde ihr so seltsam im Rogen,
sie hat keine Miene verzogen.

Was nutzt es, dass ich es verhehle:
Sie wurde nun bald Mamakrele.
Doch er sprach: »Eh ich mich drum quäle,
erlaubt mir, dass ich mich empfehle.«

Sie senkte gekränkt ihre Lieder
und blickte empört auf ihn nieder.
»Ihr Mannsleut' seid herzlose Brüder!
Im Fischgericht sehn wir uns wieder.«

Der Schuft wurd' geschnappt in den Fjorden,
dort fängt man den Hering in Horden.
Makrelchen ist irg'ndwo im Norden
schön goldgelb geräuchert worden.

Ein Wiederseh'n gabs, wenn's auch spat war:
im Fischgeschäft, das delikat war,
erkannt' sie ihn, weil sie auf Draht war,
obwohl er schon Heringssalat war.



**Gesucht wird der Name des
Hamburger Komponisten und Sängers**

Bitte senden Sie eine Postkarte mit dem Namen an:

edition wartenau, Conventstraße 1–3, 22089 Hamburg oder per E-Mail an: info@wartenau.de.

Einsendeschluss ist der 1. August 2015

1. Preis: der prachtvolle Fotoband »Geprägte Geschichte – Hamburger Medaillen des 17. und 18. Jahrhunderts«
von Ralf Wiechmann und Joist Grolle

2. Preis: das opulent bebilderte Buch »Hermann Haase Maler und Dokumentar der Vierlande« von Olaf Matthes

3. Preis: »Backbuch aus der Alten Vierländer Bäckerei« von Susen Savignano und Claudia Timmann
Das Einsendedatum entscheidet, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.





EIN DÖNER MACHT SCHÖNER

... HAUCHDÜNN GESCHNITTEN



EINE BRATWURST IST KULT



BRATHUHN, BROILER ODER BACKHENDL:
ABER IMMER DIE HÄLFTE



WIE MAN SICH FÜTTERT,

Wie war das jetzt noch gleich? Sind Dicke humorvoll, gemütlich und gut gelaunt, oder belastet das Bauchfett das Herz und verkürzt das Leben? Oder sind nur ältere Männer zufrieden mit ihrem Übergewicht und haben eine hohe Lebensqualität? Eben hat man eine Warnung erhalten, da folgt bereits die nächste Information über die guten Eigenschaften der Schokolade.

Alle Produkte sind irgendwie immer gesund und leicht zugleich, Tiefkühlkost schlägt in puncto Frische Obst und Gemüse, und Eier aus Bodenhaltung machen ein gutes Gewissen. Gefordert wird eine Ampelkennzeichnung für Lebensmittel mit der farbigen Angabe von gesundheitsrelevanten Nährstoffen wie Fett oder Zucker.

Das Einkaufen im Supermarkt kann heute wirklich kompliziert sein. Früher wusste man »von allein«, dass eine Tafel Schokolade lecker schmeckt, mehrere Tafeln an vielen Tagen aber dick machen. Das galt auch für Butter, Sahne oder fettes Fleisch. So schwer war das ja auch nicht. Allerdings war das Fett auch wünschenswert und schmackhaft, die früher noch ausreichende körperliche Bewegung im Alltag und im Beruf sorgte für Appetit und Hunger. Zumeist wurde einmal am Tag warm gegessen, am Sonntag sah der Küchenplan ein reichhaltigeres, also kalorienreicheres Gericht vor. Sonntags war das Essen die schöne Abwechslung gegenüber den Brotscheiben der sechs Werktage.



DER BURGER IST HAMBURGER:
DER »FAST-FOOD-KÖNIG«



KENNT JEDER: POMMES ROT-WEISS



CURRYWURST –
DER KLASSIKER AUS BERLIN



OFT AM HEILIGABEND:
KARTOFFELSALAT UND WÜRSTCHEN

EIN FLADENBROT MACHT
KARRIERE – DIE PIZZA



SO WIEGT MAN!

Der kleine Hunger zwischendurch. Ja, heute ist ein Imbiss oder ein Snack fast überall und zu jeder Tageszeit möglich, die Verfügbarkeit des Angebots kennt keine Grenzen. Machmal hat es den Anschein, wir würden immer und überall essen. Eisdielen sind im Winter geöffnet, All-you-can-eat im Shopping-Center, Schwenkgrill beim Oktoberfest und indische Küche in Pappschachtel am Ausgang der U-Bahn. Muffins, Donuts, Cookies, Bagles und belegte Brötchen mit Namen wie »scharfer Segler« ... Die Aufzählung würde kein Ende nehmen. Dass Kinder und Jugendliche diese Form des »Naschens« bevorzugen, liegt nicht zuletzt auch an der kind- und jugendgerechten Werbung, mit der sie angeboten

werden. Diese kleinen »Zwischendurch-Mahlzeiten« sind in der Summe jedoch nicht nur teurer als ein »normales« Mittagessen zu Hause, sie machen in der Gewohnheit auch dick.

War Omas Küche fetter? Wohl kaum, wenn man sich an die drei Mahlzeiten des Tages hielt. Heute sind über 20 Prozent der Kinder in Deutschland stark übergewichtig, Tendenz steigend. Gründe sind nicht nur Zucker und Fett, sondern mehr noch ist es der Bewegungsmangel. Eben zeigt sich der Frühling mit warmen Temperaturen, sofort kann man im Café oder im Park feststellen, dass auch Erwachsene aus ihrer Kleidung herauswachsen können. Lust auf 'ne Currywurst! Wer kann da schon Nein sagen. [PA]



STEFFEN HENSSLER, geboren 1972 im Schwarzwald, ist nicht nur Spitzenkoch und Kochbuchautor. Seit 2004 hat er sich auch als erfolgreicher Fernsehkoch und Entertainer einen Namen gemacht. Nach seiner Lehre in Andresens Gasthof in Bargum (1 Michelin-Stern) galt sein besonderes Interesse der authentischen Herstellung von Sushi. Das Restaurant »Henssler & Henssler« führt er heute zusammen mit seinem Vater, das »ONO by Steffen Henssler« gibt es seit 2009. Henssler wurde mit zahlreichen Auszeichnungen geehrt, die kurioseste: Er hält den Rekord im Ravioli-Falten.

