

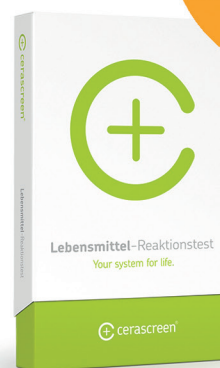


der Eppendorfer

Nicht alles,
was dir schmeckt,
schmeckt auch
deinem Körper.



10€
Rabattcode*:
EPPENDORF



Der **Lebensmittel-Reaktionstest**
für zu Hause. Erhältlich in Apotheken
und online unter www.cerascreen.de

cerascreen GmbH – Güterbahnhofstr. 16, 19059 Schwerin
*gültig bis Ende Mai auf einen Lebensmittel-Reaktionstest.

 **cerascreen®**



MIT PUTZEIMER UND LEITER
Entschleunigung
in der Frickestraße

Seite 6



WIR FRAGTEN NACH
"Was machst Du
hier in Eppendorf?"

Seite 8

TREFFPUNKTE UND TERMINE

EBV-NACHRICHTEN

EBV-Sprechstunde

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit uns (Telefonnummern der Vorstandsmitglieder siehe Seite 4).

Mitglieder- versammlung

Achtung Terminänderung:

11. April um 19.00 Uhr

Plattdeutscher Abend mit Herrn Hokamp

9. Mai um 19.00 Uhr

Lichtbildervortrag: Pilgerweg/Spanien

von/mit Brigitte Schildt

Gäste sind herzlich willkommen!

Stammtisch

26. April um 19.00 Uhr

- Probestammtisch - im Café & Bar Celona,
Lenhartzstraße 1-5

Ausflüge

Brigitte Schildt, Tel. 513 33 34

16. April: Radtour ca. 40-50 km

TP: U1-Lattenkamp **9.30 Uhr**

in und um Hamburg

Bowling

Brigitte Schildt, Tel. 513 33 34

4. April + 2. Mai jeweils **14.00 Uhr**

U3 Hamb. Straße/Wagnerstr.

p. Spiel: 2,00 Euro, Leihschuhe 2,20

Euro. **Nur EBV-Mitglieder.**

Wandern

Lorenz/Wegener Tel. 490 52 03

17. April - Mehlbüdelessen -

tel. Anmeldg. bis **11. April**, siehe Text!

Rufnummern

Polizeikommissariat 23

Tropowitzstraße 3 **42865-2310**

22529 Hamburg **42865-3310**

Bürgertelefon

Mo. bis Fr. 7 - 19 Uhr



Vattenfall – Meldung defekter
Straßenbeleuchtung **63 96 23 55**

EBV **46 96 11 06**

Meldung defekter Straßenbeleuch-
tung **80 60 90 40**

Einladung zur Mitgliederversammlung

am Montag, den 11. April 2016 um 19.00 Uhr

im Alster-Canoe-Club, Ludolfstraße 15

Lesung von und mit Peter Hokamp

plattdeutsche Geschichten und Anekdoten

Gäste sind herzlich willkommen!

Schwanenvater Nieß war bei uns



Unsere letzte Mitgliederversammlung am 7. März war ein sehr interessanter und unterhaltsamer Abend. Herr Nieß erzählte auf teilweise humorvolle Art von seiner Arbeit im Winterquartier am Mühlenteich und von seinen vielfältigen Einsätzen, nicht nur auf Hamburgs Gewässern. Sein Beitrag wurde mit vielen schönen Bildern begleitet, leider auch mit traurigen Aufnahmen, die bei Noteinsätzen gemacht worden sind: Tiere, die oft durch Leichtsinn oder Fahrlässigkeit der Men-

schen, zum Teil schwer verletzt wurden. Man glaubt gar nicht, welche lebensgefährlichen Verletzungen die Schwäne und auch andere Tiere erleiden durch Angelsehnenreste, Netzteile oder Plastiktüten, um nur einiges zu nennen. Es wäre schön, wenn die Menschheit aufmerksamer und rücksichtsvoller wäre. Und dies gilt nicht nur in Sachen Schwäne! Auch, wenn ich jetzt etwas ernst geworden bin, möchte ich es nicht versäumen, Herrn Nieß nochmals für diesen schönen Abend herzlich zu danken.

Am 15. März gegen 10.00 Uhr wurden die Schwäne aus dem Winterquartier freigelassen, es war in jeder Zeitung zu lesen. Dazu wurden sie von mehreren Booten in Richtung Krugkoppelbrücke getrieben. Hier drehten die Boote dann um und die Schwäne suchten sich ihre Reviere. Auf einer der vielen Alsterbrücken zu stehen und diesem Treiben zuzusehen, ist ein besonderes Erlebnis. Meine Frau und ich waren diesmal dabei. Hier einige Bilder davon.

HK

WIR SIND ALLE INDIVIDUEN!

trostwerk andere bestattungen

Erikastraße 41, Hamburg • 040 / 43 27 44 11

BESTATTUNGSINSTITUT

ERNST AHLF



Breitenfelder Straße 6
20251 Hamburg
Tag- und Nachtruf 48 32 00

Mehlbüdel, Wandern oder beides?

Am Sonntag, den **17. April** geht es nach Borstel-Hohenraden zum Schützenhof.

Wanderer treffen sich wie immer um **9.00 Uhr** am U-Bahnhof Kellinghusenstraße.

Wer mit den öffentlichen Verkehrsmitteln mitfahren

möchte, trifft sich an der U-Bahn Kellinghusenstraße um **11.45 Uhr**. Gemeinsam geht die Fahrt mit der U1 nach Norderstedt und dort mit dem Bus 594 bis zum Schützenhof. Natürlich könnt ihr auch per PKW anreisen. Die Reservie-

rung und Essen ist für ca. **13.30 Uhr** angesagt.

Anmeldung erbitte ich bis zum **11. April** unter Tel.: **040-490 52 03** (Lorenz/Wegener).

Denn nun guten Appetit mit den Eppendorfer Freunden.

Günther Wegener

Neuer Stammtisch auf Probe

Am 18. Februar 2016 hat an der Straßenkreuzung Lenhartzstr./Curschmannstr. ein neues "Geschäft" eröffnet: Café & Bar Celona. Einige Eppendorfer Mitglieder haben bereits davon Notiz genommen. Bei Sonnenschein lässt es sich wunderbar auf der mit Blumenkübeln eingefassten Terrasse trinken und

speisen. Auch im Café selbst kann man sich wohlfühlen, es ist mediterran eingerichtet.

Im Bar Celona wird ganztagig ein Frühstücks- und Mittagbuffet, eine Kuchenauswahl mit Kaffeespezialitäten, Eis und Cocktails angeboten neben der normalen Speisekarte.

Der Vorstand hat als Ersatz

für den bisherigen Stammtisch (WSAP) dieses Café für den **26. April um 19.00 Uhr** als neuen Treffpunkt vorgesehen. Da "Bar Celona" mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar ist, hoffen wir auf gute Beteiligung und auf einen entspannten Abend.

B. S.

Sommerreise des EBV 2016

Die Sommerreise des „Eppendorfer Bürgervereins von 1875“ nach Schwarzenberg (Perle des Erzgebirges) findet trotz geringer Meldungen statt. Es haben sich bisher nur 35 Personen angemeldet, die ich nicht enttäuschen möchte. Um jetzt den Reisebus finanzieren zu können, benötige ich pro Person € 10,00 mehr. Der Reisepreis beträgt jetzt für Hotel mit HP, Bus und Ausflüge: im **DZ € 360,00** p. P. und im **EZ € 405,00**.

Reisezeit: **So. 21.08** bis **Fr. 26.08.2016**. Name des Hotels: „**Neustädter Hof**“, www.neustaedterhof.de. Reiseabfahrt ist Sonntag, der **21.08.2016** um **08.00 Uhr** am U-Bahnhof Kellinghusenstraße (Bushalltestelle). Sollten sich jedoch noch weitere Personen anmelden und dadurch der Bus finanziert werden, zahle ich den Überschuss wieder aus. Es sind noch genügend Einzel- und Doppelzimmer frei. Gäste sind selbstverständlich herzlich willkommen.

Ich bitte die bereits angemeldeten Teilnehmer, eine **Anzahlung von € 90,00** (Bus-Kosten) bis zum **15.05.2016** auf folgendes EBV-Konto zu überweisen:

Commerzbank IBAN: **DE42200400000325800100**, BIC: **COBADEFFXXX**.

Den restlichen Betrag überweisen Sie bitte bis zum **15.07.2016**.

Rückfragen unter Tel.: 040-5208263 bzw. per Mail: G.Weibchen@EBV1875.de.

G.W.

INHALT

Eppendorfer Bürgerverein

Termine	2
Mitgliederversammlungen	2
Ausflüge / Stammtisch	3
Glückwünsche, Kontakte	4
Aufnahmeantrag	4

Eppendorf im Gespräch

Hilferuf eines Musentempels	5
Sitzungsprotokolle	5 + 10
Arzt zwischen den Welten	6
Entschleunigung in der Frickestraße	6
"Was machst Du hier?"	8

Eppendorfer Termine

Kirchen	14
Termine	14 + 15

Und sonst noch...

Bilderrätsel	4
Der Lebensmittel-Rekationstest	6
Wohnen und Leben im Alter	9
Der Herr der Rosetten	10
Das Fachgeschäft für Einlagen	11
Erst Abbruch, dann Milieuschutz	12

MOTTO

*Alle guten Vorsätze haben
etwas Verhängnisvolles.
Sie werden unweigerlich
zu früh gefasst.*

Oscar Wilde

IMPRESSUM

der Eppendorfer

Herausgeber:
Eppendorfer Bürgerverein v. 1875
Schedestraße 2, 20251 Hamburg,
Tel. 040/46 96 11 06.
EBV1875@t-online.de

Verantwortlich i.S.d.P.: Brigitte Schildt, Gerhard Balazs
Redaktionsteam: Brigitte Schildt, Anja Dunkel,
Heinz Körschner, Miriam Flüß, Christian Winter, Volker Stahl.

