

**MISSION
EISTEST:**
Wo schmeckt
das Eis
am besten?
ab Seite 9

PERSÖNLICHES
INTERVIEW

Wird NENA
in Rahlstedt
auftreten?



TENNIS- TALENT

Marvin Möller
erstmals bei den
French Open



BEWEGUNG IM ORTSKERN

Die IGOR
startet mit
neuem Konzept



KINDER- KONFERENZ

Grundschüler
erleben
Demokratie



Wechseln ist einfach.

Wenn man seinen persönlichen Finanzpartner gefunden hat. In Rahlstedt immer an Ihrer Seite.

Marco Timm
 Leiter Filiale Rahlstedt
 Rahlstedter Bahnhofstraße 9 | 22143 Hamburg
 04531 508 - 0
 marco.timm@sparkasse-holstein.de
 Beratungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 20.00 Uhr



sparkasse-holstein.de

Made in Holstein
Sparkasse Holstein

ANZEIGE

WARNHOLZ Immobilien GmbH
 – gegründet 1995 –
 Wir suchen laufend Grundstücke, Häuser und Wohnungen zum Verkauf und Vermietung.
 Keine Kosten für den Verkauf. Rufen Sie uns jetzt für eine unverbindliche Beratung an!
 Treptower Straße 143 | Tel. 040 / 647 51 24 | Fax 040 / 647 01 68
 www.warnholz-immobilien.de

IMPRESSUM
02|2016

TITELBILD:
Alexander Huseby

Herausgeber (v.i.S.d.P.)
 Virginie Siems
 Eutiner Str. 2,
 22143 Hamburg
 v.siems@rahlstedter-leben.de
 www.rahlstedter-leben.de
 Tel. 88 17 06 55

ANZEIGEN:
 Silvia De Michelis
 s.demichelis@rahlstedter-leben.de
 Tel. 41 11 33 91

FOTOS: Jens Wehde
www.wehde.de

ART DIRECTION:
Mone Beeck

FREIE AUTOREN:
Alexander Posch

DRUCK: Druckhaus Hamburg GmbH & Co. KG
AUFLAGE: 35.000
VERBREITUNGSGEBIET:
 Privathaushalte in Rahlstedt

Veranstaltungstermine werden kostenlos abgedruckt, aber ohne Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit. Orte, Zeiten und Preise können sich ändern. Das gesamte Magazin, alle enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jeglicher Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeberin und mit Quellenangabe gestattet. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos kann keine Haftung übernommen werden. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden.

Die nächste Ausgabe erscheint am 19. September 2016.

EDITORIAL



FOTO: PHILIPP HUSEMANN

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

ich habe einen Traum: Ich darf NENA persönlich interviewen und mit ihr über unseren Stadtteil plaudern. Nur geträumt? Nein, das ist wirklich passiert! Das gesamte Interview können Sie ab S. 6 lesen.

Besonders gefreut habe ich mich auch über das gemeinsame Gespräch mit Carmen Hansch vom Kulturverein und Ursula Nestler vom KulturWerk – zwei die mit ihren Institutionen in

Rahlstedt kulturell viel bewegen. Auch sie erfüllen meine Träume: Sie beleben den Ortskern Rahlstedt. Der Kulturverein wird beispielsweise eine Skulpturenausstellung im Herbst in der Fußgängerzone bis hin zu den Wandseterrassen organisieren. Dieser „Figuredialog“ mit Arbeiten der Künstler Hanno Edelmann, Heinz Schrand und Bernd Stöcker wird „unsere Eva“ vor Schweinske nicht mehr so einsam dastehen lassen. Das KulturWerk plant Veranstaltungen im neu entstehenden Kulturcafé an der Hagenower Straße. Und die IGOR formiert sich neu, um ebenfalls frische Impulse in den Ortskern zu bringen. So wird es dieses Jahr voraussichtlich wieder einen kleinen Weihnachtsmarkt geben.

Und dann ist da noch Marvin Möller vom RHTC, der mit seinen 17 Jahren schon sehr erfolgreich die internationalen Tennisturniere erstürmt. Sein Traum ist es, in Wimbledon zu siegen.

Wovon träumen Sie? Packen Sie es an und lassen Sie Ihre Träume wahr werden, denn es ist so ein unbeschreiblich schönes Gefühl!

Ich wünsche Ihnen einen traumhaften Sommer.

Herzliche Grüße

ANZEIGE

WIR sind Audi **in Hamburg**
 audizentrum-hamburg.de

Premium-Service auch für Volkswagen.

Unser Team freut sich auf Ihren Besuch.

Ihr Volkswagen Service Partner
Audi Ahrensburg
 Audi Hamburg GmbH
 www.audi-ahrensburg.de, kundenbetreuung.ahrensburg@audizentrum-hamburg.de
 Gänseberg 7, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02/49 09-0

06



FOTO: HEIKO LASCHITZKI

09



12



28



34

INHALT DIESER AUSGABE

- Interview **_06** Wunder geschehn
- Mission Eistest **_09** „4 Kugeln bitte“
- Kultur **_12** 2 Vereine bewegen mehr als 1 Verein
- Aus den Unternehmen **_15** Dit & Dat
- _18** Die IGOR, die Interessengemeinschaft Ortskern Rahlstedt
- Senioren Special **_21** Besondere Angebote für besondere Bedürfnisse
- Alles Schule **_26** Demokratie von klein auf lernen
- Sportliches Rahlstedt **_28** Unser Hoffnungsträger für Wimbledon
- Umfrage **_30** Claudia Sohns will's wissen
- Literatur **_32** *Im Speckmantel* von Alexander Posch
- Mein Job **_34** Meine Dame, noch ein Croissant?
- Veranstaltungen **_35** Nicht verpassen!



Wo schmeckt das Eis am besten?

ANZEIGE






ZUHAUSE IN BESTEN LAGEN

Hamburg-Tonndorf - Einzigartige Maisonette-Eigentumswohnung mit großzügigem Platzangebot, Bj. 2004, ca. 495 m² Gesamtwohnfläche, 9 Zi., offen gestaltete Einbauküche, repräsentativer Wohnbereich, Kinozimmer, Badezimmer mit Whirlpool-Badewanne, ca. 71 m² großes Schlafzimmer mit angrenzender Ankleide, Wintergarten, Kaminzug vorhanden, Klimaanlage, Süd-West-Dachterrasse, 2-Zimmer-Apartments, Stellplatz, EA: V, Öl, 41,6 kWh/(m²a), Kaufpreis: EUR 1.450.000,-

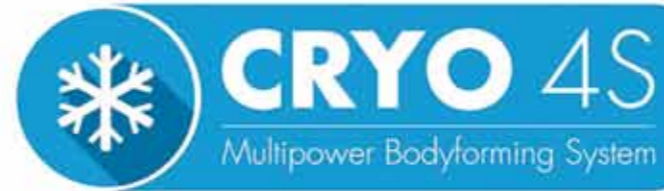
Ihre Ansprechpartner:
Frau Sandra Grudzinski
Herr Philipp Leukert
Wir freuen uns auf Sie!

DAHLER & COMPANY Rahlstedt | Wellingsbüttler Weg 136 | Telefon: 040.72 00 740-0 | rahstedt@dahlercompany.de

www.dahlercompany.de

Die vom Käufer im Falle eines Ankaufs an die DAHLER&COMPANY Alsteraltd GmbH & Co. KG zu zahlende Provision beträgt 6,25 % inkl. der gesetzl. MwSt. bezogen auf den Kaufpreis.

EISKALT ABNEHMEN FETT WEG! MIT KÄLTE



Die Kryolipolyse ist ein neues Verfahren zur lokalen Fettzellenreduktion durch kontrollierte Kühlung. Dabei nutzt man einen natürlichen Stoffwechselmechanismus des Körpers aus, die sogenannte Apoptose. Fettzellen sind nämlich im Vergleich zu anderen Zellen besonders kältempfindlich und schalten bereits bei einer Temperatur von +4 Grad allmählich ihre Zellaktivitäten ab.

Die Fettzellen kristallisieren und werden innerhalb der nächsten Tage und Wochen schrittweise vom Stoffwechsel abgebaut. Andere Zellen werden nicht geschädigt. Das endgültige Ergebnis ist nach ca. 3 Monaten zu erwarten. Durch den Umbau von Fett zu Bindegewebe ist auch ein zusätzlicher Straffungseffekt zu erwarten.

Das Verfahren ist absolut schmerzfrei, besonders schonend und risikoarm. Klinische Studien belegen die Wirksamkeit der Methode.

VORTEILE AUF EINEN BLICK:

- ✓ Effektive Fettreduktion
- ✓ Schmerzfrei
- ✓ An allen Körperarealen anwendbar
- ✓ Wissenschaftlich anerkannt
- ✓ Für Frauen und Männer geeignet
- ✓ Anzahl der Behandlungen gering
- ✓ Überschaubare Kosten
- ✓ Ohne Nebenwirkungen

	Gewicht	Fettmasse	Bauchumfang	Beinumfang	
1 Sitzung 1 Woche	- 1,0 kg	- 0,7 kg	- 2,2 cm	- 1,3 cm	
6 Sitzungen 6 Wochen	- 4,8 kg	- 4,1 kg	- 7,0 cm	- 3,9 cm	
12 Sitzungen 12 Wochen	- 8,3 kg	- 7,1 kg	- 9,2 cm	- 5,87 cm	

FETT WEG!
DAS GEHEIMNIS DER PROMIS IST GELÜFTET MIT KÄLTE

Täglich geöffnet 8:00 - 22:00 Uhr
Rahlstedter Straße 152, 22143 Hamburg
www.members-club.info

members club
my sun, beauty & body

NENA LEBT SEIT 23 JAHREN IN RAHLSTEDT. UNSERE BERÜHMTE „NACHBARIN“ ROCKT DIE BÜHNEN DER WELT



Alec Völkel von BossHoss sagte zu NENA bei "Sing meinen Song": "Mit Gitarre bist du so sexy!"

FOTO: HEIKO LASCHITZKI

RAHLSTEDT ROCKT
Freitag 1.7.
Samstag 2.7.
Schimmelreiterweg 11

Das ganze Projekt hat unglaublich viel Spaß gemacht, und ich kann dabei nicht auf einzelne Songs schauen. Die Cover-Versionen in ihrer musikalischen Vielfalt waren so inspirierend für mich, dass ich einige daraus bereits in mein eigenes Live-Programm eingebaut habe.

Nur Deine Tochter Larissa war zu sehen, war der Rest der Familie auch dabei?
Ich habe Larissa und meinen Gitarristen John eingeladen mitzukommen, so hatte ich zwei tolle Leute aus meiner Band dabei. Das war wichtig, für unsere Arbeit dort. Auch die anderen Künstler haben einzelne ihrer vertrauten Musiker mitgebracht - das war neu in dieser Staffel.