»Kochen muss Spaß machen. Leichtigkeit, Mut und Experimentierfreudigkeit sind die perfekten Zutaten, sowohl am Herd als auch im richtigen Leben.«



Was sind die Lieblingsgerichte aus Ihrer Kindheit?

Auf jeden Fall die Gerichte meiner Oma! Vor allem ihre Hühnersuppe mit Einlage – die hat sie immer richtig lange kochen lassen. Da roch es dann schon im Treppenhaus nach der Suppe.

Außerdem hab ich ihren Kopfsalat mit Rahmdressing geliebt: Saure Sahne, Orangensaft, Zitronensaft und Zucker. Und laut meiner Oma besonders wichtig: eine Prise Salz. Genauso esse ich es auch heute noch gern!



Warum konnten Omas so gute Saucen und leckere Nachspeisen machen?

Früher gab es natürlich noch nicht so viele Fertigprodukte und auch nicht die Auswahl an Fast Food, die wir heute haben. Früher standen die Omas also länger in der Küche und haben sich Zeit für das Kochen genommen. Essen hatte zu dieser Zeit einen anderen Stellenwert – das hat u. a. auch mit der Nachkriegszeit zu tun. Heute geht es häufig darum, dass es schnell geht – da wird dem Kochen einfach weniger Zeit gewidmet.



Erinnerung an Jägerschnitzel und Grünkohl: Ist Hausmannskost so lecker?

Ja, auf jeden Fall! Hausmannskost ist für mich eine angenehme Abwechslung, da ich durch meine zwei Restaurants ja vor allem in der asiatischen Küche zu Hause bin. Da wird 'ne geschmorte Rinderroulade mit Salzkartoffeln und Rotkohl zum absoluten Highlight.





Komfort und Hygiene, wenn es darauf ankommt.



In Alten- und Pflegeheimen spielt nicht nur perfekte Hygiene bei allen Textilien, die einen tagtäglich umgeben, eine wichtige Rolle. Sie sollen auch für ein angenehmes Tragegefühl sorgen und sowohl Bewohner als auch Personal ein Stück Sicherheit und Geborgenheit vermitteln.

Wir bei SITEMEX sind uns dieser besonderen Verantwortung bewusst und garantieren Ihrer Einrichtung einen durchdachten Service, der es sich zum Ziel gesetzt hat, Sie voll und ganz zu entlasten – ob in der Intensivpflege oder im privaten Wohnbereich. Neben einer schonenden und hygienischen Aufbereitung aller Wohntextilien ist es vor allem auch das Höchstmaß an logistischer Präzision, welches die Arbeitsabläufe erleichtert und transparenter macht. Darüber hinaus beliefern wir Sie auf Wunsch mit hochwertigen Miettextilien wie Bettwäsche, Tischwäsche, Frotteeaware, Berufsbekleidung sowie Wischtextilien.

SITEMEX garantiert hier Hygiene, Tragekomfort und eine ansprechende Optik.

SITEMEX-Textile Dienstleistungen · Simeonsbetriebe GmbH
Simeonsplatz 6 · 32427 Minden · Tel. 0571 8888-0 · www.sitex-service.de



Minden · Genthin · Hamburg · Köthen · Lemgo · Lübben · Miltenberg · Rendsburg · Rostock · Wildeshausen

Die Küche ist und bleibt das Herz des Hauses

Gar lieblich dringen aus der Küche, bis an das Herz die Wohlgerüche. | Hier kann die Zunge fein und scharf, sich nützlich machen und sie darf! | Hier bereitet man die Zaubermittel in Töpfen, Pfannen oder Kesseln, | um ewig den Gemahl zu fesseln, von hier aus herrscht mit schlaudem Sinn, die Haus- und Herzenskönigin. *Wilhelm Busch*



»Neue Gestaltungshorizonte eröffnen wahlweise klare und satinierte Fronten und schwebende Elemente. Die Leichtigkeit und die Ruhe der Fronten harmonisieren zu einem homogenen Ganzen. So sachlich wie nötig, so emotional wie möglich, cooles Glas als imposanter Augenschmaus.« – Haben Sie es erkannt? Es handelt sich um die Beschreibung einer modernen Küche. Allerdings gibt es nur noch in der Hälfte aller Haushalte täglich ein selbst zubereitetes Mahl. In einem Drittel der Haushalte wird noch drei- bis fünfmal die Woche gekocht, beim Rest bleibt die Küche überwiegend kalt.