Anzeigen und Herstellung: A&C Druck und Verlag
GmbH Gerhard Balazs, Waterlooahain 6-8, 22769 Hamburg,
Tel. 040/43 25 89-0, Fax -50,
eppendorfer@auc-hamburg.de
Anja Dunkel 43 25 89 19
dunkel@auc-hamburg.de

Druck: net(t)print, Sternstr. 68, 20357 Hamburg, Tel.
040/42 10 69 69, info@netprint.de

Erscheinungsweise: monatlich zum Monatsbeginn. Auflage zzt.
5.000 in Abonnement und Ausgabe. Jahresabonnement 24,-
Euro. Für Mitglieder des EBV im Mitgliedsbeitrag enthalten.
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung
des Herausgebers. Bei Veröffentlichung von Zuschriften
wird nur presserechtliche Verantwortung übernommen.

Die in den Leserbriefen dargestellte Meinung gibt nicht die
Meinung des Vorstandes wieder. Wir behalten uns vor,
Leserbriefe zu kürzen.

**Sie sind umgezogen oder haben
eine neue Bankverbindung?
Bitte informieren Sie uns!**

Küche&Co in Eppendorf!

Der Experte für Ihre Traumküche!

Ihre Wunschprämien

NESPRESSO KAFFEEMASCHINE
KITCHENAID
WEBER GRILL

Kommen Sie vorbei!
Besuchen Sie uns im Studio!

Bringen Sie das Magazin „Der Eppendorfer“ mit. Nutzen Sie die kostenlose Beratung. Und sichern Sie sich Ihre Wunschprämie beim Küchenkauf.

KÜCHE&CO HAMBURG-EPPENDORF
Christoph-Probst-Weg 1 · 20251 Hamburg
hamburg-eppendorf@kueche-co.de
Telefon 040/42 23 69 50-62 · www.kueche-co.de

Kostenlose Beratung vereinbaren:
www.kueche-co.de/kuechenberatung

KÜCHE & CO



Wir gratulieren zum Geburtstag

April

10.04. Christine Kruck
10.04. Evelyn Hausfeldt
10.04. Werner Heinz
11.04. Hanno Gerken
13.04. Katharina Tietjen
13.04. Erika Gutgesell
13.04. Jutta Horatz
17.04. Sylvia Wirths
18.04. Ernst Wüsthoff
23.04. Karin Sievers
23.04. Peter Schildt
24.04. Dr. Hinnerk Rust
24.04. Rainer Henning
26.04. Urs Moniac-Jenny
26.04. Sebastian Haffke
28.04. Dieter Graack
28.04. Heidi Garbrecht
30.04. Lieselotte Mick

Mai

01.05. Brigitte Christl
02.05. MaLeen Moniac-Jenny
04.05. Bettina Machaczek-Stuth
04.05. Inge Marien
04.05. Monika Körschner
04.05. Gisela Wede
04.05. Erika Sandhoff
06.05. Renate Wittenburg
07.05. Gudrun Rösler
07.05. Brunhild Bruns
08.05. Gerda Torke
09.05. Werner Müller

Bilderrätsellösung und Gewinner der März-Ausgabe

Die Lösung des Bilderrätsels der März-Ausgabe ist:

Es ist die Frickestraße.

Die Gewinner sind: I. Stella, P. + J. Dahm und B. Zeidelhark.

Vielen Dank an die zahlreichen Teilnehmer!

Bilderrätsel April



Wie heißen diese Frühlingsboten?

Der Eppendorfer verlost unter allen Einsendern je 1x2 Theaterkarten, 1x eine Überraschung sowie ein Buch. Bitte senden Sie Ihre Lösung bis zum 15.04.2016 an: a&c Druck und Verlag GmbH, Waterloohain 6-8, 22769 Hamburg. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Eppendorfer Bürgerverein von 1875

Schedestr. 2
20251 Hamburg
Tel. 46 96 11 06
Zuweg Hintereingang Schedestr. im Souterrain

www.info-eppendorf.de – den Link > »Bürgerverein« klicken.

Unter www.der-eppendorfer.de können Sie auch in zurückliegenden Ausgaben unseres Magazins der »Eppendorfer« nachlesen.

E-Mail-Adressen nach Themen:

Vorstand@EBV1875.de

Redaktion@EBV1875.de

Bankverbindung:

Commerzbank

IBAN:DE4220040000325800100

BIC: COBADEFFXXX

VORSTAND:

1. Vorsitzende: Brigitte Schildt

040/513 33 34 • B.Schildt@EBV1875.de

2. Vorsitzender: Günter Weibchen

040/520 82 63 • G.Weibchen@EBV1875.de
Festausschuss, Ausfahrten, Polizeikontakt

1. Schriftführerin:

kommissarisch B. Schildt/Vorstandmitgl.
Korrespondenz, Redaktionsausschuss

2. Schriftführerin: Monika Körschner

040/48 17 50 • M.Koerschner@EBV1875.de
Protokolle, Festausschuss

Schatzmeister: Heinz Lehmann

040/46 47 46 • H.Lehmann@EBV1875.de
Rechnungswesen, Abwicklung des Zahlungsverkehrs, Kartenverkauf für Reisen + Ausfahrten

Beisitzer:

Marianne Dodenhof

040/47 53 65 • M.Dodenhof@EBV1875.de
Besondere Anlässe

Irene Müller

040/48 84 43 • I.Mueller@EBV1875.de
Festausschuss

Heinz Körschner

040/48 17 50 • H.Koerschner@EBV1875.de
Redaktionsausschuss, besondere Anlässe

Ernst Wüsthoff

0171/81 777 88 • E.Wuesthoff@EBV1875.de
besondere Anlässe

Zugewählte Beisitzer:

Herma Rose

040/48 72 05 • Kommunales + Glückwünsche

... und zum Glück gibt es noch viele helfende Hände...

Der Vorstand ist dankbar für aktive Mithilfe zur Erledigung der gestellten Aufgaben. Engagement und Fachverstand werden gern angenommen. Sagen Sie uns, wo Sie helfen können und wollen – ohne gleich in den Pflichtenkalender des Vorstands eingebunden zu sein

Erfolgreich LOKAL werben!

"der Eppendorfer" (monatlich 5.000 Exemplare)

"Hallo Winterhude" (monatlich 7.500 Exemplare)

a&c Druck und Verlag GmbH • Tel. 040 - 43 25 89-0 • kontakt@auc-hamburg.de

www.auc-hamburg.de / www.der-eppendorfer.de / www.hallo-winterhude.de

MITGLIED WERDEN

Ich beantrage die Aufnahme in den Eppendorfer Bürgerverein

Name, Vorname _____

Wohnort/Straße _____

Beruf _____ E-Mail _____ Geb.Dat. _____

Ehe-/Lebenspartner _____ Geb.Dat. _____

Telefon privat _____ mobil/tagsüber _____

Aufnahmegebühr* € _____ Beitrag € _____ Eintrittsdatum _____

Datum _____ Unterschrift _____

*) Mindestgebühr: Aufnahmegebühr ab € 3,00 • monatl. Beitrag ab € 2,00, Paare ab € 3,00

EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige Sie bis auf Widerruf, meinen Beitrag

☐ halbjährlich

☐ jährlich von meinem Konto einzuziehen

IBAN (22 Stellen) _____

BIC (8–11 Stellen) _____

Datum _____ Unterschrift _____

Hilferuf eines Musentempels



Eigentlich ist es ja eine Schande wie ich aussehe und mitten im schönsten Park von Eppendorf stehe. So verschmiert, und da ich bereits etwas bröckele, auch umzäunt, verdiene ich nicht mehr den Titel "Musentempel". Seit vielen Jahren stehe ich immer an gleicher Stelle, seit das Gelände 1931 als öffentlicher Park freigegeben wurde. Entworfen wurde ich von Herrn Otto Linne und vor etwa 150 Jahren gehörte alles noch zum Landsitz von Herrn Hayn, ehemaliger Bürgermeister von Hamburg. Ich habe mich stets an den Kindern erfreut, die auf der Wiese und um mich herum gespielt haben. Auch gegen die Wochenend-Griller hatte ich nichts einzuwenden. Aber die Möchtegern-Graffiti-Künstler waren mir mehr als unsympathisch. Ich bin schon so oft restauriert und neu gestrichen worden, aber nach einigen Monaten war mein schönes Aussehen wieder vorbei. Nun drohe ich auch noch einzustürzen! Was ist bloß aus mir geworden? Es sind Bestre-

bungen im Gange, mich meiner Heimat zu berauben und nach kompletter Sanierung an einen anderen Standort zu versetzen. Wollt Ihr das wirklich, liebe Eppendorfer/innen? Ist es Euch egal, ob ich im Hayn-Park als Schandfleck verbleibe oder restauriert meine Heimat verlassen muss? Bitte unterstützt mich mit Euren guten Ideen, wie ich gerettet werden kann. Es liegt nicht an den Kosten, wie ich erfuhr. Ich hoffe auf Eure Unterstützung, damit ich in meiner gewohnten Umgebung verbleiben kann und wieder ein schöner Anblick für jedermann werde. Bitte schreibt und schickt Eure Vorschläge unter dem Titel "Monopteros" an den Eppendorfer Bürgerverein von 1875, Schedstr. 2, 20251 Hamburg, oder an folgende E-Mail-Adressen:

EBV1875@t-online.de und
Redaktion@EBV1875.de.

Ich freue mich über gute Ideen und hoffe, dass Ihr mich nicht "im Regen" stehen lasst.

M.H.-P.

Regionalausschuss-Sitzung

In der Regionalausschuss-Sitzung Eppendorf-Winterhude vom 21.3.2016 wurde beschlossen, dass sich die Vorsitzende der Bezirksversammlung dafür einsetzen soll, dass geprüft wird, ob an der Kreuzung Hoheluftchaussee/Martinistraße der Verkehr einspurig zusammengeführt werden kann. Dadurch soll es den Radfahrern aufgrund höherer Sicherheit ermöglicht werden, sich in der Nähe der Kreuzung in den Verkehr einzufädeln. Es handelte sich um einen gemeinsamen Antrag aller Fraktionen.

Der Ausschuss hat Kenntnis davon genommen, dass am 27.

August 2016 von 12:00 Uhr bis 22:00 Uhr im Eppendorfer Weg zwischen Lehmweg und Hoheluftchaussee das alljährliche Nachbarschaftsfest der dortigen Geschäftsleute stattfindet, das mit einem Anwohnerflohmarkt verbunden ist.

Weiterhin soll zur Erschließung des Grundstücks Nedderfeld 100 für Kunden und Lieferanten eine Überfahrt um- und eine weitere zurückgebaut werden. Weiter östlich entsteht eine Feuerwehrüberfahrt. Außerdem werden eine Markierung und eine Mittelinsel verändert.