RAHLSTEDT:

Wie kam es, dass Ihr nach Hamburg Rahlstedt gezogen seid?
In Berlin wurde es mir mit vier Kindern zu groß und unübersichtlich und Hamburg war immer schon meine zweite Lieblingsstadt. Freunde haben uns damals begeistert von Rahlstedt erzählt, und dem Impuls sind wir gefolgt. Als ich allerdings das erste Mal hier war, um mir Häuser anzusehen, hatte ich schon nach einer Stunde Heimweh

„Gleich das erste Haus, war der Volltreffer. Ich wusste sofort, das wird unser neues Zuhause.“

nach Berlin und wollte auf keinen Fall wieder hierher zurückkommen. (lacht) Trotzdem hab ich dann einen zweiten Anlauf gemacht, und auf einmal war alles anders. Gleich das erste Haus, war der Volltreffer. Ich wusste sofort, das wird unser neues Zuhause. Inzwischen leben wir seit über 20 Jahren hier und fühlen uns wohl. Es lohnt sich immer offen zu bleiben.

Was sind Deine Lieblingsplätze in Rahlstedt?

Ich gehe sehr gerne zur Eis-Insel, die Eisdiele mit dem Strandkorb. Dort ist es so süß und gemütlich ...

Was war mit der Weihnachtsbeleuchtung im vergangenen Jahr los? Wir haben sie vermisst.

Unser schöner, alter Baum vor dem Haus hat einfach keine Lust mehr auf elektronische Weihnachtsbeleuchtung ...

Wie sieht Dein Rahlstedter Alltag aus?

Wenn ich zu Hause in Rahlstedt bin, genieße ich vor allem unsere Natur und das Zusammensein mit Freunden und Familie. Und mit meiner Lieblingsnachbarin jogge ich so oft es geht durch die angrenzenden

WUNDER GESCHEHN

ANZEIGE

YOGA Rahlstedt
Kurse, Einzelstunden,
Entspannungsbehandlungen,
Kinderyoga
Seva Kaur, Schweriner Straße 11, Tel. 040-555 70 206
www.yoga-rahlstedt.de

INTERVIEW VIRGINIE SIEMS

NENA. Superstar. Ich darf sie persönlich treffen. Wow. Ich freue mich riesig auf den Termin und habe viele Fragen rund um Rahlstedt im Gepäck. Aber vorweg erstmal ein paar Fragen zu Südafrika und zu „Sing meinen Song - das Tauschkonzert“:

SÜDAFRIKA:

Wie war es in Südafrika?

Es war ein herrliches Erlebnis! Mit netten Menschen zusammenzukommen, in Südafrika eine Mini-WG zu gründen, um Musik zu machen - da war ich gerne dabei!

Welcher Song hat Dir am meisten Spaß gemacht zu performen?

ANZEIGE

Wir machen mehr als Beraten und Verkaufen.
Wir bleiben an Ihrer Seite.
- 40 Jahre Erfahrung -

<p>EINFAMILIENHAUS IN HH - ALT-RAHLSTEDT Buchwaldstieg (Obj.-Nr. HH2781CD) Zimmer 4 Wohnfläche 100 m² Grundstück 723 m² Kaufpreis 620.000 €</p>	<p>MITTELREIHENHAUS IN HH - RAHLSTEDT Neurahlstedter Graben (Obj.-Nr. HH2778JU) Zimmer 5,5 Wohnfläche 138 m² Grundstück 160 m² Kaufpreis 379.000 €</p>	<p>EIGENTUMSWOHNUNG IN HH - ALT-RAHLSTEDT Weddinger Weg (Obj.-Nr. HH2783JU) Zimmer 4 Wohnfläche 100 m² Grundstück - Kaufpreis 345.000 €</p>	<p>Geme verkaufen wir auch Ihre Immobilie - oder schätzen diese ein. Für Verkäufer kostenfrei!</p>
--	---	--	---

☎ 040 66 00 00
Merkuring 94 ♦ 22143 Hamburg ♦ www.dolberg.de ♦ info@dolberg.de
Ihr Heimfinder **DOLBERG IMMOBILIEN**



Wiesen und Wälder, schön langsam, so dass wir uns unterhalten können.

Wo gehst Du einkaufen?
Am liebsten bin ich im Hofladen auf Gut Wulfsdorf, und ich freue mich über den neuen Bioladen in Rahlstedt.

Stichwort Ernährung. Hast Du ein Lieblingsessen?
Croissants und Grüne Smoothies.

Wieviel Musik wird zu Hause gespielt?
24 Stunden, 365 Tage im Jahr! (lacht)

„Leider haben sie uns ja den schönen, alten Bahnhof abgerissen. Den hätte man zu einer ganz tollen Live-Location umbauen können.**“**

Wirst Du in diesem Jahr am 1./2. Juli bei Rahlstedt Rockt auftreten?
Leider kann ich in diesem Jahr nicht dabei sein, da ich selber in Wien ein Konzert spiele. Aber auch in diesem Jahr rockt RR natürlich wieder mit ganz tollen Bands. Kommt auf jeden Fall vorbei und rockt mit!

Was hältst Du davon, in Rahlstedt ein Konzert zu geben?
Leider haben sie uns ja den schönen, alten Rahlstedter Bahnhof abgerissen. Den hätte man zu einer ganz tollen Live-Location umbauen können. An so einem Ort würde ich in Rahlstedt gerne mal spielen. Vielleicht tut sich da ja noch mal was ... Ich wär sofort dabei!

Vielen Dank für das Gespräch am Flughafen. Vielleicht treffen wir uns das nächste Mal in Rahlstedt?
Ja, wahrscheinlich bei Budni oder so. (lacht) ■



FOTO: ESTHER HAASE



4 KUGELN BITTE!

Wir 4 vom Stadtteilmagazin starten die „Mission Eitest“. Probiert werden je 4 Eissorten in 4 Eiscafés im Ortskern: Vanille, Schokolade, Erdbeere und eine ausgefallene Sorte. Bewertungskriterien: cremig, fruchtig, künstlich, lecker

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTOS JENS WEHDE



ANZEIGE

PHYSIO UND SPORT AN EINEM ORT
Fitness - Kurse - Physiotherapie - Wellness - Sauna
Verspannungen im Rücken? Alsterfit hilft

PHYSIO UND SPORT AN EINEM ORT
Fitness, Physio, Wellness und Sauna auf über 3.000 qm

Alsterfit 2 mal in Hamburg
Eine Mitgliedschaft und in beiden Studios trainieren
Neu im Bargkoppelweg
Kurse: Wirbelsäulengymnastik, Bauch-Beine-Po, Bauch-Pur, Indoor Cycling, Pilates, Hot-Iron, Workout, Zumba, Yoga

UNSER ANGEBOT
Bei uns
Premium-Fitness, Wellness,
Physiotherapieberatung
und Kurse
für nur 14,40 €
(14-Tage)

Anmeldung zum Probetraining:
Telefon 040/679 99 520
Bargkoppelweg 52, 22145 Hamburg-Rahlstedt
Mo.-Fr. 6.00-22.30 Uhr, Sa. + So. 8.00-20.00 Uhr

Alsterfit
Physio und Sport an einem Ort
www.alsterfit.com

Alle Krankenkassen anerkannt.
Kostenlose Parkplätze direkt vor der Tür.

ANZEIGE

Wie genau kennen Sie Ihre Kunden?

Sie würden gerne wissen, ob Sie mit Ihrem Angebot Ihre Zielgruppe erreichen?



- Ich unterstütze Sie gerne mit
- Marktanalysen
 - Verbraucher-, Kunden-, Mitarbeiterbefragungen
 - Fragebogenerstellungen
 - Auswertungen
 - Produkttests uvm.

sohnsresearch
Marktforschungsberatung
Tel. 040 / 730 500 81
Mobil: 0176 / 609 600 06
Email: info@sohnsresearch.de
www.sohnsresearch.de

Marktforscherin in Rahlstedt

San Marco



Nico hat mit seinem Musik-Eis die Herzen der Kinder erobert.

1. STATION: Musik-Eis im Center

Das San Marco ist unsere erste Anlaufstelle – bei Kindern bekannt für das Musik-Eis. Hier werden die Streusel in die Waffel gegeben, so dass eine Rassel entsteht. Wir probieren die drei Klassiker und Cookies. Unser Favorit steht schnell fest, denn unsere Erdbeertesterin kann sich jetzt schon keine Steigerung mehr vorstellen. Es handelt sich ja auch nicht um ein reines Erdbeer-Eis, sondern um ein Erdbeeryoghurt-Eis!

Rahlstedt Center, Erdgeschoss

Sensationell: das Erdbeeryoghurt-Eis

Wir besuchen die vier Eiscafé's unangekündigt, werden aber überall sehr freundlich bedient. Unsere „Mission: Eistest“ ist ein riesiger Spaß und unser großes Fazit überrascht nicht wirklich: Geschmack ist und bleibt Geschmackssache.

2. STATION: Fast wie in Italien

Das Venezia ist bekannt für seine gut besuchte Terrasse in der Fußgängerzone – der ideale Ort zum Sehen und Gesehen werden. Monika empfiehlt uns als Extrasorte zu unseren drei Klassikern ihr Kirsch Amarena-Eis. Am Ende entscheidet unser Schokotester, dass es hier – im Vergleich zu den anderen 3 Eiscafé's – das leckerste Schokoeis gibt. Den Siegpunkt vergeben wir daher an das cremige Schokoladeneis mit den Nougatstückchen.

Schweriner Straße 3

Monika und Kabir sind ein eingespieltes Team. Sie bedient an den Tischen und er wirbelt hinter der Theke.

Venezia



Sensationell: das Schokoladencreme-Eis mit Nougatstückchen



Eis-Insel



Torben empfiehlt uns sein Himbeer-Eis mit Schokostückchen ... hmm, lecker.

4. STATION: Reif für die Insel:

Die Eis-Insel hat Kultstatus. Hintern Tresen steht Torben, es sei denn, er stellt gerade sein Eis her. Hier sitzt man unter Bäumen, wer mag im Strandkorb – Tische und Stühle laden herrlich idyllisch abseits vom Einkaufstrubel zum Träumen ein. Endlich ist auch unsere Vanille-Testerin verückt. Torben serviert ihr ein Vanille-Eis, das sich geschmacklich tatsächlich von den anderen positiv absetzen kann. Der Siegpunkt Vanille geht daher an die Eis-Insel.

Sensationell: das Vanille -Eis
Rahlstedter Bahnhofstraße 32



Millennium



3. STATION: Familie mit Liebe zum Eis

Im Eiscafé Millennium treffen wir auf Familie Emini – Mutter, Tochter und ihr Mann Emri. Sie sind mit Leidenschaft dabei und entführen uns direkt in ihren Eiskeller, wo sie das Eis selbst herstellen. Sie verstehen ihr Handwerk! Uns überzeugen sie mit den besonderen Eissorten. Aus der Vielzahl erhält das Snickers-Eis schließlich unseren Siegpunkt – einfach himmlisch! Außerdem lädt die familienfreundliche große Terrasse zum Verweilen ein.