SYBIL GRÄFIN SCHÖNFELDT

ANSTAND UND ESSEN

Von Sybil Gräfin Schönfeldt, der Grande Dame der Etikette, lassen wir uns gern über die Geschichte der Tischtsitten aufklären. Vor allem das Frankreich des Barock, mit Schloss Versailles im Zentrum, hat die Art und Weise, wie wir uns bei Tisch benehmen sollten, bis heute geprägt. Im Folgenden ein Auszug aus ihrem Buch »Anstand«:

Geburt der definitiven Form

In Versailles wurden die gesellschaftlichen Formen Europas geschaffen. Das politische Gleichgewicht dieses Kontinents ist immer wieder verschoben worden, hat immer wieder Kriege, Heiraten, Verträge und Vertragsbrüche verursacht, und als Ludwig XIV. König wurde, stand sein Land nicht besonders gut da. Er brauchte Ruhe, um Wirtschaft und Finanzen zu ordnen, und so zahlte er den Herzögen und Reichsfürsten, deren Gebiete im Osten an Frankreich grenzten, gewisse Summen und lud die jungen Prinzen und Thronfolger an seinen Hof. Dort lernten sie nicht nur Pracht und Verschwendung, sondern auch die feinen



Sitten und Gebräuche kennen, die sie später wieder mit nach Hause nahmen, in ihre Residenzen, um wiederum Beispiel zu werden für königliche Nachbarn, Vettern und Besucher. So wurde es Mode, die jungen Leute von Stand eine Weile an den französischen Hof zu schicken, und weil die dortige Königsfamilie keine

andere Sprache als die eigene zu sprechen gelernt hatte, wurde Französisch zur Sprache der europäischen Gesellschaften, so wie das Latein die der Gelehrten und Geistlichen war.

Es galt als elegant und weltmännisch, zumindest französische Redewendungen in die deutsche Sprache einzuflechten, und die deutsche Fraktur wurde durch Lehnwörter aufgelockert, die in der eleganten romanischen Antiqua gesetzt waren.

Das war die Geburt der kniggeschen Hofschranzen, aber wichtiger ist dieses einzuschätzen: Es entstand eine europäische Konvention. Sie wurde eilfertig bestätigt und befestigt, *à la française* wurde Mode, und das hätte nicht geschehen können, wenn dieser Entwurf des Sonnenkönigs nicht etwas besessen hätte, was damals, nach dem groben Mittelalter, nach den Verwüstungen, die der Dreißigjährige Krieg hinterlassen hatte, allen gefiel und recht war und den Menschen wie eine erfüllte Sehnsucht aus der Seele sprach. Das Benehmen bei Tisch war in Versailles, dieser Stadt von einem Königsschloss, das von über zehntausend Mann Hausgarde und vier-tausend Dienern in Gang gehalten wurde, ebenfalls der Etikette unterworfen, ohne die dieser Hofstaat zu einer unkontrollierbaren und wüsten Herde geworden wäre.

Der König, die Sonne, um die alles kreiste, war das Zentrum dieses Kosmos, hielt alles zusammen und in Gang und besaß auch beim Essen seinen singulären und unübertrefflichen Stand.



Er saß allein. In den Jahren seines Glanzes speiste er von goldenem Geschirr, und stets wurde das verschlossene Salzfaß vor ihm aufgebaut. Ihm allein wurden die drei Speisenfolgen, die je aus Dutzenden von Gerichten bestanden, serviert. Der Königin war es gestattet, bei ihm Platz zu nehmen, aber selbst Monsieur, des Königs Bruder, durfte ihm nur das Mundtuch reichen und musste darauf warten, zum Sitzen aufgefordert zu werden. [...]

Als das Diner erfunden wurde

Etikette also als Machtmittel, so fein und genau ausgeklügelt, dass sich dieser riesige Hofstaat Tag und Nacht wie in einem zeremoniellen Tanz bewegte. Das wäre nur eine historische Anekdote, wenn zur Barockgesellschaft nicht auch die Verfeinerung der Tischsitten gehört hätte. Das Diner mit dem ausgesprochenen Menü war an die Stelle des wahllos zusammengestellten Sauf- und Fressgelages getreten; die klassische Reihenfolge der Gänge – *Entrée, Hors d'œuvre, Relevé, Entremets, Brazen, Entremets, Dessert* – formiert. Diese Diners beschränken sich natürlich auf die gehobene Gesellschaft. Man lädt bestimmte Personen ein, die so zueinander passen, dass eine geistreiche Konversation das Essen würzt.

Das Essen wird zur Kunst erklärt, viele Gerichte der feinen Küche tragen Namen von Ludwigs Zeitgenossen oder Freunden, und das Zeitalter der berühmten Köche strotzt von Geschichten und Anekdoten über deren Arbeit, Verschwendung, Witz und Einfluss. Sie sind die Theoretiker der feinen Tafel, haben Bücher über Tischsitten und das Decken und De-

korieren der Tafel geschrieben, die bis heute gültig sind. Auch die Sprache der Küche und der Speisekarten wird französisch.

Damastene Tischwäsche, kunstvoll als Schwan, Sonne, Pyramide gebrochene Servietten, verschiedene Gläser für die einzelnen Weinsorten, Tafelaufsätze, Kompottschüsseln und das speziell werdende Besteck, Blumenschmuck auf der Tafel, überhaupt die *salle à manger*, der vom Salon abgetrennte, eigens zum Essen bestimmte Raum – alles stammt aus dem Barock, dem Ursprung der definitiven Form. Die Meisterköche betragen sich, ihrer Würde und Wichtigkeit bewusst, wie ihre Herren, ja korrigieren diese sogar und formen durch ihre Vorschriften den Lebensstil mit. Sie kosten ein Vermögen und legen auch fest, dass die Nahrungsmittel nun hervorragend zu sein haben. Und die Eleganz und die Appetitlichkeit des Anrichtens macht die Esssitten zierlicher und modern.