EA

WOLFFHEIM WOLFFHEIM

IMMOBILIEN

vermissen Verb: Das Fehlen von etwas bemerken; mit Bedauern feststellen, dass jemand nicht mehr zur Verfügung steht. *Das kann Ihnen mit uns nicht passieren. Wir unterstützen Sie in allen Immobilienfragen. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wir freuen uns auf Sie! Bis bald.*

Eppendorfer Landstraße 32 20249 Hamburg
Tel. 040 460 59 39 www.wolffheim.de

Adolf Imelmann & Sohn

Bestattungsinstitut
St. Anschar

Bestattungen sind Vertrauensaufträge

Dieses Vertrauen wird unserer Firma seit 1934 entgegengebracht

Tag und Nacht erreichbar

Sierichstraße 32 · 22301 Hamburg-Winterhude
Tel. 0 40/270 09 21 · www.imelmann-bestattungen.de

Das Leben ist zu kurz,
um schlecht
zu essen.

Kochhaus Eppendorf Eppendorfer Landstraße 86 20249 Hamburg
www.kochhaus.de info@kochhaus.de
Unsere Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-21 Uhr

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Schreiben Sie uns unter dem Stichwort „Leserbriefe“, was Sie bewegt! Sie erreichen uns unter: Redaktion@EBV1875.de. de – die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.

Wir drucken den Eppendorfer • Was dürfen wir für Sie tun?

Briefpapier • Flyer • Prospekte • Broschüren u.v.m.

Heute
gebracht...

Morgen
gemacht!!

Die freundliche Druckkompetenz

DRUCK UND PAPIERVERARBEITUNG

Sternstraße 68 · 20357 Hamburg
Tel. 040 - 42 10 69 69 · Fax 040 - 42 10 69 88

Arzt zwischen den Welten in Eppendorf

„Zwischen den Welten vermitteln“ möchte Mohamed Arebi. Der 29-jährige Student aus Libyen absolviert seit einem Jahr seine Facharztausbildung in der Facharztambulanz in Eppendorf.

Anders als die vielen Flüchtlinge aus dem Nahen Osten ist Mohamed Arebi sicher und mit Unterstützung seiner Universität in Tripolis und der libyschen Botschaft in Hamburg gelandet. Was ein Bürgerkrieg bedeutet, hat er dennoch hautnah erfahren: Mehr als anderthalb Jahre lang hat er schwer Verwundete behandelt und zahlreiche Tote gesehen. Auch ein medizinisches Seminar über chirurgische Fähigkeiten für Opfer bewaffneter Gewalt hat ihn tief geprägt. Für mindestens sechs Jahre macht Arebi nun in Hamburg für die Fachausbildung zum Orthopäden Station. „Ich schaue dem Ärzteteam über die Schulter, darf bei Behandlungen und Operationen assistieren und erste Therapien selber durchführen“, berichtet der angehende Arzt. „Ich agiere oft als Dolmet-



scher für arabische Patienten. Die Muttersprache beruhigt und schafft enormes Vertrauen“, hat er beobachtet. Auch Arebis Chef, Professor Alexander Katzer, weiß das zu schätzen: „Unsere Patienten sind so vielfältig und ihr kultureller Hintergrund ist so bunt wie die Hansestadt selbst.“ Mohamed Arebi stammt aus einer Mediziner-Familie in Tripolis, mit der er täglich über Skype oder E-Mail in Kontakt steht. In seiner Freizeit spielt der Libyer Fußball mit geflüchteten Freunden oder neuen Bekannten aus dem Irak, Syrien und Libyen. Anders als Arebis Alltag sei ihrer geprägt von Tatenlosigkeit und zermürbendem Warten. Der Arzt in der Ausbildung versucht deshalb, sie zum Deutschlernen und dem Stecken persönlicher Ziele zu ermutigen. Auch die Offenheit gegenüber dem neuen Heimatland ist wichtig, weiß er. Von den Hamburgern wünscht Arebi sich, „dass sie Flüchtlinge akzeptieren und ihnen eine Chance geben, sich zu beweisen.“

M. F.

Entschleunigung in der Frickestraße

Auf den ersten Blick wirkte der Umzug wie ein Trauermarsch: Mit Putzeimer und Leiter schlichen vier Studentinnen am vergangenen Dienstag durch die Wohnstraße. An den Füßen: selbstgebastelte Schwimmflossen. „Es geht um Entschleunigung“, erklärte Franziska Friedrich, wie ihre Aktionspartnerinnen eine Studierende der MSH

Medical School Hamburg. Die Zone-30-Schilder in der Fricke sind (wie viele andere in Eppendorf) von Grünspan und Dreck besetzt - teilweise nicht mehr erkennbar. Vor allem in Höhe der Wohnstifte, wo 600 ältere Menschen wohnen, halten sich viele Autofahrer nicht an die Geschwindigkeitsbegrenzung. In Absprache mit MARTINERLEBEN gingen die Studentinnen dieser Unsitte nun in Doppelstrategie zu Leibe. Mit „Slow Motion“ behinderten sie behutsam für wenige Augenblicke den Verkehr – ohne es allerdings auf Konfrontation ankommen zu lassen. Fast alle Fahrzeuglenker nahmen die „Entschleunigung“ gelassen, bis auf einen älteren Herrn, der es offenbar sehr eilig hatte: Er hupte die jungen Frauen von der Straße. An den Tempo-30-Schildern Ecke Osterfeld- bzw. Martinistraße stellten die Aktuerinnen ihre Leiter ab, griffen zu Plastikhandschuh und Bürste und reinigten die Schilder. Statt SlowMotion nun ein wenig Slapstick: Jede drängte auf die oberen Sprossen, um ihren Beitrag zu leisten. Nach gut 90 Minuten waren Aktion und Arbeit beendet, die Tempo-30-Schilder strahlten in neuem Glanz.

Reaktionen der Passanten gab kaum, sicherlich auch wetterbedingt. Einige reagierten auf den Fahrbahn-Marsch mit Unverständnis. „Es wäre schön, wenn die Mädels erklären würden, warum sie hier so rum-schleichen“, sagte eine interessierte Anwohnerin. Ein anderer meinte: „Eine tolle Aktion der Studenten. Es regt ja vielleicht einige Nachbarn an, bei verschmutzten Schildern selbst einmal zu Putzeimer und Bürste zu greifen.“

Die MSH-Studentinnen kündigten indes weitere Überraschungen an. Franziska Fried-

rich: „Wir bringen die besondere Qualität unseres Studiengangs mitten ins städtische Leben.“ Ich zeige mich – unter diesem Motto haben die jungen Frauen kürzlich 20 AnwohnerInnen des Viertels interviewt. Jede/r hat etwas ganz Persönliches von sich verraten. Die liebevoll gemachten Steckbriefe werden im Quartier Anfang April wetterfest aufgehängt. Wer will, kann so neue Kontakte knüpfen. Einsamkeit muss nicht sein.

Christian Winter



GOERNE-APOTHEKE
OLAF HANSEN e.K.

Goernestraße 2 / 20249 Hamburg
Tel.: (040) 47 80 94 / Fax: (040) 47 95 35

**Die Eppendorfer Sportbar
mit 1 Leinwand
und 2 Großbildschirmen!**

Bei Fiete



„Bei Fiete“ gibt es nicht nur ein frisch
gezapftes Bier, sondern auch die
HSV- & St. Pauli-Spiele LIVE.

Inh. „Heiner“ Meinicke
Martinistr. 30 in 20251 Hamburg
Telefon 040 - 429 164 16
Di-So ab 15 Uhr



Nahrungsmittelunverträglichkeits- und Nahrungsmittelallergie-Test Der Lebensmittel-Reaktionstest für Zuhause

Gesundheit ist der Deutschen wichtigstes Gut. Seit Jahren steht sie bei Umfragen auf Platz eins der wichtigsten Dinge im Leben. Wir alle möchten uns wohlfühlen, fit sein und viel Energie haben für die anderen wichtigen Dinge in unserem Leben: Familie, Freunde und Freizeit. Wir haben Lust auf gemütliches Abendbrot mit den Liebsten, gesellige Runden beim Italiener und sportliche Stunden im Park. Wir wollen das Leben in vollen Zügen genießen. Da passt es nicht, wenn wir uns häufig erschöpft oder unwohl fühlen.

Was darf ich essen?

Noch vor zehn Jahren war gesunde Ernährung gleichbedeutend mit Verzicht, wenig Geschmack und viel Aufwand. Mittlerweile ist die Auswahl an Büchern, Magazinen und Foodblogs mit gesunden Rezepten schier unbegrenzt. Trendige Restaurants mit sagenhaften Menüs haben den Genuss in die gesunde Ernährung gebracht. Gesunde Snacks gibt es in vielen Cafés und fast jedem Supermarkt. Selbst die Schul- und Kita-Verpflegung in Hamburg stellt auf besonders gesunde Gerichte um.

Doch sich gesund zu ernähren ist trotzdem nicht einfacher geworden. Denn auf dem Feld für richtige Lebensweise wimmelt es von Ratschlägen und Empfehlungen, die nicht nur verwirren, sondern sich häufig auch noch widersprechen. Wir sind bereit, für uns und unsere Liebsten gesund zu kochen. Doch was genau dürfen wir eigentlich essen?

cerascreen hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Menschen aus dem Dschungel der Ernährungstipps und -verbote zu helfen. Das Unternehmen aus dem Norden möchte allen helfen, die ihre Gesundheit in die eigene Hand nehmen wollen. Die Ernährungsexperten von cerascreen sagen: „Essen Sie das, was Ihnen gut tut. Eine gesunde Ernährung unterstützt den Körper in allen seinen Aufgaben und sorgt dafür, dass wir uns gesund und fit fühlen. Doch auch die gesündeste Ernährung nützt nichts, wenn Sie Lebensmittel essen, die Sie nicht vertragen.“

Der Lebensmittel-Reaktionstest

Trotz einer gesunden Lebensweise fühlen Sie sich häufig schlapp oder unkonzentriert? Sie haben den Eindruck, dass Sie irgendetwas nicht beschwerdefrei vertragen, wissen aber nicht, was es ist? Oder Sie bekommen nach bestimmten Lebensmitteln Schweißausbrüche oder Migräne? Dann haben Sie möglicherweise eine Nahrungsmittelallergie oder -unverträglichkeit. Der Lebensmittel-Reaktionstest gibt Ihnen Antwort!