Rahlstedter Bahnhofstraße 4b

Sensationell: das Snickers-Eis



Das junge Paar unterstützt den Familienbetrieb mit viel Engagement.

Geheimtipp Dunkle Schokolade!



2 VEREINE BEWEGEN MEHR ALS 1 VEREIN

EIN GESPRÄCH MIT CARMEN HANSCH,
1. VORSITZENDE VOM KULTURVEREIN
UND URSULA NESTLER,
1. VORSITZENDE VOM KULTURWERK

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTOS JENS WEHDE



Die Arbeit im Kulturverein ist ihr großes Hobby, doch hauptberuflich ist Carmen Hansch Juristin, Malerin und Mitglied der Bezirksversammlung Wandsbek.

www.rahlstedter-kulturverein.de



In Rahlstedt ist viel los, denn es gibt gleich zwei Institutionen, die unseren Stadtteil kulturell bereichern: den Kulturverein und das KulturWerk. Beide Vereine wurden längst mit dem Wandsbeker Kulturpreis ausgezeichnet. Sie bieten immerzu interessante, niveauvolle Veranstaltungen an – in einigen Fällen kooperieren sie sogar. Ich möchte mehr über ihre Ziele, ihre Gemeinsamkeiten und Unterschiede wissen und treffe mich mit **Carmen Hansch, 1. Vorsitzende vom Kulturverein**, und mit **Ursula Nestler, 1. Vorsitzende vom KulturWerk**.

Wir sprechen heute über Kultur. Das ist ein sehr dehnbare Begriff, den wir zunächst eingrenzen sollten. Wo fängt Kultur an und wo hört Kultur auf? Steht Kultur einzig für alles künstlerisch Gestaltete, wie z.B. Musik und Malen? Was ist Kultur?

Kultur ist identitätsstiftend und hat viel mit Verständnis für andere zu tun. Es geht z.B. auch um Sprachkultur und Streitkultur und folglich um den Umgang miteinander. Der Austausch und das Beschäftigen mit anderen Themen sind wichtig. So erlebe ich es immer wieder, dass neue Eindrücke einen verändern und Menschen sich dadurch weiterentwickeln.

Kultur ist die Fähigkeit zu Selbstbestimmung und Selbstentwicklung. Es ist ein Prozess, der Veränderungen hervorbringt. Kultur bestimmt aber auch, wie eine Gesellschaft nach außen wirkt. Kultur ist auch das, was Rahlstedt lebenswert macht. Dazu möchte das KulturWerk seinen Beitrag leisten.

Für welchen Teil von Kultur stehen Sie mit Ihrer Institution?

Den Rahlstedter Kulturverein gibt es seit 1999, die Kulturwochen mit den damaligen Arbeitskreisen Geschichte und Kultur seit Mitte der 90er. Unser Verein ist vielen vor allem bekannt für die jährlich im September stattfindenden Rahlstedter Kulturwochen, für unsere Geschichtswerkstatt, die sich mit dem historischen Rahlstedt beschäftigt und für das Rahlstedter Jahrbuch für Geschichte und Kultur. Inzwischen bieten wir aber das ganze Jahr über Veranstaltungen für ein breites Publikum: Vorträge, Lesungen, Konzerte, Ateliergespräche mit Künstlern, Fahrradtouren, Besuche von Museen und Ausstellungen in ganz Hamburg, etc.

2009 entstand auf Initiative von neu Zugezogenen zusammen mit schon lange in Rahlstedt kulturell Aktiven schnell eine dynamische Gruppe, die das KulturWerk gründete. Alle vermissten eine bestimmte Art von Kultur und ein Kulturzentrum. Bekannt geworden sind wir durch die Öffnung des alten Rahlstedter Bahnhofs. Uns geht es um den Dialog und den interaktiven Austausch.

Wir bieten an, Kunst nicht nur zu konsumieren, sondern selbst zu gestalten und dabei zu experimentieren. Wir möchten Menschen vernetzen.

Ein typisches Jahresprojekt war anlässlich der Igs in Wilhelmsburg „GartenARTen“ mit Vorträgen, offenen Gärten und einer thematischen Ausstellung mit dem 3. Publikumspreis. Typisch sind auch die Zwischenspiele im Center, eine Mischung aus Konzert und Gespräch, oder die Werksgespräche.

Wenn ich das mal kurz einwerfen darf, bei unseren Veranstaltungen ist der Dialog auch keine Seltenheit und durchaus erwünscht. Außerdem setzen wir uns für allgemeine Rahlstedt betreffende Themen ein. So haben wir uns für die Weihnachtsbeleuchtung in der Fußgängerzone stark gemacht, die in diesem Jahr nach baulichen Veränderungen das erste Mal wieder aufgehängt werden kann. Überhaupt liegen uns die Gestaltung und das Bespielen der Fußgängerzone sehr am Herzen. Im Moment beschäftigen wir uns gerade damit, Schilder für historische Gebäude in Rahlstedt zu entwickeln und die Geschichte der Rahlstedter Wassermühle (Giffey) besser sichtbar zu machen.

Wann findet Kultur im Rahlstedter Alltag statt?

Kunst im öffentlichen Raum ist uns wie eben schon erwähnt sehr wichtig. Bei einem unserer kommenden Projekte, möchten wir die Kunst direkt zu den Menschen bringen und bereiten gerade die Skulpturenausstellung „FIGURENDIALOG“ für den Rahlstedter Ortskern vor. Für vier Monate werden uns einige Künstler im Herbst ihre Skulpturen zur Verfügung stellen, die „unserer Eva“ dann Gesellschaft leisten werden.

Von uns vor allem im Center, in der Bücherhalle und bei Heymann. Ab Ende 2016 werden wir im neuen Veranstaltungsraum des Vereins Gabriel am Güstrower Weg als Kooperationspartner das Veranstaltungsprogramm mitgestalten.



Die Arbeit im KulturWerk ist ihr großes Hobby, doch hauptberuflich ist Ursula Nestler Korrektorin bei der ZEIT.

www.kulturwerk-rahlstedt.de

Verändert sich das kulturelle Interesse mit dem Alter?

Ja, die Interessen verschieben sich mit zunehmendem Alter.

Kultur ist keine Frage des Alters, aber ja, die Interessen verändern sich.

Wie muss Kultur sein, um eine hohe Aufmerksamkeit bei den Rahlstedtern zu generieren?

Vergangene Veranstaltungen des Kulturvereins mit Wolf Biermann, Rüdiger Nehberg, Hellmuth Karasek oder z.B. Yared Dibaba im letzten Jahr erreichten ein großes Publikum. Sie muss außergewöhnlich sein, wie etwa unsere literarische Bustour durch Rahlstedt, oder es müssen namhafte Persönlichkeiten in unseren Stadtteil kommen.

Warum finden in der Allzweckhalle „Forum“ keine bzw. wenige Kulturveranstaltungen statt?

Die Schwierigkeit besteht in der Größe der Location, die bis zu 1.000 Leute fassen kann. Wir haben daher Kontakt zu einer Künstleragentur aufgenommen und versuchen ab 2017 Großveranstaltung zu organisieren, die nicht nur Rahlstedter anlocken wird.

ANZEIGE

A bis Z
Liefer- & Montageservice

Einbau von Fenstern und Haustüren aus Holz, Alu oder Kunststoff und anderen Bauelementen

Individuell und zuverlässig

Yvonne Heiduck
Bargtheider Straße 111 · 22143 Hamburg
Tel. 398 711 29 oder 0172 48 48 804
a_bis_z_montageservice@gmx.de
www.a-bis-z-montageservice.com

ANZEIGEN

eieiei.de 0179-9980799

JENS WEHDE photography

**Künstlerin
Barbara Koch**
Kunst und Malkurse
Künstlerhaus
Ohlendorffturm

0162 1001179
www.barbara-koch.eu
info@barbara-koch.eu

„Wir bereiten gerade die Skulpturenausstellung „FIGURENDIALOG“ für den Rahlstedter Ortskern vor.“

CARMEN HANSCH



Sind Sie überrascht von der Rahlstedter Willkommenskultur?

Viele Menschen sind sehr offen, aber viele Menschen haben auch Angst. Es wird schwierig, wenn die Ängste nicht ernst genommen werden. Es ist schön zu sehen, dass wir bisher mit keinen lauten Protestaktionen umgehen mussten, sondern dass der Dialog und das Netzwerken zwischen den Institutionen und den Bürgern so erfolgreich funktionieren.

Willkommenskultur in Rahlstedt hat Tradition. Erinnert sei an die Zeit nach dem 2. Weltkrieg oder nach der großen Flutkatastrophe.

Rahlstedt ist über die Stadtgrenzen hinaus bekannt für den Palmen-Schildbürgerstreich. Was verbinden Sie mit Rahlstedt?

Auf gar keinen Fall die Palmen! Rahlstedt hat so viel mehr lebendige Natur zu bieten, wie z.B. die Rahlau im Ortskern, überhaupt dieser dörfliche Charakter mit dem Markt und dass man sich gegenseitig kennt. Rahlstedt ist von der Bevölkerung so herrlich gemischt, wie auch die Bebauung widerspiegelt: Villen und Hochhäuser in einer ländlichen Umgebung.



„Kultur muss außergewöhnlich sein, wie etwa unsere literarische Bustour durch Rahlstedt.“

URSULA NESTLER

Was könnte Besucher nach Rahlstedt locken?

Ich wünsche mir, dass die Kulturwochen und die anschließende Skulpturenausstellung einen gewissen Sogeffekt auslösen werden.

Zum Beispiel ein kleines Festival des KulturWerks.

Danke für das Gespräch!



AUDI AHRENSBURG AUSZEICHNUNG ZUM AUDI TOP SERVICE PARTNER 2016

Mit diesem Gütesiegel werden überdurchschnittliche Leistungen im Service und besonders hohe Kundenzufriedenheit von der AUDI AG gewürdigt. „Ich bin sehr stolz auf unser Service-Team. Sie haben unsere Kunden jeden Tag aufs Neue mit Leidenschaft und Kompetenz begeistert. Der Titel ist aber auch für unsere Kunden eine Garantie, dass sie bei uns als Herstellerbetrieb nur besten Service und hervorragende Qualität bekommen“, freut sich Jürgen Deforth, Geschäftsführer der Audi Hamburg GmbH.