Ludwig aß zwar noch nach alter Sitte nur mit dem Löffel, dem Messer und den Fingern, aber der Gebrauch der Gabel wird Usus. Ludwigs Schwägerin Liselotte von der Pfalz schrieb: »Man hatte der guten Manieren wegen dem Herzog von Burgund und seinen beiden Brüdern beigebracht, sich beim Essen der Gabel zu bedienen. Aber als sie zum Souper des Königs zugelassen wurden, wollte dieser nichts davon wissen und verbot es ihnen.« Jeder hat ein Glas für sich, und es setzt sich durch, dass man für jeden Gang frische, saubere Teller erhält. Da man sich gegenseitig die besten Bissen auf den Teller legt (wenn ein Herr recht wohlherzogen sein wollte, leckte er den Löffel vorher ab), wird der Vorlegelöffel erfunden, mit dem man sich dann im Laufe der Zeit aus den Schüsseln bediente, ohne mit dem eigenen Esslöffel ins Gemüse zu fahren. Ludwig aß, nachdem er sein Gold- und Silbergeschirr seiner Kriegsschulden wegen hatte





einschmelzen lassen müssen, von Steingut, und gleich ihm wird die feine Gesellschaft von Lakaien bedient, von Profis, die genau und unaufdringlich funktionieren und die Pagen, junge Leute aus dem Adel, abgelöst haben.

Ludwig, ein Pünktlichkeitsfanatiker, hatte seinen Tageslauf mit der Präzision eines Uhrwerks entworfen, und nach ihm bekam der europäische Alltag seine neue Einteilung. Der Tag des Königs begann um acht Uhr, und wie in einer grandiosen Oper rauschte der Vorhang seines Prunkbettes zurück.

Von zehn bis zwölf: Arbeit mit den Ministern in vollkommener Abgeschlossenheit. Nach zwölf das einsame Mahl in der Öffentlichkeit seines ganzen Hofes, der den Speisesaal füllte. Danach: kurze Ruhe oder Besuch einer Favoritin und dann Spaziergang oder Jagd oder Oper oder Komödie. Im Winter empfing der König dreimal in der Woche von sieben bis zehn Uhr die ganze Hofgesellschaft. Bei diesen offenen Empfängen gab es das erste kalte Buffet unserer Kulturgeschichte. Fand kein Empfang statt, so gab es um acht das ebenso spektakuläre Abendessen im Kreis der Familie und danach das nicht minder zeremonielle Schlafengehen. Aus diesem Entwurf ist uns vieles zur Grundlage unserer Tischgesellschaft geworden. Wieder gilt die Zweiteilung: Wir haben die unterdessen von allerlei Herstellern von Porzellan, Steingut, Tafelwäsche geförderte Freiheit, den Tisch zu decken, wie wir wollen. Mit Damast, mit Sets, mit Tischläufern, ohne alles,

mit Blumen oder Rosenblättern, mit Besteck aus Silber oder rostfreiem Stahl.

Aber die Grundstrukturen aus Versailles geben bis heute den Ton an. So hat der französische Adel im Jahrhundert danach in seinen

Pariser *Hôtels*, wie man die Stadtpaläste nannte, gefeiert und empfangen. Und weil dieser Stil so beliebt war und der standesbewussten Gesellschaft so gut entsprach, übernahmen nach der Ermordung dieses Adels in der Französischen Revolution die Gasthäuser die Idee und den Namen und die Architektur. Sie bauten Hotels und Grandhotels, richteten sie ebenso prachtvoll ein und führen das Schauspiel des Menüs bis heute auf, mit allen Akten, die zur Zeit des Sonnenkönigs aufgeschrieben worden sind.

Essen in der Öffentlichkeit

Wenn man jedoch heute den Frühstückssaal eines Hotels betritt, denkt man eher an Hans Sachs und könnte einem Kind am Benehmen der Gäste ganz leicht exemplifizieren, wie man sich nicht benehmen sollte.

Sie lassen sich, noch nicht gekämmt, auf einen Stuhl fallen. Kratzen sich Bauch und Schädel, gähnen mit offenem Mund, spreizen die Beine und strecken sie so weit aus, wie es geht. Kommt die Bedienerin und fragt nach den Wünschen, lautet die Antwort ohne Danke und Bitte und weitere Wörterschwendung »Kaffee«.

Dann geht es ans Buffet, Teller vollladen bis zum Überschwappen, Ausbreiten der Beute und Rumböhen in den kleinen Butter- und Marmeladenpackungen. Arm zwischen Teller und Brust auf dem Tisch, Gerede mit vollem Mund und Messergeschwenke in der Luft.

Und so weiter.

Nur zwei Punkte: Man überlädt sich nicht den Teller. Keine Angst, wenn die Wurst- und Käseplatten leer sind, werden frisch gefüllte aus der Küche gebracht und aufs Buffet gestellt. Und wenn es schon Butter und Marmelade in diesen kleinen Plastik- oder Metallförmchen gibt, so reißt man sie an der Lasche auf und





leert den Inhalt mit einem Teelöffel auf den Teller. Und wenn man schon das Messer benutzt, so leckt man es danach nicht ab. Das Hotel kann auch die Bühne für die nächste Szene sein. Jetzt ist es Mittag oder Abend. Man ist eingeladen. Zu einem Abendessen beim Gastgeber oder zum Dinner ins Restaurant. Man bedankt sich je nach ihrer Art mündlich oder schriftlich, auf jeden Fall rechtzeitig für die Einladung.

Doch das ist nicht alles. Der Gast hat mit seiner Zusage eine Art Vertrag geschlossen, und zwar darüber, dass er seine Rolle, nämlich die des Gastes, akzeptiert. Tut er das nicht, benimmt er sich schlecht und zeigt sich undankbar. Dann wird er, wenn er Pech hat, nie wieder eingeladen. So gerecht ist manchmal das Leben.