Der cerascreen Lebensmittel-Reaktions-Test ist ein Nahrungsmittelunverträglichkeits- und Nahrungsmittelallergie-Test, mit dem die Ursachen von Unverträglichkeiten und Allergien

ermittelt werden können. Hierbei werden wenige Tropfen Blut aus dem Finger oder Ohrläppchen (Kapillarblut) abgenommen und mit Hilfe des beigefügten Rücksendeumschlags in ein human-diagnostisches Fachlabor eingeschickt. Dort wird das Kapillarblut auf eine Nahrungsmittelallergie durch die Bestimmung der IgE-Antikörper und auf eine Nahrungsmittelunverträglichkeit mittels IgG4-Auswertung untersucht.

Ihre Vorteile durch den Lebensmittel-Reaktionstest

Grundsätzlich kann man eine Blutanalyse auch beim Arzt machen lassen. Bequemer und günstiger geht es jedoch mit dem Lebensmittel-Reaktionstest. Nach Bestellung im Onlineshop wird Ihnen der Test direkt nach Hause oder ins Büro geliefert. Die Laboregebnisse bekommt man online zur Verfügung gestellt. So fallen umständliche Terminvereinbarungen, An- und Abreise sowie lange Wartezeiten beim Arzt weg.

Außerdem werden mit dem Test von cerascreen gleich 62 Lebensmittel untersucht. Damit werden die häufigsten Nahrungsmittelallergene abgedeckt. Können Sie sich vorstellen, wie unangenehm diese Testung durch einen Pricktest beim Arzt wäre?

Der Lebensmittel-Reaktions-Test ist leicht zu handhaben und jederzeit in nur wenigen Minuten durchführbar. Für die Blutentnahme benötigen Sie keine medizinischen Vorkenntnisse. Sie kann ohne fremde Hilfe von einem Laien durchgeführt werden - die bebilderte Anleitung erklärt kompakt, wie das geht. Anschließend schickt man die Probe an das zertifizierte Fachlabor. Dort kümmern sich erfahrene Spezialisten um die professionelle Analyse der Blutprobe und ermitteln ein exaktes Ergebnis.

Nach der Analyse wird man nicht allein gelassen

Basierend auf den Blutwerten und den Daten eines ergänzenden Fragebogens wird Ihnen ein individueller Ergebnisbericht zusammengestellt.

In diesem sind die Ergebnisse aus dem Fachlabor detailliert dargestellt und verständlich erklärt. Darüber hinaus liefert der Bericht wichtige Informationen sowie individualisierte Handlungs- und Ernährungsempfehlungen für die Ernährung und eine Verbesserung der Gesundheit. Die Empfehlungen sind von qualifizierten Ökotrophologen und Medizinern ausgearbeitet.

Bei Interesse können Sie zudem eine Beratung mit erfahrenen Ökotrophologen in Anspruch nehmen. Bei Fragen sind persönliche Ansprechpartner mit Fachkompetenz per Telefon und E-Mail erreichbar.

Über cerascreen

cerascreen® bietet personalisierte Gesundheit: Gesundheitsvorsorge, -diagnostik und -beratung ganz unkompliziert und schnell von zu Hause aus. Dafür hat cerascreen einfach durchführbare



Selbsttests entwickelt, die im hauseigenen Humandiagnostiklabor ausgewertet werden. Mit Hilfe von Blut-, Speichel- und Urintests können so bestehende Symptome abgeklärt werden oder der Vitamin-, Mineralstoff- und Hormonhaushalt kontrolliert werden. Die cerascreen® GmbH ist Tochter der seit über 10 Jahren auf ganzheitliche Diagnostik spezialisierten Firma DST Diagnostische Systeme & Technologien GmbH. Das cerascreen-Konzept basiert auf langjähriger Erfahrung der DST-Humandiagnostik sowie der Kompetenz und Beratung von erfahrenen Gesundheits-Experten unterschiedlicher Disziplinen.

„Was machst Du hier?“



Margrit Schubert, 74 Jahre: „Ich gehe vorzugsweise zum Ökobäcker Springer, der schneidet mir mein Brot. Hier in Eppendorf gibt es viel zu sehen!“



Daniel Ciesielski-Pilarski, 55 Jahre: „Ich komme von zu Hause. Und bin auf dem Weg zu meiner Heilpraktikerin. Und vorher gehe ich zur Post.“



Maike Feddern, 46 Jahre, mit Liese, 12 Wochen: „Ich bin Hausfrau. Und wohne hier seit Oktober!“



Zoram Makocevic, 40 Jahre: „Mittagspause. Ich arbeite hier um die Ecke.“



Gerriet Korte, 32 Jahre: „Ich bin Zimmermann. Wir haben hier das Fachwerk und die kompletten Innenarbeiten wie Türen und Fenster gezimmert!“



Susann Schüttlöffel, 34 Jahre: „Ich gehe jetzt gleich zur Arbeit. Und laufe zur U-Bahn.“



Grafikdesigner Marco, 26 Jahre: „Zurzeit habe ich Urlaub. Herr Schneider kommt aus Polen, mit dem gehe ich gerade spazieren.“

Fotos/Texte: AD

Informationstour Wohnen & Leben im Alter am 27. April 2016 (Ehemals Heimtour)

Treffen ist um 11:00 Uhr im Bezirksamt Hamburg-Nord, Abfahrt zur 1. Einrichtung gegen 12:00 Uhr

Tour 1

12:45 Uhr Eintreffen: Pflegen & Wohnen Uhlenhorst, Heinrich-Hertz-Straße 90, 22085 Hamburg, Telefon: 20 22 43 05, www.pflegenundwohnen.de

14:15 Uhr Eintreffen: KerVita Seniorenzentrum „Am Osterbekkanal“, Lämmersieth 14, 22305 Hamburg, Telefon: 4 21 04 70, www.kervita.de

Tour 2 (Servicewohnen)

12:45 Uhr Eintreffen: Köster-Stiftung, Meistenstraße 25, 22305 Hamburg, Telefon: 69 70 62 – 0, www.koester-stiftung.de

14:15 Uhr Eintreffen: Seniorenwohnanlage Kiehhörn, Kiehhörn 1-5, 22049 Hamburg, Telefon: 6 96 80 20 01, www.vhw-hamburg.de

Tour 3 (gemischte Einrichtungen)

12:45 Uhr Eintreffen: Stiftung Anscharhöhe, Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg, www.anscharhoehe.de

14:15 Uhr Eintreffen: Altenwohn- und Pflegeheim Herbert-Ruppe-Haus, Schmachthäger Straße 38, 22309 Hamburg, www.mzst.de/ruppehaus-hamburg.php

Tour 4

12:45 Eintreffen: Hesse-Diederichsen-Heim, Lämmersieth 75, 22305 Hamburg, Telefon: 6 11 84 10, www.ahdh.de

14:15 Eintreffen: Pflegewohnstift Alsterkrugchaussee, Alsterkrugchaussee 614, 22335 Hamburg, Telefon: 51 20 88 - 0, www.pflegewohnstift-alsterkrugchaussee.de

Tour 5

12:45 Eintreffen: Zinnendorf-Stiftung, Tarpenbekstraße 117, 20251 Hamburg, Telefon: 48 06 01 – 54, www.zinnendorfstiftung.de

14:15 Eintreffen: Amarita Hamburg-Mitte, Angerstraße 20-22, 22087 Hamburg, Telefon: 5 55 00 – 0, www.amarita-hamburg.de

Informationstour 2016 Wohnen und Leben im Alter

Die Pflegekonferenz und der Pflegestützpunkt Hamburg-Nord laden am Mittwoch, den 27. April 2016 von 11 bis 16 Uhr zur Informationstour „Wohnen und Leben im Alter“ im Bezirk Hamburg-Nord ein. Treffpunkt ist der große Sitzungssaal des Bezirksamtes Hamburg-Nord in der Robert-Koch-Straße 17.

Es handelt sich nach der ersten erfolgreichen Heimtour im Jahr 2008 bereits um die achte Veranstaltung dieser Art, bei der Bürgerinnen und Bürger sich über Pflege- und Seniorenwohneinrichtungen im Bezirk Hamburg-Nord informieren und sich ein persönliches Bild über Angebote und Ausstattungen machen können.

Nach der Eröffnung durch die Sozialdezernentin Yvonne Nische und einem Grußwort der Vorsitzenden des Bezirkssenorenbeirates Ursula Preuhs können sich die Interessenten an den aufgebauten Ständen von zehn Pflegeeinrichtungen informieren. Gut versorgt mit Getränken und einem Mittagessen brechen die Teilnehmer der Tour dann zu verschiedenen Pflegeeinrichtungen auf. Hierfür ist ein Busshuttle-Service vor Ort in der Robert-Koch-Straße 17 eingerichtet.

Die verschiedenen Einrichtungen halten vielfältige Angebote bereit, wie zum Beispiel Führungen durch die Häuser und Besichtigung von Zimmern, aber auch interessante Beiträge zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten. Die individuelle Betreuung ermöglicht es, gezielt Fragen an Heimleitung, Mitarbeiter und Heimbeirat zu stellen und fachkompetente Antworten zu erhalten.

In diesem Jahr ist eine Anmeldung bis zum 22. April 2016 im Pflegestützpunkt Hamburg-Nord unter der Telefonnummer 4 28 99 – 10 60 erforderlich, um an der Veranstaltung teilnehmen zu können.

Pflegestützpunkte werden gemeinsam von den Kranken- und Pflegekassen sowie der Stadt Hamburg betrieben und beraten neutral und unabhängig pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen. Hierbei arbei-



Foto: JW

ten sie eng mit anderen Dienststellen und Einrichtungen im Bezirk, wie zum Beispiel der Seniorenberatung, zusammen.

Die Pflegekonferenz ist ein Zusammenschluss verschiedener Akteure aus Behörden, ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen sowie Vereinen und Interessenvertretungen wie dem bezirklichen Senio-

renbeirat. Ziel der Pflegekonferenz ist die Verbesserung der Versorgung älterer und pflegebedürftiger Menschen.

Ansprechpartner:

Pflegestützpunkt
Hamburg-Nord
Kümmellstraße 5-7, 20249 HH,
Tel: 040/ 428 99 10 60

Miteinander Leben erleben.