Am Standort Audi Ahrensburg sind sehr viele langjährige und erfahrene Mitarbeiter beschäftigt, die eine große Stammkundschaft haben. „Zudem klappt die bereichsübergreifende Zusammenarbeit bei uns perfekt“, erklärt Thomas Arnold Serviceleiter Ahrensburg.

www.audizentrum-hamburg.de



ANZEIGE

Feiern, Genießen, Erleben

zu Hause, im Zelt oder in der Dwenger Lounge • Tel: 040 67 59 86 0

Jetzt online: Uniair aktueller Grill-Flyer „Feuer und Flamme 2016“ unter www.dwenger.de

Merkuring 38-40
22143 Hamburg
info@dwenger.de
www.dwenger.de

Wir bieten Ihnen:

- z.B. Fingerfood & kulinarische Event-Bufferfs
- Zelte, Geschirr & Mobiliar für alle Anlässe
- Servicekräfte & Ambiente

Besuchen & buchen Sie Dwenger's Lounge im Internet: www.dwenger-lounge.de

SCHREIBWAREN IM KINDERREICHEN HEFTE, BLÖCKE STIFTE – ALLES FÜR DIE SCHULE

Die Schreibwaren findet man im Kinderreichen die Spieltrappe runter und dann gleich rechts. Dort stehen die gut sortierten Regale mit Blöcken und Heften in allen erdenklichen Lineaturen und Größen. Familie Jensen steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite, wenn es wieder heißt, die Schulsachen der Material-Listen für das nächste Schuljahr zu besorgen. Familien mit mehr als



einem Kind wissen ein Lied davon zu singen. Geben Sie Ihre Listen hier einfach ab und profitieren Sie von echtem Service. Die freundlichen Mitarbeiter suchen Ihnen alles zusammen oder bestellen ggf. einzelne Dinge nach, während Sie in Ruhe nach anderen Dingen stöbern können.

Dort wo die Fußgängerzone aufhört, fängt der Einkaufsspaß erst an.

Rahlstedter Bahnhofstraße 39

ANWÄLTIN AUS UNSEREM STADTTEIL FÜR FAMILIE UND RECHT

DIE ANSPRÜCHE WACHSEN MIT... UNTERHALT FÜR VOLLJÄHRIGE

Wenn der rechtskräftig festgestellte Anspruch bis zur Volljährigkeit befristet ist, muss der Unterhalt für die Zeit ab 18 neu berechnet werden. Die Berechnung erfolgt nach anderen Grundsätzen als vor Vollendung des 18. Lebensjahrs: Einkünfte muss sich der Volljährige vollständig anrechnen lassen (z.B. das volle Kindergeld, derzeit EUR 190). Der Anspruch richtet sich auf Geldleistung gegen beide Elternteile, auch wenn der Achtzehnjährige bei einem Elternteil wohnt. Wohnt der junge Volljährige noch zu Hause, bestimmt sich der Betrag, der ihm als Unterhalt zusteht, nach der 4. Altersstufe der Düsseldorfer Tabelle. Aus den addierten Nettoeinkommen beider Eltern ergibt sich der Tabellenunterhalt, den er beanspruchen kann. Beträgt das addierte, um Aufwendungen bereinigte Nettoeinkommen der Eltern z.B. EUR 4.000, beträgt der zustehende Unterhaltsbedarf EUR 554. Dieser Betrag ist zwischen den Eltern aufzuteilen. Da junge Volljährige häufig wenig Geld haben, empfiehlt es sich, die Unterhaltsberechnung durch die → ÖRA anfertigen zu lassen.

→ **Ö|R|A**: Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle Hamburg, Bezirksstelle Rahlstedt. Im Ortsamt Rahlstedter Str. 151, 22143 Hamburg, Di +Do 17.00 Uhr- 18.30 Uhr

Wenn der Volljährige bereits einen eigenen Haushalt hat, beträgt der Unterhaltsanspruch (-bedarf) EUR 735 abzüglich eigener Einkünfte des Volljährigen. Dieser Betrag ist wie oben geschildert zwischen den Eltern aufzuteilen.

Haben Sie Fragen zum Unterhalt?

Ich berate Sie gern: Rechtsanwältin Ulrike Kosin, www.ra-kosin.de Besprechungsraum in der Rahlstedter Straße 14



... in nur 10 Minuten von Rahlstedt nach Ahrensburg

AHRENSBURG HAMBURGS SCHÖNE NACHBARIN

Ahrensburg ist nur einen Katzensprung von Rahlstedt entfernt. Über die B75 ist man in 10 Minuten schon da. Die Ahrensburger Unternehmen ergänzen das Rahlstedter Angebot optimal. Auf zu neuen Ufern!



HolzLand H. Wulf GmbH
Bahnhofstr. 19
22926 Ahrensburg
www.holzlandwulf.de



Audi Ahrensburg
Gänseberg 7
22926 Ahrensburg
www.audizentrum-hamburg.de

SPARKASSE HOLSTEIN NEUES TRAININGS-EQUIPMENT FÜR DEN RAHLSTEDTER SPORTCLUB VON 1905 E.V.

Der Rahlstedter SC hat eine der größten Fußball-Jugendabteilungen Hamburgs. In den letzten Jahren ist es dem Verein gelungen, neben dem Breitensport auch den Leistungsbereich aufzubauen. Aufgrund knapper Budgets war es jedoch schwierig, eine entsprechende Trainingsausstattung anzuschaffen. So kam es gerade recht, dass die Sparkasse Holstein im Januar wieder ihre große Aktion „30.000 für 30 tolle Projekte in der Region“ gestartet und damit die Umsetzung von 30 Projekten mit je 1.000 Euro unterstützt hat. Der Rahlstedter SC gehört zu den glücklichen Gewinnern und konnte damit nun wichtige Gegenstände für ein leistungsgerechtes Training anschaffen.

Rahlstedter Bahnhofstr. 9, www.die-neue-generation-sparkasse.de



Marco Timm, Leiter der Filiale Rahlstedt der Sparkasse Holstein, überreichte die Förderung aus der Aktion „30.000 Euro für 30 tolle Projekte in der Region“ an Jörg Giese, Jugendobmann beim Rahlstedter SC.

MYDERM MEDIZINISCHE KOSMETIK FÜR IHRE HAUT

Ein Fruchtsäurepeeling zählt zur medizinischen Kosmetik und ist ein bewährtes Mittel, um die Haut von abgestorbenen Zellen zu befreien und zu verjüngen, bzw. weich und samtig zu erhalten. Es verbessert die Hautstruktur, erhöht Glanz, Festigkeit und Elastizität und reduziert aber auch Falten. Geeignet ist ein Fruchtsäurepeeling daher bei glanzlosem und fahlem Teint, trockener, schuppiger, rauer Haut, wie auch bei unreiner Haut oder bei vergrößerten Poren. Auch Pigmentveränderungen oder Altersflecken können reduziert werden. Da keine Haut wie die andere ist, bietet das myDerm Fruchtsäurepeeling die Möglichkeit die Konzentration individuell auf Ihre Haut einzustellen. Das myDerm Fruchtsäurepeeling setzt auf die gleichen bewährten Substanzen, die auch in der dermatologischen Praxis von Ärzten eingesetzt werden.

www.myderm.de



GEWINNSPIEL

Suchen Sie die 12 Buchstaben, die wir auf den Seiten 15-20 verteilt haben und bringen Sie sie in die richtige Reihenfolge, dann ergibt sich das Lösungswort:

Unter den Einsendern verlosen wir 3 Fruchtsäurepeeling-Sets. Der Preis wird von myDerm gesponsert. Bitte schicken Sie das Lösungswort per E-Mail an: v.siems@rahlstedter-leben.de. Einsendeschluss ist der 20. Juli 2016. Geben Sie bitte Ihre Anschrift an. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Ausgabe 1/2016: Lösungszahl 44 Osterküken. Gewonnen hat: Mohana N. Gewinner der 3x2 Freikarten für Hagenbecks Tierpark: Manuela H., Leonie S., Jana K.

AUTOHAUS MICHAEL DER NEUE SSANGYONG XLV: VIELSEITIG UND NOCH GERÄUMIGER

Platz auf kompaktem Raum: Mit dem SsangYong XLV bringt der südkoreanische Allradspezialist nun eine verlängerte Version seines Kompakt-SUV Tivoli auf den Markt. Das 4,44 Meter lange Modell kombiniert hohe Vielseitigkeit mit noch mehr Platz: Bei einem unveränderten Radstand von 2,60 Metern ist das Kofferraumvolumen um 70 Prozent auf nunmehr 720 Liter gestiegen.

Mit umfangreicher Serienausstattung an Bord ist der SsangYong XLV in Deutschland ab dem 17. Juni 2016 als Benziner ab 16.990 Euro und ab 19.490 Euro in der Diesel-Variante erhältlich. Wie bereits beim Tivoli wird auch der SsangYong XLV in Deutschland mit 5-Jahres-Garantie bis 100.000 Kilometer Laufleistung angeboten.



Holstenhofweg 55, 22043 Hamburg, www.autohaus-michael.de

PARTYSERVICE DWENGER URLAUB AUF DEM TELLER

Die kulinarische Küche der Mittelmeerregion ist stets etwas ganz Besonderes, durch die Frische der Produkte und die zahlreichen Kräuter genießt jeder Anlass das passende Essen. Wir empfehlen Ihnen z.B. unsere Tapas „Viva Espana“ oder unser Griechisches Buffet „Piräus“. Sie können selbstverständlich auch gerne komplett nach Ihren Wünschen wählen, zwischen den Vorschlägen die Produkte tauschen oder ganz individuell nach ihrem Geschmack ergänzen. Gerne erstellen wir Ihnen im Rahmen eines persönlichen Gesprächs ein auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse ausgerichtetes, individuelles Angebot. Wir freuen uns auf Ihre Anfragen

Merkurring 38-40, Tel. 67 59 86 0
www.dwenger.de



ANZEIGE

Kerstin Ruge

Floristik und mehr

Rahlstedter Str. 172
22143 Hamburg
Tel. 67 37 91 53

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9-18 Uhr
Sa 9-13 Uhr

DIE IGOR, DIE INTERESSEN GEMEINSCHAFT ORTSKERN RAHLSTEDT



Wir sprechen mit dem wiedergewählten 1. Vorsitzenden Thomas Petrovic

ALTE BESEN KEHRTEN GUT, NEUE BESEN KEHREN MODERNER!

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTOS JENS WEHDE

Die IGOR hat einen neuen vierköpfigen Vorstand gewählt – ein Team aus alt bewährten und neuen Köpfen: Thomas Petrovic von Wrobels Würstchenstand, Schuhmacher Frank Josuweit, Unternehmensberater Uwe Twachtmann und Jörg Schulz vom Kieser Training.

Sie treten mit einem neuen Konzept zur Stärkung aller Geschäftsinhaber im Ortskern an und erweitern dafür ihre Reihen für Rahlstedter Gewerbetreibende und Handwerker, Selbstständige, Freiberufler und Führungskräfte auch außerhalb des Ortskerns. Die Idee ist, ein Netzwerk aufzubauen, wo man sich gegenseitig unterstützt und empfehlen mag. Mit interessanten Angeboten sollen außerdem Rahlstedter Unternehmer als neue Mitglieder gewonnen werden. Eine Mitgliedschaft soll sich wieder lohnen und nicht nur als Dauerkarte für das Parkhaus verstanden werden.