Gast und Gastgeber

Wie sieht nun diese Rolle des Gastes aus? Sie ist uralte, braucht nie verändert oder renoviert zu werden und ergibt sich aus der Leistung des Gastgebers. Dieser kocht entweder selbst oder bezahlt für das Kochen, er stellt sich auf seine Gäste ein, bemüht sich, dass sie es so angenehm wie möglich haben.

Also erscheint der Gast als Erstes pünktlich. Zweitens dem Anlass entsprechend angemessen gekleidet, drittens bringt er nicht noch einen Fremden mit. »Er war gerade bei mir im Büro, und weil ich eh zu dir zum Essen wollte ...«

Nee, mein Lieber! Schon das Spiel verloren. Ein Gastgeber ist keine Kneipe und keine Kantine und auch kein Kindergarten, wo es auf ein Kind mehr oder weniger nicht ankommt. Allerdings kann der bereits eingeladene Gast fragen: »Ich habe gerade einen Vetter aus Dresden zu Besuch. Darf ich ihn mitbringen?« Egal ob der Gastgeber in sein Haus oder ins

Restaurant einlädt, er allein besitzt das Recht der Entscheidung. Er weiß, ob er einen weiteren Stuhl an den Esstisch schieben kann und ob sich das vielleicht genau ausklamüserte Mahl in seinen ebenso ausklamüserten Bestandteilen strecken lässt. Ob er bei einem Restaurantessen für einen Unbekannten die nicht ganz unbeträchtliche Summe pro Kopf ausgeben will. Oder ob er seine Gästeliste so ausgewogen zusammengestellt hat, dass ein Unbekannter stören würde.

»Ach«, lautet der Einwand, »soll er sich nicht so anstellen! Ich kann ja meine Zeche selbst bezahlen!«

Davon ist der Gastgeber gewiss überzeugt. Dieser Einwand zeigt jedoch, dass ein Gast die Grundregel nicht begriffen hat. Ein Gastgeber öffnet sein Haus, und auch ein gemieteter Restauranttisch spielt im Augenblick der Einladung »das Haus«, ist also Sinnbild, Symbol. Und Gastgeber sind Herren in diesem Haus. Es gibt andere, lockerere Formen der Gastlichkeit: »Aufgefordert und nicht eingeladen« zum Beispiel, was besagt: Alle sind aufgefordert, sich am Tisch zu treffen, aber sie zahlen, weil »nicht eingeladen«, für sich selbst – was natürlich nicht ausschließt, dass in diesem Kreis der Selbstzahler jemand einen anderen einlädt.

Bringt der Gast nun diesem Gastgeber Blumen mit? Nimmt er die Blumen ins Restaurant mit? Ich, gern und oft Gastgeberin, kann diese altmodische Sitte nur preisen: Ja, der Gast kann Blumen schenken, wenn er Lust dazu hat. Es ist aber keine Pflicht, und Blumen spielen nicht die Rolle des Eintrittsgeldes. Falls sich der Gast für Blumen entscheidet, so möge er sie bitte am Vormittag des Gastgelages ins Haus schicken lassen oder am Tag danach.





Am Vormittag kann ich sie in aller Ruhe in Empfang nehmen, in Vasen versorgen und Wohnung und Esstisch damit schmücken. Am Tag darauf gilt das Gleiche, und in beiden Fällen entfällt das Papiergeraschel und die verlegene Frage: »Wohin darf ich ...?« Außerdem die Rennerei mit Blumen und Vasen, während schon der nächste Gast an der Tür klingelt oder meine Suppe überkocht.

Blumen sind nicht nur keine Eintrittskarte, sie stellen auch einen Prüfstein für den Gast dar. Er sollte sie also nicht bei seinem Erscheinen mitbringen, um mit der Größe des Straußes,

mit der Seltenheit der Gewächse anzugeben und die anderen Gäste sichtbar zu übertrumpfen. Blumen sind als Dankgeste für den Gastgeber gedacht, und deshalb ist es so elegant wie korrekt, sie am Tag danach mit einer Begleitkarte und ein paar Worten des Dankes schi-

cken zu lassen. Auch wenn dann keiner außer dem Gastgeber sieht, wie viel man für die Blumen hat springen lassen.

Und Blumen im Restaurant? Lieber nicht. Weiß der Gast, wie der Gastgeber heimkommt? Vielleicht zu Fuß. Vielleicht per Rad. Selbst wenn er ein Auto besitzt – wohin mit den Blumen während des Essens? Also lieber einen Blumendank am nächsten Tag schicken lassen.

Nun wäre das Problem der Blumen erledigt. Der Gast wird in den Raum geführt, in dem sich alle versammeln. Kennt der Gast alle anderen Gäste? Wenn nein, wird ihn der Gastgeber bekannt machen, meist der Reihe nach oder wie es sich ergibt. Wobei es logisch ist, dass der Unbekannte zuerst den Älteren oder dem Ehrengast – falls es einen gibt – vorge-

stellt wird. Ist die Runde zu groß, so stellt sich der Neue selbst vor und sagt, wer er ist und wie er zum Gastgeber steht, damit die anderen wissen, ob sie gleich nach einer gemeinsamen Großtante oder nach der Fusion zwischen Alpha und Omega fragen können. Sind die Gäste so zahlreich, dass sie an verschiedenen kleineren Tischen untergebracht sind, so stellen sich die Tischgenossen gegenseitig vor, damit sich das Gespräch nicht erst ewig ums Wetter drehen muss, ehe man entdeckt, wer der Nachbar wirklich ist. Dieser Fall setzt eine Tischordnung mit Tischkarten voraus. Da braucht man nur lesen zu können, und schon hat man seinen Platz gefunden. Falls es sehr viele Tische gibt, hängt gewöhnlich ein so genanntes *Placement* an der Tür zum Speisesaal, der Plan der einzelnen Tische und eine Namensliste der Personen, die an den verschiedenen Tischen sitzen werden. Steht ein einziger Tisch zur Verfügung, so stürzt sich der Gast nicht auf den besten Platz, nach dem Motto: Hauptsache, ich sitze gut! Er wartet seiner Rolle gemäß auf den Hinweis des Gastgebers, der gewiss eine Tischordnung im Kopf hat und sagt: »Bitte hier Platz zu nehmen.«