Wir geben körperlich schwerstbehinderten, jüngeren Menschen ein Zuhause, in dem sie eigenständig und gut umsorgt leben können.

Helfen Sie uns, dass das so bleibt! Werden Sie Mitglied in unserem Förderverein der Zinnendorf Stiftung e.V.

HAUS ZINNENDORF

Tarpenbekstraße 117 • 20251 Hamburg

T +49 40 480 601-0 • www.zinnendorf-stiftung.de

ZINNENDORF
STIFTUNG



Stiftung der Großen Landesloge
der Freimaurer von Deutschland

Herr der Rosetten

stützen mit Engelskopf bis hin zur Rosette mit 66 cm Radius. Die Instandsetzung kaputter Stuck-Stücke ist ein kom-
pli-



zier-
t e s

Unterfan-
gen, das meh-
rere Wochen dau-
ern kann: Dazu gehö-
ren u. a. ein Abguss, eine
Form aus Silikon, das Gießen
neuer Elemente. Schließlich
werden die Teile unter die De-
cke geklebt und geschraubt.
Gips kommt bei der Innendeko
zum Einsatz, Zement außen.
„Wenn wir etwas ganz Neues
schaffen wollen“, so Klaus He-
cker, „modellieren wir zunächst
in Ton.“ In Berlin und Mecklen-
burg gibt es traurige Beispiele,
wo an Haus-Außenwänden Gips
und Leinöl benutzt wurden:
Nach spätestens 100 Jahren sind
diese Werke der Modellierkunst
häufig verwaschen und unan-
sehlich.

Stuck Werner ist in Eppen-
dorf derzeit wohl das einzige
Unternehmen, das diese schöne
Handwerkerkunst noch betreibt.
Mike Hecker ist in ständigem
Austausch mit seinem Kollegen
Christoph Blume in der Nach-
barschaft. Blume ist stellvertre-
tender Obermeister und arbeitet
in der nahen Lottestraße. Aber
die liegt bekanntlich schon in
Lokstedt. Klaus Hecker appell-
iert an Interessierte, echten
Stuck statt Styropor zu nutzen:
„Das ist etwas für die Ewig-
keit.“

Bild/Text: Christian Winter

Wappen, in
Amsterdam zieren 25

Säulen und Wandverkleidungen
- Made in Eppendorf - den App-
le Store.

„Stuck Werner“ wurde 1903
in Niendorf gegründet. Es ent-
wickelte sich damals schnell mit
350 Mitarbeitern zum größten
Betrieb in Hamburg. In den
20-er-Jahren des vorigen Jahr-
hunderts erfolgte der Umzug
nach Eppendorf. Der Senior
lernte seinen Beruf in Chemnitz,
war in den 70er-Jahren noch im
VEB „Stuck- und Gipsbau-Ele-
mente Karl-Marx-Stadt“ tätig.
1979 kam Klaus Hecker nach
Westdeutschland, 13 Jahre spä-
ter stieg er bei „Stuck Werner“
ein. Sohn Mike, der inzwischen
seinen Meisterbrief in der
Tasche hatte, übernahm offiziell
die Geschäfte. Elf Angestellte
arbeiten heute im Familienbetrie-
b. Mike ist zudem Chef der
Hamburger Stuckateur-Innung.

In Werkstatt und Lagerräumen
erlebt der Besucher eine schier
unendliche Zahl von feinen
Gips- und Zementarbeiten: von
kleinsten Dekor-Blüten, keine 2
cm im Durchmesser, Balkon-

Wer mit Klaus Hecker durch
den Stadtteil geht, erfährt und
sieht eine Menge aus der Stuck-
ateurs-Zunft. Vor einem Haus
am Eppendorfer Baum erzählt
der Senior von „Stuck Werner“:
„Dort haben wir vor ein paar
Jahren alle Stuckgesimse erneu-
ert“. Frevler hatten sie in den
50er-Jahren bei einer Renovie-
rung abgeschlagen. Jetzt zieren
wieder kleine Engelsköpfe,
Weinreben und Rosen die obern
Zimmerdecken. In einem Haus
an der Hegestraße haben
Hecker und sein Sohn Mike
wunderschöne Blumen-Rosetten
an den Decken befestigt, einige
mehr als 15 Kilo schwer. „Der
Trend geht zum Originalen“,
erklärt der 76-Jährige, „es soll
das Historische der einzelnen
Häuser wiedergeben.“ Die
Stuckateure haben inzwischen in
mehreren wohlhabenderen
Stadtteilen Hamburgs Spuren
ihrer Künste hinterlassen, u. a.
am Mittelweg, der Rothenbaum-
chaussee, der Uni und im Hotel
Atlantik. Im Sachsenwald
restaurierten sie das Bismarck-

Kommunales

In der letzten Bezirksver-
sammlung betraf nur ein einzi-
ger Punkt den Stadtteil Eppen-
dorf. Dem Winterhude-Eppen-
dorfer Turnverein e.V. sind €
650,- für den Ersatz eines
Tores für den Jugendsport
bewilligt worden. **EA**

Termine im April

14. April 2016 um 18.00 Uhr
Bezirksversammlung – **18.**

April 2016 um 18.00 Uhr
Regionalausschuss Eppen-
dorf-Winterhude

Sitzungen finden großen Sit-
zungssaal in der Robert-Koch-
Straße 17 statt. Die Tagesordnun-
gen werden noch bereitgestellt.

Unter dieser Internet-Adresse
können Sie alle bisherigen Pro-
tolle nachlesen: [www.ham-
burg.de/rbk-hamburg-nord](http://www.ham-burg.de/rbk-hamburg-nord).

Im Zusammenhang mit der
Flüchtlingsunterkunft in der
Osterfeldstraße, auch Thema in
der St. Nikolai-Kirche vom
29.2.16, erhielten wir vom
Sozialraummanagement des
Bezirksamtes folgende Infor-
mation: Der Nutzer des Grund-
stücks Nedderfeld 100 zahlt
eine Spende für die Kinder- und
Jugendarbeit. Aus dieser Spen-
de werden 9000,- Euro für Pro-
jekte in Eppendorf eingesetzt.

Hinweis aus der Kommunalpolitik

In der Führungsspitze der SPD
hat sich etwas geändert. Die
Mitgliederversammlung des
Distrikts wählte jetzt Sebastian
Haffke zum neuen Vorsitzenden
und Anja Domres zu seiner
Stellvertreterin.

Sebastian Haffke (47, Freibe-
rufler) will im Distrikt den
transparenten Umgang mitein-
ander weiterführen. Inhaltlich
werde es darum gehen, die SPD
als Partei der Gerechtigkeit
deutlicher zu profilieren. Anja
Domres (52, Juristin, tätig als
stellvertretende Leiterin des
Hamburger Amtes für Verfas-
sungsschutz) setzt sich dafür
ein, dass die Sozialdemokraten
des Stadtteils sich u.a. zum The-
ma „Flüchtlige in Eppendorf“
verstärkt positionieren und
engagieren.

footinMotion – das Fachgeschäft für Einlagen

Kennen Sie das auch? Es beginnt mit den ersten Zipperleinen. Hier ein kleiner Stich in der rechten Ferse, ein lokaler Schmerz im Vorfuß, Kribbeln und einschlafende Füße. Meine Fußpflegerin staunt über die Hornhaut, die sich trotz regelmäßiger Pflege so anstaut. Ich schaue mir nun beim nächsten Bad in der Wanne meine Füße etwas genauer an. Und siehe da! Mein Bewusstsein für meine eigene Gesundheit öffnet sich. Und ruft: „Wellness für meine Füße!“ Und so „latsche“ ich schnurstracks zu footinMotion in der Eppendorfer Landstraße 12. Beim ersten Flanieren durch Eppendorf waren mir die orangeflip'n Motion (Zehenstege-sandalen) aufgefallen. Wahrscheinlich auch, weil ich diese Farbe schön finde. footinMotion ist ein Fachgeschäft für Einlagen. Jörn Paulmann und Jeannine Stoltz sind die Gesichter dieses Fachgeschäftes. „Wir kümmern uns privat um Ihre Füße!“ Na, das sagt ja schon einmal viel. Als Erstes erfolgt eine dynamisch-elektronische Fußdruckmessung. „Wir sind in der Lage, für jeden Schuh und Fußtyp die korrekte Einlegesohle erstellen zu lassen. Ziel ist es, die perfekte Verbindung zwischen Fuß und Schuh zu schaffen, um

1. den Fuß wieder in eine normale Körperstatik zu führen,
2. Druckspitzen zu minimieren,
3. Überlastungen zu reduzieren und
4. die Druck- und Kraftverteilung zu optimieren.

Ich gehe forsch erst mit dem linken, dann mit dem rechten Fuß mehrfach über eine Messanlage, die im Boden ein gebettet liegt. Hierbei werden 4 Senso-

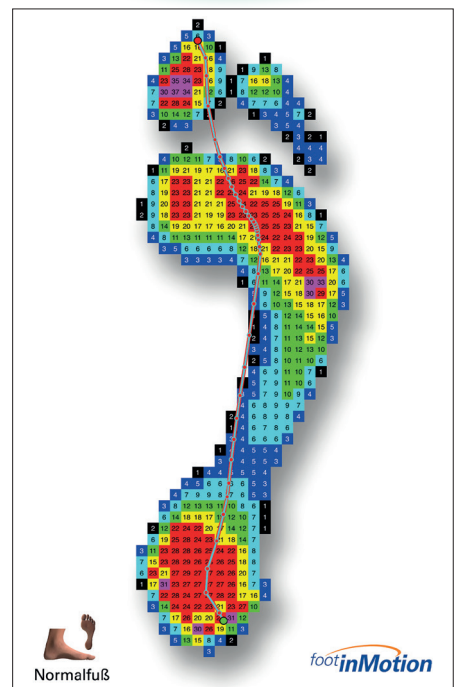


ren pro cm² aktiviert. Ich erhalte nach wenigen Sekunden einen visuellen 1:1-Fußabdruck. Und bin erstaunt. Der Ausdruck ist farblich vielfältig. Jörn Paulmann erklärt auf: „Hier sehen Sie die unterschiedlichen Druckbelastungen Ihrer Füße.“ Es folgt eine etwa 25-minütige ausführliche Beratung über den Ist-Zustand meiner Füße mittels meines individuellen Fußabdrucks. Dabei kommt u. a. heraus, dass meine Fußlänge eine halbe Nummer größer ist als meine angenommene und bis dato getragene Schuhgröße.