Wir sprechen mit dem wiedergewählten 1. Vorsitzenden Thomas Petrovic, der so umtriebiger ist wie kein anderer. Er kennt Mann und Maus in Rahlstedt, weiß, wen er anrufen muss, wenn z.B. ein Bauzaun am Bahnhof fehlt – irgendwie ist er Bürgermeister und Hausmeister zugleich. Persönlich sprechen kann ihn jedermann bei einer Currywurst bei ihm am Marktstand.



Thomas Petrovic kennt sie alle und weiß wer, wie und wo zuständig für Rahlstedt ist.

Was sind die Aufgaben der IGOR?

Wir organisieren jedes Jahr einige Veranstaltungen im Ortskern, wie z.B. den Wanderselauf in Kooperation mit dem AMTV, ein Kinderfest im Sommer, einen Laternenlauf im November und dieses Jahr auch endlich wieder einen Weihnachtsmarkt.

Was machen Sie außerdem noch?

Viele organisatorische Dinge laufen im Hintergrund wie z.B. die Abwicklung des Freiparkens im Sprinkenhof-Parkhaus hinter REWE oder die Begehungen mit dem Wegewart bzgl. Baumschnitt und störender Gehwegplatten. Es gibt natürlich noch viel mehr zu tun. Doch erstens gehen Veränderungen nicht von heute auf morgen und zweitens muss respektiert werden, dass die Mitarbeit in der IGOR ausschließlich ehrenamtlich neben dem Beruf erfolgt.

Können Sie den Branchenmix im Ortskern beeinflussen?

Leider nein. Die Ladengeschäfte gehören rund 60 einzelnen privaten Grundeigentümern, wovon die meisten ihr eigenes Süppchen kochen, ohne auf die Wünsche aus der Bevölkerung einzugehen. Es wird der Mieter genommen, der bereit ist, die mit 25-35 Euro/qm relativ hohe Miete zu bezahlen.

Verhindert der Markt die Gestaltung der Rahlstedter Bahnhofstraße, weil Platz bleiben muss für die großen Wagen?

Die Gestaltungsmöglichkeiten – trotz marktbedingter freizuhaltender Flächen – sind längst nicht ausgeschöpft. Eine Rundbank um den großen Baum am Steidl-Platz ist in Planung. Die Gastronomen fordern ich regelmäßig auf ebenfalls Tisch und Stühle rauszustellen und ggf. zu erweitern, sobald wir abgebaut haben. Das wird nur sehr wenig in Anspruch genommen, was ich nicht verstehen kann. Außerdem wird bald eine Vitrine vom Kulturverein aufgestellt werden. Der Weihnachtsmarkt wird in der Schweriner Straße und bei den Wandseterrassen stattfinden. Das ist alles problemlos möglich. Ich sehe nicht, welche Gestaltungsbestrebungen wir mit dem Markt verhindern.

Welche sichtbaren Veränderungen wird die Netzwerkkidee der IGOR für die Rahlstedter mit sich bringen?

Wenn wir uns wieder als Gemeinschaft verstehen und mit Herzblut an einem Strang ziehen, dann werden wir mit geeinter Kraft mehr interessante Veranstaltungen im Ortskern organisieren können und unseren Stadtteil dadurch wieder aufwerten. ■



Der neu gewählte IGOR Vorstand Unternehmensberater Uwe Twachtmann beschreibt uns das neue Konzept:

Auf der Mitgliederversammlung der IGOR am 26.04.16 habe ich ein neues Konzept vorgestellt, das auf den Stärken der IGOR basiert und sie aktiv nutzt: dem Bekanntheitsgrad in Rahlstedt, den zahlreichen persönlichen Kontakten zu Geschäftsleuten, Behörden und der Politik sowie der seit über 40 Jahren bestehenden Struktur des eingetragenen Vereins.

Wir werden den bisherigen Fokus auf Ortskern und Ladengeschäfte deutlich ausweiten. Zukünftig wird die IGOR allen Rahlstedter Unternehmen als Netzwerk zur Verfügung stehen. Mit einer neuen Beitragsstruktur werden wir die Mitgliedschaft attraktiver gestalten und erst für die konkrete Nutzung der interessanten neuen Angebote kostendeckende Beiträge erheben.

Diese neuen Angebote gehen deutlich über die bisherigen Veranstaltungen wie Flohmarkt, Wanderselauf oder Kinderfest hinaus. Wir bieten für Mitglieder Seminare, interne Arbeitskreise und nachbarschaftliche Fachberatungen, regelmäßige Netzwerktreffen und aktive Kontaktpflege sowie Arbeitskreise z.B. für Handwerker, Einzelhändler oder Existenzgründer an.

Basis und erster Schritt des Konzeptes wird eine neue Website sein, die als zentrale Datenbank und Rahlstedter Suchmaschine für Unternehmen, Veranstaltungen, Wissenswertes und weitere Anwendungen entwickelt wird. Mit professionellem Onlinemarketing, SocialMedia-Verknüpfungen und für Suchmaschinen optimiert, wird die Homepage zentrale Informationsquelle für alle Rahlstedter Bürger, Familien und Unternehmen sein. Die ersten Schritte und Planungen für unseren Internetauftritt haben wir bereits auf der ersten Vorstandssitzung am 26.05.16 beschlossen. So wurde bereits im Online-Netzwerk Xing eine neue Gruppe „IGOR-Mein Rahlstedt“ gegründet.

Als neuer Vorstand freue ich mich, die IGOR zu unterstützen und das neue Konzept einzuführen.

Mitsänger gesucht

Freude am Singen? Dann sing mit uns!

Jeden Mittwoch ab 19 Uhr im Luisenhof am U-Bahnhof Farmsen.

Hamburger Männerchor Adolphina
Kontakt D. Flacke: 040 832 28 91
www.adolphina.de, info@adolphina.de



Ruge BESTATTUNGEN

SEIT 1923 Ihr zuverlässiger Begleiter im Trauerfall

- Erd-, Feuer-, See-, Baum-, Natur-, Diamant- und Anonym-Bestattung
- Moderne und traditionelle Abschiedsfeiern und Floristik
- Überführungen mit eigenen Berufsfahrzeugen
- Hygienische und ästhetische Versorgung von Verstorbenen
- Eigener Trauerdruck mit Lieferung innerhalb 1 Stunde möglich
- Bestattungsvorsorgeberatung
- Kostenloser Bestattungsvorsorgevertrag mit der Bestattungsvorsorge Treuhand AG
- Erledigung aller Formalitäten
- Trauergespräch und Beratung auf Wunsch mit Hausbesuch

Wir unterstützen Sie mit unserer langjährigen Erfahrung, bewahren Traditionen und gehen neue Wege mit Ihnen.

Wir sind Tag und Nacht für Sie erreichbar
Telefon: (040) 6 72 20 11

Rahlstedter Straße 23 und 158
Hamburg-Rahlstedt
info@ruge-bestattungen.de
www.ruge-bestattungen.de

Stut & Sohn
SEIT 1894

Bestattungen
Erd-, Feuer-, See-, Anonym- und Waldbeisetzungen.

Vorsorgeberatung

Sorgsame individuelle Betreuung durch unser familiär geführtes Team.

Trauerdruck Sofortdienst. Moderne Floristik und Dekoration.

Übernahme sämtlicher Bestattungsangelegenheiten.

Alle Friedhöfe.

Aus Tradition haben wir die Zeit wenn Sie uns brauchen.

DIN ZERTIFIZIERTES BESTATTUNGS-UNTERNEHMEN

TAG UND NACHT
040 / 678 11 90

**MEIENDORFER STRASSE 26
22145 HAMBURG-RAHLSTEDT**
www.stut-bestattungen.de

familiengeführtes Traditionsunternehmen seit 1971

erstklassiger Service

kompetente Beratung

Sommerfeste

Fingerfood

Grillbuffets

Meyer's Party Service

Brockdorffstraße 20, 22149 Hamburg, Tel: 677 66 62, www.meyers-partyservice.com, Email: info@meyers-partyservice.com

**DAHLE & COMPANY
DER NEUE IMMOBILIENREPORT
2016 IST DA!**

Alljährlich analysieren die Hamburger Büros von DAHLER & COMPANY (7 Standorte) den Immobilienmarkt und fassen die wichtigsten Erkenntnisse in ihrem Marktbericht für Sie zusammen. (Quelle: Daten von D&C und Gutachterausschuss Hamburg)

Dabei gilt das Gebiet von Meiendorf über Bramfeld und Altrahlstedt bis hin nach Marienthal aufgrund des Facettenreichtums gern als Geheimtipp Hamburgs. Die Stadtteile heben sich durch ihre Vielfältigkeit in Bezug auf Natur, Infrastruktur, Innenstadtnähe und das attraktive Preisniveau ab.

Für das Jahr 2015 bleibt festzuhalten, dass es einen etwas verlangsamten, aber nach wie vor stetigen Aufwärtstrend am Markt gegeben hat. Auch 2016 werden nach unserer Auffassung die guten Rahmenbedingungen für einen Verkauf bleiben und in vielen Bereichen weiterhin eine markante Preissteigerung mit sich bringen.

Wellingsbüttler Weg 136, Tel. 7200 740-22, www.dahlercompany.de



Gern steht Ihnen Sandra Grudzinski auch bei allen Fragen rund um die Immobilie zur Verfügung.

Sichern Sie sich Ihr Exemplar telefonisch unter 7200 740-0, oder per E-Mail an rahlstedt@dahlercompany.de

ANZEIGE

Parkettwelt Hamburg

Große Ausstellung
Viele Muster

Meiendorfer Str. 103
22145 Hamburg

www.parkettwelthamburg.de

B75
zwischen
Rahlstedt &
Ahrensburg



**SONNENSTUDIO
MEMBERS CLUB
EISZEIT
FÜR IHRE
FETTZELLEN**

Die Kryolipolyse ist ein neues Verfahren zur lokalen Fettzellenreduktion durch kontrollierte Kühlung. Dabei nutzt man einen natürlichen Stoffwechselmechanismus des Körpers aus: Fettzellen sind nämlich im Vergleich zu anderen Zellen besonders kälteempfindlich und schalten bereits bei einer Temperatur von +4°C allmählich ab. Die Fettzellen kristallisieren und werden innerhalb der nächsten Tage und Wochen schrittweise vom Stoffwechsel abgebaut. Je nach Zielsetzung und Größe der Areale benötigen Sie in der Regel für Bauch/Hüfte ca. 5 Behandlungen, für die Oberarme ca. 3 Behandlungen und für die Beine inkl. Gesäß 10 Behandlungen. Wir empfehlen

zwischen den einzelnen CRYO-Behandlungen eine Pause von 10 Tagen. Preis: 33 Euro pro Sitzung. Sinnvoll ergänzt werden kann die Behandlung durch eine mechanische Lymphdrainage, die zusätzlich den Stoffwechsel anregt. Das Besondere im Vergleich zu anderen Methoden ist, dass klinische Studien die Wirksamkeit also die schmerzfreie Fettzellenreduktion ohne Nebenwirkungen belegen. Zusätzlich zur Fettzellenreduktion ist in allen Applikatoren ein EMS Adapter eingebaut. Dies ermöglicht eine zeitgleiche Stimulation der Muskulatur und des Gewebes. Der Vorteil: Die durch die Kryolipolyse freigesetzten Fette können schneller verstoffwechselt und abgebaut werden. Wie bei allen Bodyformingverfahren sollten Sie die Ernährung ein wenig anpassen. Wer mehr isst als er verbrennt, wird schnell das abgebaute Fett wieder auf den Rippen haben.