Endlich sitzen alle. In der Privatwohnung läuft es ab jetzt nach dem Plan des Gastgebers. Im Restaurant bekommt der Kellner mit der Speise- und Weinkarte seinen Auftritt. Vielleicht hat der Gastgeber aber auch hier alles arrangiert, dann bleibt lediglich die Frage nach dem Getränk.

Wer daran denkt, dass er eingeladen ist, wird sich automatisch nicht an den Ober oder Kellner, sondern an den Gastgeber wenden: »Wenn Sie nicht anderes vorgesehen haben, hätte ich gern zum Fisch einen Schluck Weißwein und danach Rot-





wein.« Wer ein zweites Glas Wein oder nach dem Essen einen Portwein oder ein Bier trinken möchte, ruft ebenfalls nicht nach dem Ober, sondern bittet den Gastgeber um die Erlaubnis zur Bestellung oder bittet ihn, das Gewünschte bringen zu lassen.

Das gilt für alles. Der Gast befindet sich auf keiner Werbeveranstaltung oder Industrie-einladung, wo er sich, wie man regelmäßig beobachten kann, auf Kosten des anonymen



Gastgebers die Hücke vollschlagen und noch beim letzten Wodka selig seufzen kann: »Die Firma zahlt's ja!« So ein Umgang mit unechten Gastgebern hat manche Sitte verdorben und manche Kränkung

verursacht. Dabei ist die Sache einfach: Der Gast ist König, und die erste Tugend eines Königs lautet: Höflichkeit. Dazu gehören Rücksicht und Hintanstellung des eigenen Ichs, mag es noch so angesehen und hochgestellt sein.

Der Gast wartet also, bis ihm etwas angeboten wird. Er langt nicht stumm und entschlossen quer über einen gedeckten Tisch, sondern bittet um alles, was er vielleicht braucht. Der Gast benutzt seine Serviette und wischt sich den Mund ab, ehe er zum Glas greift. Er packt ein Wein- oder Sektglas nicht an der Cuppa, dem Kelch, auch wenn er das tausendmal im Fernsehen und in schlechten Filmen gesehen hat, sondern am Stiel, der so lang ist, damit die Handwärme nicht die Temperatur und den Geschmack des Weins verändern kann. Der Gast schüttet den Wein nicht in den vollen Mund, sondern schluckt zuerst.

Der Gast redet und schwadroniert nicht, er hört den Tischnachbarn zu und fällt ihnen nicht in die Rede. Falls der Gast männlich ist

und auf der rechten Seite seine Tischdame hat, so kümmert er sich um sie, lässt sie nicht stumm und unbeachtet neben sich sitzen, sondern beginnt ein kleines Gespräch mit ihr. Mein Schwager sagte immer, das sei ganz leicht. Man brauche nur zu fragen: »Haben Sie Geschwister?« Falls sich aus dieser Frage ein interessantes Gespräch entwickelt, spielt der Gast nicht den Besserwisser, selbst wenn er es besser weiß.

Und falls er rülpsen muss, bitte leise, mit geschlossenem Mund und hinter der Serviette. Der Gast denkt schließlich auch an die anderen Gäste und verhilft ihnen zu dem, was sie haben möchten, hilft Älteren beim Hinsetzen und Aufstehen, hebt heruntergefallene Servietten auf, was er freilich im Restaurant den Kellner überlassen sollte, kurz: Er ist eine Zierde der Tafel und eine Freude für den Gastgeber und hätte dies alles bei Hans Sachs nachlesen können. [...]



SYBIL GRÄFIN SCHÖNFELD, geboren 1927 in Bochum, erlebte den Krieg als Heranwachsende. Sie studierte Germanistik und Kunstgeschichte und promovierte 1951 in Wien. Das Thema

»Anstand« hat sie seit Beginn ihrer publizistischen Tätigkeit begleitet. Sie hat dazu über viele Jahre hinweg Kolumnen für DIE ZEIT geschrieben, das Thema außerdem in mehreren Büchern behandelt. Gräfin Schönfeldt veröffentlichte zuletzt »Die Jahre, die uns bleiben« und »Wenn wir uns mitten im Leben meinen«. Unter anderem wurde sie mit dem Deutschen Erzählerpreis und dem Deutschen Jugendbuchpreis ausgezeichnet. Sybil Gräfin Schönfeldt lebt in Hamburg.