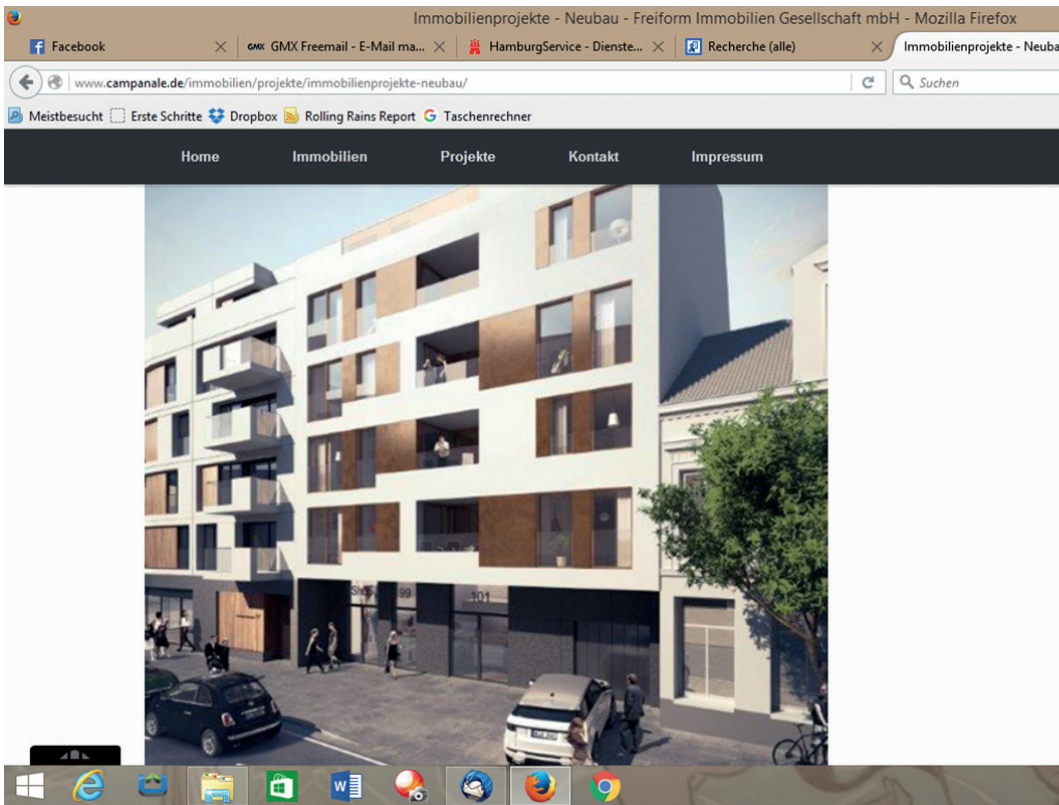
Jörn Paulmann erklärt: „Einlagen sind ein Hilfsmittel, die helfen sollen, den Fuß zu entlasten. Die nutzbare Fußfläche wird durch die Einlage künstlich vergrößert und damit der Druck verringert.“ Adieu schief abgelaufene Absätze, Rücken- und Nackenschmerzen, fantasiiere ich im Stillen. „Unsere Dienstleistung ist eine intensive Fußberatung, dabei können Einlagen individuell nach Kundenmaß, customized, angefertigt werden. Jede Einlage gibt es in drei Varianten, um unterschiedliche Fußtypen (z. B. Hohlfuß, Senkfuß, Plattfuß) optimal zu adaptieren. Und diese können dann mit unterschiedlichen Materialien ausgestattet werden. Eine perfekte Versorgung für die Füße des Kunden. Bei normaler Belastung weilt die Haltbarkeit bei ca. 12 Monaten.“ Beispielhaft erhalten meine Füße unterschiedliche Einlagen wie „Prototypen“, die ich dann probewe-

ise gehend trage. Und stelle so-gleich fest, angenehm und sehr angenehm, meine Füße sind entlastet. Ich entscheide mich dann tatsächlich für die flotten „flip'n Motion“, die nach meinem individuellen Geschmack und zur bestmöglichen Druckentlastung meiner Füße nach den individuellen Abdrücken dann maßgeschneidert werden. Und in zwei Wochen dann „lustwandle“ ich vermutlich durch die Eppendorfer Landstraße mit einem Lächeln meiner „gewellnessten“ Füße!

NN



Verkehrte Welt in Eppendorf? Erst Abbruch, dann Milieuschutz



Das ist kein Aprilscherz: Ein Jahr, nachdem das Alte Brauhaus und benachbarte Häuser, die den historischen Dorfkern am Eppendorfer Markt bildeten, abgerissen wurden, wurde der Bereich nun unter Milieuschutz gestellt. Zuvor wurden die Unterschriften gegen den Abriss von 5.500 Bürgern vom Bezirksamt einfach ignoriert und der Widerspruch eines Nachbarn gegen die Bebauung „verschleppt“, wie es in einer Pressemitteilung der Linken dazu heißt. Das Grundstück liegt seitdem brach.

Im Jahr 2008 wurde für ein die Erikastraße, Schubackstraße, Eppendorfer Landstraße, Eppendorfer Marktplatz und Martinistraße umfassendes Gebiet der Bebauungsplan Eppendorf 23 entworfen. Erläuternd hieß es hierzu: „Durch den Bebauungsplan mit der vorgesehenen Bezeichnung Eppendorf 23 sollen wesentliche Bereiche des historischen Kerns von Eppendorf um den Eppendorfer Markt und die Erikastraße planungsrechtlich abgesichert werden. Für Teile der erhaltenen alten Bebauung ist eine Unterschutzstellung nach dem Denkmalschutzgesetz oder die Auswei-

sung eines städtebaulichen Erhaltungsbereiches nach § 172 BauGB vorgesehen.“ Ausgerechnet dem historischen Kern mit dem Alten Brauhaus von 1789 und angrenzenden kleinen Wohn- und Handwerkhäusern aus dem 18. und 19. Jahrhundert nutzte dieser Plan bekanntlich nichts. Im März vergangenen Jahres wurde abgerissen und abgeholzt. Auch in der Erikastraße 55 steht ein kleines historisches Haus zum Abruch bereit. Nachdem vom markanten historischen Kern nun also nichts mehr übrig ist, stellt man in der Begründung der jüngst erlassenen Erhaltungsverordnung scharfsinnig fest: „Auf die noch erhaltene Bebauung des Gebiets wirkt, wie auf viel innerstädtischen Wohngebiete, ein starker Veränderungsdruck durch den Wunsch nach Sanierungen, An- und Umbauten sowie Abriss- und Neubauanträgen (...) Im Kernbereich des ehemaligen Dorfes um den Eppendorfer Marktplatz wird die noch erhaltene, z. T. historische Bausubstanz in der Hauptsache durch den Wunsch privater Eigentümer an einer höheren und dichteren Bebauung gefährdet.“ Diese soll nun geschützt werden. Der Bebauungsplanentwurf von

2008 hätte aufgrund personeller Ressourcen nicht weiterverfolgt werden können, hieß es bei Bekanntwerden der Abbruchpläne im Jahr 2012 im Bezirksamt. Später verschwand der Entwurf von der Website, konnte aber als Screenshot gesichert werden.

Baubrache statt historischem Dorfkern

Ein Jahr nach Abbruch der Häuser und Abholzung der alten, aber gesunden Kastanien klappt am Eppendorfer Markt immer noch eine Brache. Ein Baubeginn sei noch nicht geplant, heißt

es auf Nachfrage am 9. März im Bezirksamt. 59 Wohnungen und zwei Gewerbeflächen im Erdgeschoss sollten entstehen, heißt es weiter. Aufgrund der Witterung und Abstimmungen mit Nachbarn sei noch kein Baubeginn bekannt, so die GWG Stuttgart, Eigentümerin der Grundstücke Eppendorfer Landstraße 103-109. Ein weiterer Investor, Boris Campanale, rühmt sich auf seiner Website www.campanale.de mit folgender Leidenschaft: „Einem abrisssreifen Gebäude wieder Leben einzuhauchen, ein leerstehendes Kleinod aus dem Dornröschenschlaf zu wecken, oder aus einem ätzenden Zweckbau wieder einen bezahlbaren Lebensraum zu erstellen, das sind Dinge, mit denen ich mich beschäftige.“ Für das schicke kleine Häuschen in der Eppendorfer Landstraße 99 / 101 reichte diese Passion offensichtlich nicht aus. Campanale plante anstelle des historischen Gebäudes erst einen Klotz in Hafen-City-Optik, zu begutachten auf selbiger Website, um dann sein Geschäft zu machen und das Grundstück weiter zu veräußern. Was die neue Eigentümerin plant, ist derzeit nicht bekannt. Ein weiteres Jahr hätten die Investoren noch Zeit, das Grundstück brachliegen zu lassen. Bezahlbare Wohn- und Gewerberäume sowie Nistplätze für Vögel in den Kastanien wurden scheinbar ohne Not vernichtet.

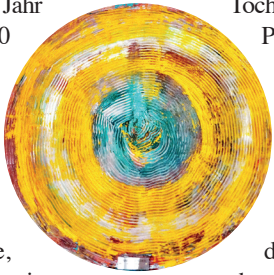
M. F.



Kreise des Lebens

1975 - 1994 Ceará, Amazonas, Sao Paulo (Brasilien)

Anaisio Guedes wurde am 01.10.1975 in Ceará im Norden Brasiliens geboren – dort, wo die Sonne 365 Tage im Jahr scheint. Als er 10 Monate alt war, zogen seine Eltern in den „grünen Dschungel“ des Amazonas. Hier verbrachte er seine ersten 6 Lebensjahre, bevor seine Eltern mit ihm in den „Beton-Dschungel“ Sao Paulo zogen. Hier lebte er bis zu seiner Auswanderung nach Europa im Alter von 19 Jahren.



Seit 1997 Hamburg (Deutschland)

Im März 1997 zog es Anaisio Guedes nach Hamburg, wo er bis heute mit seiner Frau und seiner Tochter lebt und arbeitet. Parallel zu seiner kaufmännischen Karriere (B. A. of Business Administration) begann er immer mehr zu malen. „... Häufig die ganze Nacht hindurch. Nachts, wenn alle schlafen, finde ich die Ruhe zu malen.“

KREISE DES LEBENS:

Bei den „Kreisen des Lebens“ geht es um den neuen Lebenszyklus und die Freude einen Mitmenschen oder ein neues Leben in seinen Kreis aufzunehmen. Es spiegeln sich Begegnungen, die man im Leben hatte, aber auch Wege, die sich trennen und danach trotzdem parallel verlaufen. Und oft trifft man sich später in anderen Kreisen wieder.