Rahlstedter Str. 152, 22143 Hamburg,
www.members-club.info

**Seniorenspecial - WOHNEN UND LEBEN
BESONDERE ANGEBOTE FÜR
BESONDERE BEDÜRFNISSE**

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTOS JENS WEHDE

Mit Mitte Vierzig kann ich mir noch gar nicht vorstellen, wie sich das Leben als Senior anfühlt. Der Begriff Senior allein ist ja schon kaum greifbar. Wie ist er definiert? Übers Alter oder über den Renteneintritt? Das ist bei allen Menschen verschieden und doch kommt irgendwann der Moment, an dem man sich persönlich zu den Senioren zählt, berichten mir Unternehmer, die es wissen müssen: Sönke Hinrichs, Birgit Hoffmann, Markus Berns, Rainer Hinrichs, und Susanne Hertwig. Sie alle bieten Dienstleistungen für Senioren an. Doch die Zielgruppe ist groß und die Bedürfnisse sind sehr verschieden, so verschieden sind daher auch ihre Angebote. Ich schaue einmal genauer hin:



Birgit Hoffmann
Tel. 648 60 484
Fax 648 60 518
Raschweg 41
22147 Hamburg

Seniorenassistenz Wandsbek

Birgit Hoffmann ist eine pragmatisch veranlagte Seniorenassistentin mit dem Herz am rechten Fleck. Mit ihrem Angebot ergänzt sie die Leistungen, die die klassische Pflegeversicherung nicht abdeckt, d.h. sie übernimmt die alltäglichen Dinge, die z.B. nahe Angehörige übernehmen könnten. Doch die meisten Töchter und Söhne sind berufstätig oder räumlich weit entfernt und so kümmert sich eben Birgit Hoffmann um die Senioren. Dabei geht es vor allem um Lebensqualität: um die Strukturierung des Tagesablaufs sowie um die Freizeitgestaltung.

Wie sind Sie auf den Begriff „Assistenz“ gekommen?

Jeder Chef hat eine Assistentin, warum nicht auch Senioren? Sie führen ein eigenständiges Leben und werden von der Assistenz begleitet und unterstützt, wo es erforderlich ist.

Was genau machen Sie?

Die meisten Senioren möchten solange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben und dabei unterstütze ich sie gerne. Ich organisiere und begleite sie beispielsweise bei Arztbesuchen oder mache Freizeitunternehmungen mit ihnen. Andere bevorzugen Gymnastik- oder Gedächtnisübungen. Das Wichtigste

ist aber immer der respektvolle, herzliche Umgang und dass jemand zuverlässig für sie da ist. Sie haben die Gewissheit, dass ich sie auch bei einem Krankenhausaufenthalt oder einem Umzug in eine Senioreneinrichtung begleite.

Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit?

Es gibt mir sehr viel Kraft, wenn meine Senioren sich auf meinen Besuch freuen. Dabei spielt es keine Rolle, aus welchem Anlass ich komme. Gemeinsam werden die Anliegen und Wünsche besprochen um sie dann zu realisieren.

ANZEIGE

Albert Darboven – Botschafter für gutes Hören:

„Der Akustiker meines Vertrauens ist in Rahlstedt.“

Kaffee ist meine Leidenschaft, die HörPerle® eine wahre Freude. Weil mir höchste Qualität, modernste Hörsysteme und natürlich ausgezeichnete Beratung sehr am Herzen liegen, vertraue ich auf die Hörmeister. Und auf die kleine, fast unsichtbare HörPerle®, kaum größer als eine Kaffeebohne. Sie werden begeistert sein!

Testen Sie unser Meisterstück die HörPerle®.

Anlässlich des 1-jährigen Bestehens des Fachgeschäftes erhalten alle Besucher bis 30.6.2016 1 Rätselheft als Geschenk. (Solange der Vorrat reicht.)

RÄTSEL HEFT

die Hörmeister

Jetzt 24x im Norden und auch in Ihrer Nähe: www.die-hoermeister.de
die Hörmeister GmbH in Rahlstedt, Helmut-Steidl-Platz 3-5, Tel. 040 / 66 90 45 50



Seniorensitz am Hegen

Lebensqualität
und Lebensfreude
im Alter



Weil es wie
zu Hause
sein soll

Überzeugen Sie sich selbst von unserer
Qualität und unserem Service!

Jeden 2. Sonntag im Monat –
12.00 – 15.00 Uhr Hausbesichtigungen!

24 Stunden Hotline:
0152-223 715 82

„Seniorensitz am Hegen“

Am Hegen 29 | 22149 Hamburg
Telefon (0 40) 67 37 04-0

www.seniorensitz-am-hegen.de

Seniorensitz am Hegen

„Wer rastet der rostet“

Dieses Jahr war es mal wieder soweit! Der Seniorensitz am Hegen nahm wieder an der informativen Heimtour teil. Diese Tour wird vom Bezirksamt Wandsbek organisiert für Senioren, die sich einen Eindruck verschaffen möchten über das Leben im Alter in einer Senioreneinrichtung. Zum 3. Mal informiert der Seniorensitz am Hegen Interessierte Senioren und steht Rede und Antwort. Der Empfang durch den Einrichtungsleiter Thomas Fischer und seine Mitarbeiterinnen Nicola Humpke und Anne Scheffler war bei schönstem Wetter. Und Nicola Humpke, die das Team in der Verwaltung seit 1. April komplettiert, begann auch gleich mit der ersten Hausführung. Bei so einem Veranstaltungstag werden alle im Seniorensitz involviert, die

hauseigene Küche gibt eine Kostprobe ihres Könnens, die schöne Gartenanlage kann für eine gemütliche Mittagspause genutzt werden und auch die Therapiehunde Bruno und Alwin bekommen nun ein paar Streicheleinheiten extra. Dem Seniorensitz am Hegen ist wieder der grüne Haken verliehen worden, als verbraucherfreundliche Einrichtung mit hoher Lebensqualität für die Senioren. „Wir genießen den Sommer wie gewohnt mit der Fülle an Blumen und sitzen gerne auf unseren Balkonen mit den wunderschönen Geranien, die uns immer eingepflanzt werden.“ Überzeugen Sie sich!

Jeden 2. Sonntag im Monat von 12:00 -15:00 finden im Seniorensitz am Hegen Hausführungen statt.

Am Hegen 29, Tel. 67 37 04-0, www.seniorensitz-am-hegen.de



Streicheleinheiten für die Therapiehunde Bruno und Alwin



Feinkost Hinrichs
Brockdorffstr. 94-96
22149 Hamburg
Tel. 673 91 353
Fax. 673 91 354
Email:
hinrichs.nord@edeka.de

Edeka Hinrichs

Rainer Hinrichs ist ein umtriebiger Geschäftsmann mit Herz und Hand. Soziales Engagement ist für ihn einfach selbstverständlich – im Leben allgemein wie auch in seinem Edeka in der Brockdorffstraße an der Ecke zum Ohlendorffturm. In seinem Frischemarkt gibt es alles für den täglichen Bedarf von A wie Apfelsaft bis Z wie Zucker. Darunter täglich frisch: Obst, Gemüse, Fleisch, Käse und Brot. Das Besondere sind die freundlichen Mitarbeiter, die immer ein Ohr für ihre Kunden haben – einen Klönschnack in Ehren kann niemand verwehren. Das i-Tüpfelchen: die Hauslieferung. Schwere Tüten oder Getränkeboxen werden mit einem Lächeln bis an die Haustür geliefert. Sprechen Sie die Mitarbeiter bitte persönlich an und Sie bekommen Ihre Lebensmittel nach Hause zugestellt.



Der Innenhof der Parkresidenz ist ganz malerisch angelegt.

Parkresidenz

Das Gefühl, dass der Slogan der Parkresidenz „mit Sicherheit in eine sorglose Zukunft“ auslöst, wird mit dem Betreten der großen Eingangshalle sofort bestätigt. Hier fühlt man sich sicher und geborgen. Direktor Berns zeigt uns das Haus und erklärt das Konzept der Parkresidenz: „Die Idee ist, zu Hause mit hotelähnlichen Annehmlichkeiten zu leben, um seinen Lebensabend ruhig und gelassen zu verbringen. Jeder bleibt dabei in seiner Individualität bestehen. Mit dem Einzug bei uns verliert man nichts – im Gegenteil man gewinnt an Lebensqualität.“ Gemeint ist, dass sich jeder Bewohner so viel Eigenständigkeit bewahrt, wie er sich zutraut. Bei beginnen-



FOTOS (2): EL FRIEDE LIEBENOW

dem Hilfebedarf, aber auch im Pflegefall, sind den Bewohnern Geborgenheit und individuelle Betreuung weiterhin sicher. Pflegebedürftige Bewohner werden grundsätzlich durch den im Haus befindlichen Pflegedienst im eigenen Appartement gepflegt, solange die medizinische Versorgung dabei möglich und vom ärztlichen Standpunkt vertretbar ist. Bei einem notwendigen Wechsel in den Pflegebereich muss aber niemand auf den gewohnten Komfort und Service verzichten. Mit den eigenen Möbeln kann man dem neuen Zuhause auch hier eine ganz persönliche und individuelle Note geben. Zu den besonderen Annehmlichkeiten zählen neben den

gastronomischen Vorzügen, dem Gymnastikprogramm und einem täglichen Shuttle-Bus in den Rahlstedter Ortskern insbesondere die kulturellen Veranstaltungen im hauseigenen Theatersaal: Theaterstücke, Lesungen, Vorträge, Konzerte, etc. – die aber nicht nur für die Bewohner, sondern auch für alle Kulturinteressierten aus dem Ort angeboten werden. Die Parkresidenz öffnet damit seine Pforten für den gesamten Stadtteil und ermöglicht einen lebendigen Austausch.