Neugier und Sensationslust des Menschen bescheren Hagenbeck seit Jahrzehnten stetig wachsende Besucherzahlen. Die Giraffe (l. außen) und der Orang Utan (u.) sehen es gelassen. Schließlich sind die Eigentümer alte Hasen: drei Hagenbecks 1921 auf einem Zirkusplakat (l.), der erste »Thierpark« am Neuen Pferdemarkt Ende des 19. Jh. (l. Mitte) und Zirkus-Programmheft von 1951 (l. unten)



Keine andere Einrichtung als der Zoo kann die Menschen so eindrücklich auf den Zustand der Natur aufmerksam machen

»Geh'n wir mal nach Hagenbeck«

Seit 1848: Vom Circus bis zum zoologischen Freizeitpark

ALS HAMBURGER INSTITUTION IST DER PARK SEHENSWÜRDIGKEIT UND TOURISTENZIEL

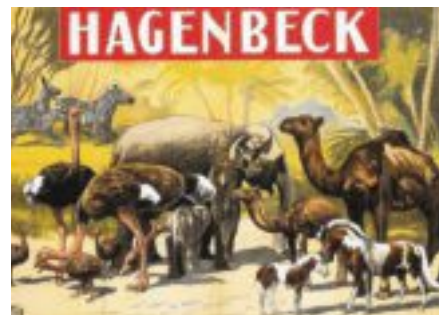


Am Anfang stand ein kurioser Zufall: Als der Fischhändler Gottfried Claes Carl Hagenbeck am 8. März 1848 von seinem unter Vertrag stehenden Fischer statt des gewünschten Aals plötzlich sechs Seehunde erhielt, machte er kurzentschlossen aus der Not eine Tugend: Er stellte sie in zwei hölzernen Bottichen auf dem Spielbudenplatz aus und ließ sich jeden Blick auf die possierlichen Tiere bezahlen. Die Leute

standen Schlange, eine geniale Geschäftsidee war geboren. Gottfrieds Sohn Carl baute das Geschäft tatkräftig aus und organisierte ab 1875 spektakuläre »Völkerschauen«, die auch die Bewohner

anderer europäischer Metropolen faszinierten. 1907 schließlich eröffnete der erste gitterlose Tierpark der Welt in Stellingen. Die Idee der artgerechten Präsentation exotischer Tiere in ihrem natürlichen Lebensraum war damals revolutionär – und ist bis heute wegweisend. Obwohl der Zoo im Zweiten Weltkrieg komplett zerstört wurde, ließ

es sich die Familie Hagenbeck nicht nehmen, ihn mit großem Engagement wiederaufzubauen. Bis heute wird das Gelände ständig modernisiert, kommen immer wieder neue Attraktionen hinzu. Besucherandrang herrscht nicht nur im Tropen-Aquarium, sondern auch in der neuen Eismeer-Anlage, als im letzten Sommer sogar Deutschlands erstes Walrossbaby zur Welt kam – für Hagenbeck ein sensationeller Zuchterfolg. Der bundesweit einzige Großzoo in Privatbesitz steht also auch über 100 Jahre nach seiner Gründung immer noch im Zeichen von aufsehenerregenden Attraktionen – und ist damit ganz auf der Höhe der Zeit. [SK]







LOKI SCHMIDT GARTEN

► Zeit ihres Lebens war ihr der Schutz der Pflanzen und des Artenreichtums der Erde eine Herzensangelegenheit. Als ehemalige First Lady verstand es die leidenschaftliche Botanikerin und engagierte Lehrerin, immer wieder darauf aufmerksam zu machen. Ein grandioses Vermächtnis ihres Wirkens ist im Westen Hamburgs zu bestaunen: der zur Universität gehörige Neue Botanische Garten, der seit 2012 zu Ehren der verstorbenen Ehefrau des Altkanzlers »Loki-Schmidt-Garten« heißt. Pflanzenfreunden geht auf dem 24 Hektar großen Gelände das Herz auf. So gibt es u. a. eine Nutzpflanzenabteilung, den Rosengarten, den Wüstengarten, eine Abteilung für Mittelmeerpflanzen und Pflanzen der Bibel, Stauden- und Heilpflanzengärten sowie einen niederdeutschen Bauerngarten. Ein Spaziergang durch die Pflanzenwelt der Nordhalbkugel führt von heimischen Lebensräumen nach Japan – wo man sich im japanischen Garten ins »Land der aufgehenden Sonne« beamen kann. Angesichts dieser Vielfalt bekommt das Wort Nachhaltigkeit einen ganz anderen Klang.

*Loki-Schmidt-Garten
Ohnhorststraße gegenüber der
S-Bahn-Station Klein-Flottbek
22609 Hamburg
tgl. ab 9 Uhr geöffnet – Eintritt frei*



MARÜNDE BILDER AUS DER HEIMAT



» Im Grunde meines Herzens bin ich Heimatmaler.

**Meine Heimat liegt am Busen der Provinz zwischen Dänemark und dem Wendland
mit den ländlichen Räumen und ruhigen Randlagen.«**



Wolf-Rüdiger Marunde, Multitalent mit einem Faible fürs Landleben: Der Zeichner, Illustrator und Cartoonist Marunde, Jahrgang 1954, lebt im Landkreis Lüchow-Dannenberg und ist vor allem für seine sauguten Schweinchen-Cartoons berühmt. Zahlreiche Buchveröffentlichungen, Kalender, Plakate und Postkarten haben seit über 30 Jahren eine wachsende Fangemeinde. Seine Cartoons im »stern«, in der »Brigitte« und in der HÖRZU sind längst Klassiker. Auch zahlreiche Einzelausstellungen im In- und Ausland zeugen von seinem Renommee.

Wir freuen uns, Ihnen in der Reihe »Bilder aus der Heimat« die besten Illustrationen zeigen zu können. Die älteren Leser werden sich sicherlich schmunzelnd erinnern, die Jüngeren werden staunen über die altmeisterliche Art der Darstellung und den zeitlos tierischen Humor.