1994 - 1997 Brüssel (Belgien)

Am 25.12.1994 betrat Anaisio Guedes mit nur einem Koffer und wenigen Franc in der Tasche das erste Mal europäischen Boden in Brüssel (Belgien). Durch einen Zufall wohnte er in einem Haus des Malers Vincent van Gogh, das zu einer Jugendherberge gehörte. Erste Skizzen entstanden in diesen Jahren.

Arte



Gallery

Das Kunstkaufhaus in Eppendorf

Gemälde - Skulpturen - Fotografien



Eppendorfer Landstraße 77 (UG), 20249 Hamburg

www.arte-ag.com

info@arte-ag.com

(Eingang über den Marie-Jonas-Platz, genau gegenüber Budnikowsky und Erdkorn: Immer Di+Do+Sa von 11-18h)

Nacktschnecken-Heimat

Eine Nacktschnecke spricht: Hier in meinem feuchten Element im Garten fühle ich mich sau-, pardon, schneckenwohl. Meiner Gärtnerin fresse ich alle Gewürzpflanzen im Nu weg, die Salatköpfe regelmäßig. Soll sie doch neu anpflanzen, damit genug für mich da ist. Neulich hat sie zwar ein Schlüsselchen mit Bier rausgestellt, damit ich verschwinde. Ha, falsch gedacht, da habe ich mich ganz einfach schön betrunken, bin wie geschmiert noch schneller gekrochen und hab dabei ein paar Mädels angeschleimt. Die wimmelten nur so um mich und auf mir rum, war ein Genuss. An die Tomatenpflanzen habe ich mich auch schon rangetraut, ist aber wohl nicht das Richtige, sind zu hart. Der Garten ist wie für mich gemacht, ich kann so viel rumschleimen, wie ich will,

und keiner meckert oder missversteht mich. Da ich kein Schneckenhaus mit mir zu tragen habe, bin ich sehr schnell, mir entgeht nichts Fressbares. Warum sollte ich hier verschwinden? Gottseidank ist meine Herrin human, hat ein gutes Herz und streut kein Schneckengift aus wie andere. Das ist nett von ihr. Da es mir hier so gut geht, vermehre ich mich natürlich reichlich und im Handumdrehen. Ja, wir werden immer mehr, eine Invasion, man muss uns nur lassen. Die Weltherrschaft werden wir aber nicht erringen, das machen schon die Insekten. Sie werden als einzige Lebewesen am Ende der Welt auf dieser noch vorhanden sein. Aber so alt will ich gar nicht werden, lieber genieße ich jetzt mein Leben.

Michaela Kiesel



NEUE Rechtsanwalt-Bürogemeinschaft

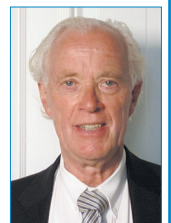
mit langjähriger Berufserfahrung in Hamburg-Eppendorf:

Eppendorfer Landstr. 91

20249 Hamburg

Telefon: 040 / 47 78 72 • Fax: 040 / 47 71 85

www.middelhaue-goehlich.de



KLAUS MIDDELHAUE

Rechtsanwalt

E-Mail:

ra.klaus.middelhaue@t-online.de

Zivilrechtliche Schwerpunkte:

Erbrecht – Familienrecht
Immobilienrecht (incl. Mietrecht)
Verkehrsrecht (auch
Verkehrsstrafrecht und
Verkehrsordnungswidrigkeiten)
Arbeitsrecht

WOLFGANG GÖHLICH

Rechtsanwalt- Vors. Richter
am Landgericht a. D.

E-Mail: ra.goehlich@gmx.de

Strafrechtliche Schwerpunkte:

Steuerstrafrecht
Verkehrsstrafrecht und
Verkehrsordnungswidrigkeiten
Verträge des täglichen Lebens
Arbeitsrecht – Erbrecht
Familienrecht – Mietrecht

Rezept im April Lammrücken mit Balkangemüse

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Lammkoteletts
1 EL Öl
2 Knoblauchzehen, durchgepresst
2 TL Kräuter der Provence (getrocknet)
1 Aubergine
2 Zucchini
2 Spitzpaprika
6 Tomaten
2 EL Öl
Salz, Pfeffer
2 EL Petersilie, gehackt

Zubereitung: Den Knochen aus den Koteletts herauslösen. Knoblauch durch die Knoblauchpresse drücken, Fleisch mit 1 EL Öl, Salz, Pfeffer und 2 TL Kräutern der Provence einreiben. Backofen auf 225°C vorheizen, auf 175°C herunterschalten. Den Lammrücken auf die Fettpfanne legen und 30-35 Min. braten. Vor dem Aufschneiden mit Alu-Folie abdecken und 5 Min. ruhen lassen. Fleisch sollte inwendig rosa sein. In der Zwischenzeit Aubergine, Zucchini, Paprika putzen, Tomaten häuten und das Gemüse in Würfel schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse ca. 20 Min. auf kleiner Flamme garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Gutes Gelingen. BS

KIRCHEN

**Evang.-Luth. Kirchengemeinde
St. Johannis-Eppendorf**
Ludolfstraße 66 · 20249 Hamburg ·
Telefon 040 / 47 79 10
www.johannis-eppendorf.de

**Evang.-Luth. Kirchengemeinde
St. Martinus-Eppendorf**
Martinistraße 33 · 20251 Hamburg ·
Telefon 040 / 48 78 39
www.st-martinus-eppendorf.de

St. Markus – Hoheluft
Heider Straße 1 · 20251 Hamburg
Telefon 040 / 420 19 48
- Diese Anschrift ist auch für das
Gemeindehaus und -büro gültig -
www.st-markus-hh.de

**St. Anskar-
Kirchengemeinde**
Tarpbekstraße 107, 20251 Hamburg,
Telefon 040 / 46 19 04
www.stanscharhamburg.de

**Hauptkirche
St. Nikolai am Klosterstern**
Harvestehuder Weg 118 · 20149 Ham-
burg · Tel. 040 / 44 11 34-0
www.hauptkirche.stnikolai.de

Neuapostolische Kirche
Kirchengemeinde Abendrothsweg 18
Kirchenverwaltung Curschmannstr. 25
Tel. 47 10 93-58
www.nak-norddeutschland.de

Evang.-method. Kirche
Martinistr. 49 (Bethanien-Höfe)
· Tel. 79 69 78 05
www.emk.de/hamburg-eppendorf.de

**Ökumenische Gottesdienste
im Raum der Stille im UKE** -
Krankenhausseelsorge im UKE:
Tel. 040-7410 57003, krankenhausseelsorge@uke.de
10:30 Raum der Stille, Neues
Klinikum, Geb. O10, 2.OG



Evangelische Familienbildung Eppendorf

**Die Angebote finden am Loogeplatz
14/16 statt. Weitere Informationen
erhalten Sie unter: 460 79 319.**

Erzählcafé für Frauen

Viele spannende Themen warten bei Kaffee und Keksen auf Sie! Diesmal ist neben biografischen Lebensfragen, einer Schreibwerkstatt und kirchengeschichtlichen Themen auch ganz viel Kreatives, Gesundheitsförderndes und Märchenhaftes dabei. Es erwarten Sie Referentinnen und Referenten, die für ihre Angebote brennen und es verstehen, sie mit Freude und immer im Dialog zu vermitteln.

Das Erzählcafé findet u. a. in Kooperation mit der Region Alsterbund / Leben im Alter statt.

Das Erzählcafé ist offen. Sie können mit und ohne Anmeldung kommen. Verantwortlich für die Koordination und Einführung: Annette Dollerschell, Organisatorisches: Astrid Pallaks.

Filzen

Schafwolle, warmes Wasser, Seife:
Fühlen Sie selbst, wie es geht.
Leitung: Theresa Hartwig.
EEppA403 1 x Mi 15:00 - 17:00 Uhr
/ 27.04.2016, € 6,00.

Familien-Foto-Shooting

Der Fotograf nimmt sich Zeit, rückt Sie ins rechte Licht: die ganze Familie, nur die Kinder oder Papa und Kind, ganz nach Wunsch. Machen Sie einen Termin.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Leitung: Thomas Zarges.

EEppA505 1 x So 09:00 - 16:00 Uhr
/ 10.04.2016.

€ 60,00 pro Termin inkl. 2 Bildern auf CD und 2 Abzügen.

Selbstschutztraining für Frauen

Realistischer Umgang mit Gewalt
Durch die Beschäftigung mit den drei Phasen des Selbstschutzes (Prävention, Deeskalation, körperliche Konfrontation) erlernen Sie wirksame Strategien zum Schutz für sich und andere. Wir befassen uns dabei u. a. mit der Vermeidung gefährlicher Situationen, der Schulung von Wahrnehmung und Aufmerksamkeit, dem Verlassen einer



Opferrolle, Grundlagen der Kommunikation, die Vorbereitung auf bewaffnete und unbewaffnete Angriffe sowie den Sinn und Unsinn des Einsatzes von Waffen, Selbstschutzmitteln und Alltagsgegenständen.

Bitte mitbringen: Sportliche Kleidung, Sport- oder Gymnastikschuhe, Handtuch und ein Getränk.

Für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren.

Kurs-Leitung: André Schmidt.

EEppK302 2 x Sa 11:00 - 15:00 Uhr /
02.04. + 16.04.2016, € 44,00.



Tennis im W.E.T. bedeutet in einer der gemütlichsten und grünen Straßen Eppendorfs, in der Nähe des Mühlenteiches, in familiärer Atmosphäre, entspannt und engagiert den weißen Sport zu betreiben. Die Abteilung hat auch nach der Ära Graf und Becker keine Nachwuchssorgen. Das Interesse am weißen Sport ist hier in Eppendorf ungebrochen. Das Generationsproblem ist in der Tennisabteilung ein Fremdwort, denn hier findet generationsübergreifendes Vereinsleben statt.