Parkresidenz Rahlstedt
Rahlstedter Straße 29
22149 Hamburg
Tel. 040/ 67 37 3-0
Fax 040/ 67 37 3-500



Wir unterstützen Sie,
damit Ihre Lieben auch
im Alter länger daheim
leben können!

Von wenigen Einsätzen pro Woche bis hin zur dauerhaften, stundenintensiven Betreuung. Wir sind für Sie da, wann immer Sie uns brauchen!

Das Wohl von Senioren und ihren Angehörigen liegt uns am Herzen.

Bei Ihnen zu Hause übernehmen wir – bis auf die medizinische Versorgung – eine Vielzahl an Aufgaben:

- Betreuung zu Hause
- Begleitung außer Haus
- Übernachtbetreuung
- Demenzbetreuung
- Grundpflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Wochenend- & Feiertagsbetreuung

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich

Rufen Sie uns an!
040 - 6758 5043
Wir beraten Sie gerne –
unverbindlich und kostenfrei!

Home Instead
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

www.homeinstead.de

Home Instead Seniorenbetreuung®
Sönke Hinrichs Betreuungsdienste
Hamburg Nord-Ost e.K.
Anerkannter Betreuungs- und
Pflegedienst für Hamburg

Schrankenweg 8 · 22143 Hamburg
hamburg-nord-ost@homeinstead.de



Martha Haus mit besonderem (Fisch-) Angebot

Geständnis eines Aquarioten

Dietmar Schmale hat ein besonderes Ehrenamt im Martha Haus. In der Rahlstedter Wohnpflegeeinrichtung in Rahlstedt bestückt und pflegt er die Aquarien. Die Fische sind ein zusätzliches Angebot für die Senioren im Martha Haus. Die Bewohner sitzen oft vor den 2m langen Aquarien, beobachten das bunte Treiben darin, erfreuen sich an der Formenvielfalt der anmutig dahinschwebenden Fische und unterhalten sich miteinander. Dietmar Schmale erzählt: „Seit meinem 8. Lebensjahr bin ich mit der Aquaristik und der Zucht von Aquarienfischen verbunden.“

Das sind nun schon 54 Jahre und im Jahr 2002 habe ich mein Hobby zum Beruf gemacht. Ich pflege und betreue Aquarien. So entstand HanseAquaristik: Dienstleistungen rund um das Aquarium. Eines Tages fragte das Martha Haus um ein Aquarium nach. Wir wurden uns einig, und bald stand das erste Aquarium und erfreute sich riesiger Beliebtheit bei den Bewohnern. Das Interesse war so groß, dass nach und nach weitere Becken folgten. Heute betreue ich im Martha Haus acht Aquarien. Es gibt wenige Arbeitsplätze, wo die Arbeit solch Freude und Erlebnis mit sich bringt.“

Martha Haus
Am Ohlendorffturm 20 - 22
Tel. 675 77 -0

Home Instead

Es ist nicht einfach, Betreuung und Pflege zu geben oder Esie zu empfangen. Wir von Home Instead möchten helfen, um genau das zu verändern. Wir möchten einen wichtigen Beitrag dazu leisten, hilfs- und pflegebedürftigen Menschen wie auch deren Angehörigen den Umgang mit den Einschränkungen durch Alter oder Krankheit zu vereinfachen und ihre Lebensqualität zu verbessern. Gerade wenn es darum geht im nicht-medizinischen Bereich stundenweise zu unterstützen bietet die Home Instead Seniorenbetreuung eine Ergänzung bzw. Alternative zu den klassischen ambulanten Pflegediensten an.

Das Angebot umfasst die persönliche Betreuung Zuhause, die Begleitung im Alltag sowie die Unterstützung im Haushalt und bei der Grundpflege. Ein Schwerpunkt liegt zudem in der Demenzbetreuung sowie der Entlastung pflegender Angehöriger.

Unsere geschulten Betreuungskräfte bieten eine fürsorgliche und zuverlässige Betreuung für Hilfs- und Pflegebedürftige - in deren Zuhause. Unser Ziel ist es, dass hilfs- und pflegebedürftige Menschen möglichst selbstbestimmt und selbstständig in ihrem Zuhause leben können. Das gibt auch den Angehörigen die Gewissheit und Sicherheit, ihre Lieben in guten Händen zu wissen - egal ob sie gleich nebenan oder mehrere Hundert Kilometer entfernt leben.

Mit Engagement, Herz und Freude packen unsere Betreuungskräfte überall dort mit an, wo eine helfende Hand benötigt wird. Einfühlsam gehen sie auf die individuellen Wünsche und Bedürfnisse ein - oder sind einfach nur da, wenn eine zuverlässige Alltagshilfe oder Alltagsbegleitung und ein einfühlsamer Gesprächspartner zu Hause gebraucht wird.



Home Instead
Schrankenweg 8
Tel. 6758 50 43

Sönke Hinrichs
von Home Instead



Die Hörmeister

Wieso ist das Hören wichtig für die geistige Fitness?

Um leistungsfähig zu bleiben benötigt das Gehirn stetig Sinnesreize auf allen Ebenen (Hören, Sehen, Riechen, Schmecken, Fühlen), die nicht nur wahrgenommen, sondern auch verarbeitet werden müssen. Fehlen dem Gehirn z.B. auditive Reize durch eine Schwerhörigkeit, können Töne, Klänge oder vereinzelte Worte nicht mehr verarbeitet werden; wichtige

Die Hörmeister
GmbH in Rahlstedt
Helmut-Steidl-Platz 3 -5
Tel. 66 90 45 50

Susanne Hertwig aus der Rahlstedter Filiale.

Verknüpfungen im Gehirn werden nicht mehr genutzt und verkümmern. Der Hörverlust schreitet fort.

Warum beeinträchtigt eine Hörminderung die geistigen Fähigkeiten, die Lebensqualität und das Wohlbefinden?

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Durch Kommunikation mit Anderen und Verarbeitung von Sprache entwickelt und erhält sich das Gehirn. Mögliche Folgen einer Hörminderung:

- Einschränkung der Kommunikation (Falsch-Verstehen, Missverständnisse).
- Scham, Verheimlichung, Verschleierung der Hörprobleme, Überforderung durch permanente Konzentration

- falsche akustische Wahrnehmung, herabgesetzte Anpassungsfähigkeit.
- Misstrauen, Angst, Aggression, depressive Verstimmung.
- Resignation, zunehmende Isolation, Rückgang an Interessen

Was hat das Hören mit einer Demenzerkrankung zu tun?

Der Zusammenhang wurde durch aktuelle Studien bestätigt: Schwerhörigkeit kann ein Warnsignal für Demenz im Frühstadium sein oder ein Risikofaktor für eine Demenzerkrankung. „Die frühzeitige Anpassung von Hörsystemen bei Schwerhörigkeit ist daher ratsam, da eine bessere Gewöhnung, der Erhalt sozialer Aktivitäten und somit geistiger Förderung möglich ist und keine irreversiblen Gesundheitsprobleme entstehen,“ erklärt Susanne Hertwig aus der Rahlstedter Filiale.

ANZEIGE

Der Partner für Senioren in Rahlstedt



Martha Haus

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege

Am Ohlendorffturm 20-22
22149 Hamburg
Tel. (040) 6 75 77-0

Diakoniezentrum Rahlstedt

- Ambulante Pflege zu Hause
- Häusliche Hilfe
- Servicestützpunkt für Senioren

Greifenberger Straße 54
22147 Hamburg
Tel. (040) 64 89 99-0

Seniorenwohnungen

- Information und Beratung
- Wohnen mit Service zu Hause durch die SVS-Karte
- Servicestützpunkt für Senioren

I.) Brockdorffstraße 57a
II.) Am Ohlendorffturm 16
III.) Am Ohlendorffturm 18
22149 Hamburg
Info-Tel. (040) 41 30 42 90



Martha Stiftung

martha-stiftung.de

ANZEIGEN

Birgit Hoffmann
Tel. 040 648 60 484
Fax 040 / 648 60 518
Raschweg 41
22147 Hamburg
www.seniorenassistenz-wandsbek.de
hoffmann.birgit@seniorenassistenz-wandsbek.de

SENIORENASSISTENZ
Wandsbek

E **Feinkost Hinrichs**

Wir lieben Lebensmittel

In unserem großzügig angelegten Markt macht das Einkaufen Spaß.

Hauslieferung

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag
7:30 Uhr - 19:00 Uhr

Samstag
7:30 Uhr - 13:00 Uhr

EDEKA Feinkost Hinrichs · Brockdorffstr. 94-96 · 22149 HH
Telefon: 040 / 673 91 353 · Fax: 040 / 673 91 354
Mail: hinrichs.nord@edeka.de



Aufmerksam hören alle den Vorschlägen der anderen zu.

DEMOKRATIE VON KLEIN AUF LERNEN

DIE KINDERKONFERENZ AN DER GRUNDSCHULE WILDSCHWANBROOK

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTOS JENS WEHDE

Mehrmals im Schuljahr findet an der Grundschule Wildschwanbrook die Kinderkonferenz für die Klassensprecher der Klassen 1-4 statt, die von den Lehrerinnen Frau Beiner und Frau Lieder angeleitet wird – außerdem mit dabei Erzieher Herr Schulz und der Schulleiter Herr Luhn, sofern er es einrichten kann. Hier stehen die Themen der Kinder im Mittelpunkt. Außergewöhnlich daran ist, dass es sich um eine Grundschule mit Kindern im Alter von 6-10 Jahren handelt und nicht um den Schülerrat einer weiterführenden Schule.

Es ist Donnerstag, Anfang vierter Stunde und es versammeln sich alle Klassensprecher um einen großen Tisch im Lehrerzimmer. Frau Beiner eröffnet die Sitzung.

Demokratie kann ganz schön anstrengend sein.



Thema 1: Schulverschönerung

Die Klassensprecher tragen die Vorschläge zur Schulverschönerung aus ihren Klassen vor, die sie zuvor im jeweiligen Klassenrat ermittelt haben. Zum Beispiel: ■ Die Pfeiler der Laubgänge sollen gereinigt und angestrichen werden. ■ Die Tischtennisplatte müsste gereinigt werden. ■ Die Kette zum Verschließen des Fußballplatzes ist defekt und müsste repariert oder ausgetauscht werden. ■ Es soll eine Schwanenflagge mit Schullogo auf dem Spielschiff gehisst werden. ■ Trampelpfade auf dem Gelände sollen mit Kies zu einem echten Weg aufgeschüttet werden. ■ Freundliche Sprüche wie z.B. „Ich mag Schule“ sollen auf Plakaten an die Bäume gehängt werden. ■ Es sollen Kräuterbeete im Schulgarten angelegt werden. ■ Neu Gepflanztes soll Pflanzpaten erhalten, die ihre Namensschilder neben die Blumen oder Kräuter stecken und sich schließlich um die Pflege kümmern wie z.B. das Gießen.