UND JETZT?

ein heft über den unruhestand

die neue
ausgabe
erscheint im
oktober
2015

Sie haben sich so lange schon darauf gefreut, die zunehmende Hetzerei, die ständig steigenden Anforderungen und auch die ewig gleichen Witzeleien der Kollegen hinter sich zu lassen. Die kleine Abschiedsfeier in der Firma mit freundlichen Worten und guten Wünschen »Das Wichtigste: Bleib gesund« für die Zeit im Ruhestand war sehr persönlich gehalten. Wo sind nur die Jahre geblieben? Jede Woche fühlt sich jetzt an wie Urlaub, endlich ist Zeit für das »eigene Leben«. Es beginnt ein neuer Lebensabschnitt mit dem Lernen über den Umgang von persönlicher Freiheit. Im neuen Magazin möchten wir interessante Anregungen und Perspektiven für die Generation 66plus vorstellen.

Unsere Einrichtungen

PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG Maienweg 145 | 22297 Hamburg | Telefon 20 22-39 00

PFLEGEN & WOHNEN ALTONA Thadenstraße 118 a | 22767 Hamburg | Telefon 20 22-20 24

PFLEGEN & WOHNEN FARMSSEN August-Krogmann-Straße 100 | 22159 Hamburg | Telefon 20 22-22 14

PFLEGEN & WOHNEN FINKENAU Finkenau 11 | 22081 Hamburg | Telefon 20 22-34 45

PFLEGEN & WOHNEN HEIMFELD An der Rennkoppel 1 | 21075 Hamburg | Telefon 20 22-40 40

PFLEGEN & WOHNEN HOLSTENHOF (und ÖJENDORF) Elfsaal 20 | Deelwischredder 37 | 22043 Hamburg | Telefon 20 22-48 34

PFLEGEN & WOHNEN HORN Bauerberg 10 | 22111 Hamburg | Telefon 20 22-46 31

PFLEGEN & WOHNEN HUSARENDEKMAL Am Husarendenkmal 16 | 22043 Hamburg | Telefon 20 22-47 25

PFLEGEN & WOHNEN LUTHERPARK Holstenkamp 119 | 22525 Hamburg | Telefon 20 22-28 16

PFLEGEN & WOHNEN MOOSBERG Moosberg 3 | 21033 Hamburg | Telefon 20 22-27 52

PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST Heinrich-Hertz-Straße 90 | 22085 Hamburg | Telefon 20 22-43 05

PFLEGEN & WOHNEN WILHELMSBURG Hermann-Westphal-Straße 9 | 21107 Hamburg | Telefon 20 22-42 35

Bildnachweis

Archiv PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG (26);
Archiv edition wartenau (85); Ulrike Sparr (17);
Claudia Timmann (6); Kloster Nütschau (11);
Steffen Henssler/Philipp Rathmer (2);
Wolf Rüdiger Marunde (3); Illustration Rätsel Heike Kreye

Titelmotive fotolia.de (1); Archiv edition wartenau (2)

Textnachweis

Seite 20 bis 25: Beitrag von Max Berger:
»Gegessen – Über die gemeinsame Mahlzeit«
mit freundlicher Genehmigung aus dem Magazin
der Badischen Zeitung, März 2010

Seite 62 bis 67: Auszug aus dem Buch »Anstand«
von Sybil Gräfin Schönfeldt, mit freundlicher
Genehmigung des Piper Verlages, München 2008

IMPRESSUM

Herausgeber: PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG GmbH,
Finkenau 11, 22081 Hamburg, Telefon 040 / 2022-3168,
Fax 040 / 2022-3550
pflegeinfo@pflegenundwohnen.de
Verlag: edition wartenau GmbH, Conventstraße 1–3, 22089 Hamburg,
Tel. 040/251 46 51 und 040/25 49 15 03, Fax 040/251 46 56
ulrike.sparr@wartenau.de | peter.albers@wartenau.de
Objektleitung: Peter Albers | edition wartenau
Idee, Konzeption, Gestaltung und Produktion: Peter Albers, Hamburg
Redaktion (V.i.S.d.P.): Peter Albers [PA], Ulrike Sparr [US],
Susanne Kranz [SK]
Weitere Mitarbeiterin dieser Ausgabe:
Heidrun Urmann (heidrun.urmann@pflegenundwohnen.de)
Satzherstellung: edition wartenau | Druckerei zu Altenburg
Druck und Bindung: DZA Druckerei zu Altenburg GmbH, Altenburg
Printed in Germany

Copyright © 2015 by edition wartenau
Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion.
Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos.

VERONIKA, DER LENZ IST DA

MÄDCHEN LACHT, JÜNGLING SPRICHT:

»FRÄULEIN WOLLN SIE ODER NICHT,
DRAUSSEN IST FRÜHLING.«

DER POET, OTTO LICHT,
HÄLT ES JETZT FÜR SEINE PFLICHT,
ER SCHREIBT DIESES GEDICHT:

VERONIKA, DER LENZ IST DA,
DIE MÄDCHEN SINGEN TRALALA.
DIE GANZE WELT IST WIE VERHEXT,
VERONIKA, DER SPARGEL WÄCHST!
VERONIKA, DIE WELT IST GRÜN,
DRUM LASST UNS IN DIE WÄLDER ZIEHN.
SOGAR DER GROSSPAPA SAGT ZU DER GROSSMAMA:
»VERONIKA, DER LENZ IST DA,
VERONIKA, VERONIKA, DER LENZ IST DA!«

VERONIKA, DER LENZ IST DA . . .



COMEDIAN HARMONISTS

EIN VON 1927 BIS MITTE DER DREISSIGER JAHRE AUCH
INTERNATIONAL SEHR ERFOLGREICHES SECHSKÖPFIGES
VOKALENSEMBLE. VIELE LIEDER WURDEN KLASSIKER:
EIN FREUND, EIN GUTER FREUND – MEIN KLEINER
GRÜNER KAKTUS – LIEBLING, MEIN HERZ LÄSST DICH
GRÜSSEN – DAS IST DIE LIEBE DER MATROSEN