Mit rund 350 Mitgliedern ist die

Tennisabteilung neben dem Kindersport die mitgliederstärkste Sparte des W.E.T. Von April bis Oktober stehen den Spielerinnen und Spielern vier gepflegte sonnige Sandplätze zur Verfügung. Einen fünften Platz wird es ab der Sommersaison 2016 geben. Derzeit haben wir zwei Plätze mit Flutlicht. Highlights sind die alljährlich stattfindenden Club-Meisterschaften, die in den Kategorien Einzel, Doppel oder Mixed mit reger Beteiligung und allseitigem Vergnügen durchgeführt werden.

Ein Trainerteam bietet allen Mit-

gliedern, aber auch Privatspielern die Möglichkeit sich weiter zu entwickeln. Engagierte Spielerinnen und Spieler können in verschiedenen Mannschaften an den Hamburger Medenspielen (Punktspiele) des Hamburger Tennisverbandes teilnehmen.

W.E.T.-Geschäftsstelle:

Erikastr. 196, 20251 Hamburg
Frau Hansi Greggersen
040 480 27 75
info@wet-sport.de
Montag 16.00 - 20.00 Uhr
Mittwoch 17.30 - 19.30 Uhr
Freitag 10.00 - 14.00 Uhr

Ertel

Beerdigungs-Institut

20095 Hamburg
Alstertor 20 ☎ (040) 30 96 36-0

Filialen: Nienstedten ☎ (040) 82 04 43
Blankenese ☎ (040) 86 99 77

22111 Hamburg (Horn), Horner Weg 222, ☎ (040) 651 80 68
18209 Bad Doberan, Neue Reihe 3, ☎ (03 82 03) 6 23 06

www.ertel-hamburg.de

Moderner Buddhismus

Vortrag & Meditation mittwochs
19.30 - 21.00 Uhr.

An diesen beliebten Vorträgen wird auf inspirierende Art und Weise gezeigt, wie jeder, egal ob Buddhist oder nicht, die jahrhundertalte Weisheit des Buddhismus in sein modernes Leben integrieren kann. Dadurch können tägliche Probleme gelöst und der Weg zu einem stressfreien und glücklichen Leben gefunden werden. Die Vorträge, die auch Meditationen beinhalten, behandeln jeden Abend einen anderen Aspekt und sind so aufgebaut, dass sie auch einzeln besucht werden können.

Ansprechpartnerin:

Kelsang Parchin

Kadampa

Meditationszentrum Hamburg

Erikastr. 99 | 20251 Hamburg

Tel 040 38079929

info@meditation-hamburg.de

www.meditation-hamburg.de

MARTINIERLEBEN e. V.

im Kulturhaus Eppendorf,
Julius-Reincke-Stieg 13a, 20251
Hamburg, Tel. 040 / 46 77 93 25,
Öffnungszeiten: Dienstag und
Donnerstag 10.00 - 13.00 Uhr.

Dienstag, 05.4.2016, 15:00-17:00, MARTINIERLEBEN-Café.

zu Gast ist diesmal Mona Wolfs, eine freischaffende Künstlerin und Kunstdozentin. Thema: ein Exkurs in die Geheimnisse der Malerei. Mit eingängigen Übungen zur Wahrnehmung und Anleitungen zum experimentellen Umgang mit Aquarellmalerei werden die Teilnehmer*innen dazu angeregt, selbst diverse Techniken auszuprobieren.

Ort: Begegnungsstätte Martinistraße 33.

Teilnahme kostenfrei, (Kuchen-) Spenden willkommen.

Freitag, 15.4.2016, 10:30 - 11:30, Singen mit Jung & Alt

unter der Leitung der Musikgeragogin Franziska Niemann treffen sich einmal im Monat Kinder aus umliegenden Kindertagesstätten und Senioren aus dem Quartier zum gemeinsamen Singen und Musizieren.

Ort: Kulturhaus Eppendorf, Saal, Julius-Reincke-Stieg 13a. Teilnahme kostenfrei.

Kulturhaus Eppendorf

Julius-Reincke-Stieg 13a

20251 Hamburg, Tel. 48 15 48

info@kulturhaus-eppendorf.de

www.kulturhaus-eppendorf.de

Freitag, 1. April, 19:00

Dicke Bücher – ein literarischer Salon: Goethe! Wilhelm Meister! Theater! – Mit den Literatur-Performern Dr. Lutz Flörke und Vera Rosenbusch, € 13,-/erm. € 11,-.

Samstag, 2. April, 15:00 - 17:00

Ukulelen-Workshop für Anfänger – Anmeldung: Rolf Lindhorst, 04124/9803231, rolflindhorst@t-online.de, Teilnahmegebühr: € 15,-.

Samstag, 2. April, 20:00

Global Dance Party – Musik aus vielen verschiedenen Kulturen, z. B. Reggae, Afro, Latin, Oriental Grooves und Balkan-Pop – perfekt tanzbar zusammengestellt von DJ Matze (rollstuhlgerecht), € 7,-.

Sonntag, 3. April, 11:00

Ausstellungseröffnung: Raimund

Pallussek - Stilles Meer, Malerei und Druckgrafik, Eintritt frei.

Mittwoch, 6. April, 19:00

Spielwerk Hamburg - Spieltreffen

Gemeinsam spielen und tüfteln

Eintritt frei, ohne Anmeldung

Freitag, 8. April, 20:00

Nagelritz und die drei Seemeilen-Kapelle – Dirk Langer mit viel Musik, Malteser und Matrosengeschichten, € 13,-/erm. € 11,-.

Sa/So, 9. + 10. April, 11:00 - 17:00

Tausendschön - Frauen machen Flohmarkt

Info und Anmeldung für VerkäuferInnen: 583 538, info@flohmarkt-eppendorf.de, www.flohmarkt-eppendorf.de, Eintritt frei.

Freitag, 15. April, 20:00

Die Profiligen: Kunst - ein Drama von Yasmina Reza – € 10,-/erm. € 8,-/Profi-Preis für Unterstützer: € 12,-.

Samstag, 16. April, 20:00

Jean-Paul Sartre: Geschlossene Gesellschaft – Ensemble "Platz frei" € 10,-/erm. 8,-.



Samstag, 16.4.2016, 14:00 - 17:00 (Reparaturannahme bis ca. 16:30)

Repair-Café Eppendorf, Wegwerfen? Denkste! Ob Möbel, elektrische Geräte, Fahrräder, Spielzeug, Kleidung und vieles mehr – ehrenamtliche Reparatur-Expert*innen zeigen den Besucher*innen, wie sie ihre mitgebrachten Schätze wieder in Schuss bringen können. Die Veranstaltung ist kostenfrei, Spenden willkommen.

Ort: Kulturhaus Eppendorf, Saal, Julius-Reincke-Stieg 13a.



Donnerstag, 21.4.2016, 17:00 - 20:00, Eppendorfer Masche

Wie jeden dritten Donnerstag im Monat treffen sich alle, die sich für Handarbeiten interessieren, zum gemeinsamen Stricken, Häkeln und Nähen. Für absolute Anfänger*innen haben wir Nadeln, Wolle und eine Nähmaschine zum Ausprobieren da - und die Könnler*innen helfen mit Tipps und Tricks. An die Maschen, fertig, los!

Ort: Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13a.

Samstag, 23.4.2016, 10:00 - 14:00, die 8. Ideen- und Planungswerkstatt

von MARTINIERLEBEN beschäftigt sich mit Konzepten zur besseren Integration von Flüchtlingen, die Ende 2016 in die Wohnanlage an der Osterfeldstraße einziehen sollen. Unter dem Motto „Flüchtlinge werden Nachbarn“ werden Erfahrungen über bestehende Projekte ausgetauscht und Ideen entwickelt, welche Voraussetzungen es für eine gute Nachbarschaft braucht und wie bestehende Angebote für Neubürger*innen geöffnet werden können.

Ort: in den Bethanien-Höfen (Räume der Bethanien-Kirche), Martinistraße 49.

VERANSTALTUNGEN

Freitag, 22. April, 20:00

Songstar(t) - Mach Dein Lied!

€ 6,-/erm. € 4,-/Unterstützungspreis: € 10,-.

Samstag, 23. April, 19:00

Reisen & Speisen: Peru & Bolivien – Unter dem Andenhimmel

Bildershow mit landestypischem Buffet, € 24,- /erm. € 20,- (inkl. Buffet), Reservierung unter 48 15 48, karten@kulturhaus-eppendorf.de.

Sonntag, 24. April, 16:00

Kindertheater: Der verstiefelte Kater Die Geschwister Grimm spielen für Kinder ab 4 und ihre Familien. € 5,-/Erw. € 7,-.

Donnerstag, 28. April, 10:00

Frauenfrühstück mit kulturellem Beitrag

Spannungsausgleich und Wohlbefinden: Möglichkeiten der Eutonie. € 3,- (ohne Getränke).

Fahrrad-Codierung

In der Vergangenheit wurden Codierungen für Fahrräder auf dem Marie-Jonas-Platz vorgenommen. Da die Renonanz nicht mehr so groß war, werden im Polizeikommissariat 23 in der Tropelwitzstr. 3 jetzt Codierungstermine angeboten.

Ab dem 9. April 2016 jeden 2. Samstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr. Letzter Termin wäre am **10.9.2016**. Es wird eine Gebühr von i. H. v. € 10,00 erhoben. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Codierung dauert pro Rad i. d. R. ca. 10 Minuten. (Nach Rücksprache mit H. Pech-PK23) **BS**

Lagerräumung: Spiegel

in Größen bis 94 x 168 cm mit klassischen Holzrahmen alle um

45%

reduziert !

Alu-Rahmen in Standardgrößen,
Holzrahmen in Standardgrößen
und Sondergrößen zu stark
reduzierten Preisen.

KRÜGER`S

Bilderrahmen Werkstatt

Lokstedter Steindamm 35

22529 Hamburg

Telefon + Fax: 553 11 95

www.kruegers-bilderrahmen.de

Öffnungszeiten:

Mo.Mi.Fr. 11:00-17:00 Uhr

Do.Sa. 11:00-14:00 Uhr

foot[®]**inMotion**[®]
Ihr Fußexperte

Einlagen für jeden Schuh!

- intensive und umfassende Betreuung
- persönliche und kompetente Beratung
- passende Maßeinlagen für Alltag, Sport und sogar High Heels!
- elektronische Fußdruckmessung
- unsere Spezialisten sind für Ihre Bedürfnisse da



footinMotion[®] GmbH

Eppendorfer Landstr. 12, 20249 Hamburg

Tel.: 040 / 23 93 52 69