Frau Beiner sammelt alle Ideen ein und gibt sie an die Verantwortlichen weiter – zu Reparierendes geht an den Hausmeister, Anschaffungswünsche werden an den Schulleiter herangetragen. Die kindgerechten Verschönerungsmaßnahmen stimmt sie mit den Kunstlehrern für den Kunstunterricht ab, andere Ideen gibt sie an die Kursleiter im Nachmittagsbetrieb und schließlich bespricht sie mit den Klassenlehrern, welche Aktivitäten davon in der Projektwoche umgesetzt werden können.

Thema 2: Aktive Pause

Beim zweiten Thema der „Aktiven Pause“ geht es hoch her. „Die Fahrzeuge werden nicht alle ordentlich zurückgebracht.“, „Wir haben viel zu viele Roller und zu wenig Sausemäuse.“, „Warum verschwinden immer nur die Sausemäuse?“, „Das ‚Aktive-Pause-Häuschen‘ muss unbedingt gestrichen werden.“

Alle Kinder werden in die Verantwortung genommen, was das Zurückbringen der Fahrzeuge anbelangt. Neue Regeln werden aufgestellt und die Fahrzeuge sollen mit fortlaufenden Nummern gekennzeichnet werden, damit man sofort sieht, welche Nummer fehlt.

Thema 3: Kaugummi kauen

Das Kaugummikauen wird in der Grundschule Wildschwanbrook von einigen Lehrern im Unterricht erlaubt. In den Pausen besteht aber die Gefahr, dass die Kinder sich beim Spielen und Toben am Kaugummi verschlucken. Die Kinderkonferenz beschließt einstimmig, dass in den Pausen ab sofort aufs Kaugummi verzichtet wird.

Die Verschönerung des Lehrerzimmers stand nicht zur Debatte.



Thema 4: private Roller und Co

Mitgebrachte Fahrzeuge müssen künftig wie Fahrräder auf dem Schulhof an den Fahrradständern angeschlossen werden. Sie dürfen nicht mehr im Gebäude – auch nicht in Nebenräumen, in der Pausenhalle oder gar in der Küche – abgestellt werden und dadurch Fluchtwege versperren oder als unschönes Durcheinander bestehen.

Thema 5: Stoppregeln

Die Stoppregeln scheinen eine Auffrischung zu benötigen, denn die Kinder berichten, dass sie nicht mehr angewendet oder respektiert würden.

Dies war nur ein kurzer Zusammenschritt aus der Kinderkonferenz, doch es wird deutlich, dass die Kinder der Grund-

schule Wildschwanbrook ab Klasse 1 erleben, dass ihre Meinung zählt: Sie werden in für sie wichtige schulische Entscheidungsprozesse miteinbezogen. Und so werden sie an der Gestaltung des Schulalltags beteiligt und aufgefordert sich mit kreativen und/oder pragmatischen Ideen einzubringen. Sie lernen dabei, wie strukturiert man vorgehen muss, um Themen aus der Klasse für die Schulgemeinschaft aufzubringen und schließlich umzusetzen. ■

Grundschule Wildschwanbrook, Wildschwanbrook 9, 22145 Hamburg, Tel. 66 99 91 10

Die Grundschule Wildschwanbrook feiert am 9. Juli 2016 ihr 50-jähriges Jubiläum. Herzlichen Glückwunsch!

ANZEIGE

Die Top . Adresse für zeitlose Schönheit

Schön... Schöner... Permanent Make up

Lassen Sie sich für Jahre verschönern:

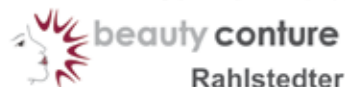
Augenbrauen, Lidstriche oder Lippen

Ihr Outfit stimmt, Rund um die Uhr ! Tag und Nacht !



Ich schminke Ihnen gerne Ihr persönliches Permanent Make up vor und Sie sehen wie natürlich Sie aussehen werden.

PERMANENT MAKE UP SCHULUNGSCENTRUM
Seminar - Aufbauschulung - Umschulung



Rahlstedter Str.72 22149 Hamburg
040 / 6732022 info@beauty-couture.de

ANZEIGE

KINDERREIGEN
ausgewähltes Spielzeug, Kinderbücher und Schulbedarf

**JETZT
BIS ZU 40 €
SPAREN!**

**5€
Gutschein
bei Kauf ab
30 €**

**10€
Gutschein
bei Kauf ab
50 €**

**25€
Gutschein
bei Kauf ab
100 €**

Immer nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar, nicht auf preisgebundene Artikel und nur gültig bis 30.06.2016
Rahlstedter Bahnhofstraße 39, Tel. 643 06 56, www.kinderreigen.de

UNSER HOFFNUNGS- TRÄGER FÜR WIMBLEDON

MARVIN STAND IN PARIS
ERSTMALS IM HAUPTFELD
EINES JUNIOR-GRAND
SLAM-TURNIERS

TEXT VIRGINIE SIEMS



ANZEIGE

aus **ALT** mach
NEU!

**Große Rasenmäher
Eintausch-Aktion**

**Meyer's
Mühle
GARTEN
TECHNIK**

Service in eigener Werkstatt
Verkauf + Beratung ✓

Rugenbarg 51 • Norderstedt
Tel.: 040 - 52 86 22 80

Marvin Möller, 17 Jahre, aus Meindorf zählt zu Deutschlands vielversprechendstem Tennishochleistungssportler. Er belegt innerhalb seiner Altersklasse aktuell Platz 1 in Deutschland und Platz 27 auf der Juniorenweltrangliste. Bei den French Open im Mai/Juni hat er es bis ins Viertelfinale geschafft. Mit 20 gewonnenen Spielen in Folge musste er sich dann aber gegen Nicola Pietrangeli aus Spanien geschlagen geben. Nichtsdestotrotz haben die Siege ihn im Ranking weit nach oben katapultiert.

Wann war klar, dass Du ein Ausnahmetalent im Tennis bist?

Im Alter von vier Jahren habe ich mit Tennis begonnen. Ich musste immer zum Training meines älteren Bruders mit und habe meine Mutter so lange genervt, bis ich mitspielen durfte. Der Trainer meinte, ich würde die Bälle für mein Alter schon mit ganz viel Gefühl spielen und durfte ab sofort am Training teilnehmen. Und dann wurden die Erfolge schnell sichtbar: Hamburger Meister U10, DTB Kader U12, seit U14 mehrfach deutscher Meister und regelmäßig die Nr. 1 der deutschen Juniorenrangliste.

Wer ist Dein Vorbild?

Der britische Tennisspieler Andy Murray - Platz 2 der Weltrangliste

Wie oft trainierst Du pro Woche und wo?

Ich trainiere ca. 15 Stunden pro Woche - davon 4x beim Tennisverband, 3x Athletiktraining, 1x Mentaltraining und 2x im Verein beim RHTC.

Wieviele Trainer hast Du?

Ich habe einen Verbandstrainer als Headcoach, Guido Fratzke, dazu meinen Vereinstrainer Dirk Sperling sowie einen Athletik- und einen Mentaltrainer.

Hast Du schon mal gegen den Hamburger Alexander Zverev gespielt?

Nein, aber er hat mir mal per Chat die Daumen für ein wichtiges Match gedrückt.

Wieviele Spiele bzw. Turniere besuchst Du im Jahr?

Es sind ca. 20 Turniere pro Jahr in Deutschland und Europa und noch die weltweiten ITF-Turniere. Außerdem noch das Nordliga-Punktspiel für den RHTC, das ich immer gerne mitspiele.



Wie ist Dein Schulalltag geregelt?

Ich bin zum Glück seit der fünften Klasse an der Eliteschule des Sports am Alten Teichweg untergekommen. So kann ich 4x morgens trainieren und dann erst ab 10 Uhr zur Schule gehen. 3x habe ich bis 16 Uhr Unterricht und 2x nur bis 14 Uhr. Für die vielen auswärtigen Turniere werde ich freigestellt, muss den Stoff dann aber nacharbeiten oder Klausuren nachschreiben.

Was machst Du in Deiner Freizeit?

Chillen, Playstation, Freunde treffen, aber ehrlich gesagt habe ich nicht viel freie Zeit.

Achtest Du besonders auf Deine Ernährung? Gibt es Gerichte, die Du meidest?

Ich ernähre mich grundsätzlich gesund, aber ich achte nicht extrem darauf. Döner und Pizza kommen ebenso mal vor.

Was bedeutet es Dir bei der Mannschaft des RHTC zu spielen?

Das macht mir wirklich viel Spaß. Denn bei meinem Heimatverein fühle ich mich zu Hause. Meine Mannschaft und meine Trainingspartner sind meine Freunde. Wir verstehen uns alle prima und unternehmen viel zusammen. Mein Bruder Robin gehört übrigens auch zur Mannschaft. Ansonsten studiert er Sportwissenschaften in Hamburg.

Spielst Du lieber Einzel oder Doppel?

Einzel ist natürlich viel wichtiger, aber Doppel macht sehr viel Spaß.

Welche großen Turniere stehen im Sommer an?

Wimbledon in London, EM in Klosters, US Open in New York und die internen deutschen Meisterschaften in Berlin. ■

Der RHTC

Der Rahlstedter Hockey- und Tennis-Club e.V. ist der Heimatverein von Marvin Möller. Hier fühlt er sich wohl, denn der Verein schafft eine hervorragende Balance zwischen Leistungs- und Breitensport. "Das Zwischenmenschliche stimmt hier einfach."

www.rhtc.de

Marvin mit
Verbandstrainer
Guido Fratzke bei
den French Open



Der Sommer
kann kommen

Besondere Wohnaccessoires

Individuelle Beratung und
Gestaltung Ihres Gartens

Gehölzverkauf aus eigener
Baumschule

Öffnungszeiten:
Di. + Fr. 10 - 18 Uhr
Sa. 10 - 14 Uhr
und nach Vereinbarung



Jolanthe Gerbitz

Dekoratives für
Haus und Garten

Telefon 040 - 678 50 90 · Nornenweg 9 (an der B75)
22175 Hamburg · www.jolanthe-gerbitz.de

Geprüfte Qualität: SCHEERER Hölzer stammen aus zertifizierten Wäldern.

**Unser Motto:
Aus einem Guss**

Mit 720 Standardausführungen und jeder dankbaren Erweiterung wird Ihr Carport das, was es sein soll - ein Schmuckstück.

100% MASSIVHOLZ
Hier ist Qualität zu Hause

... in nur 10 Minuten von Rahlstedt zu HolzLand H. Wulf

Carport Variant von SCHEERER exklusiv bei Ihrem Fachhändler:

HolzLand H. Wulf GmbH
Bahnhofstraße 19
22926 Ahrensburg
Tel. 041 02/45550
Fax 041 02/50996

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 7.00 - 18.00 Uhr
Sa 8.00 - 13.00 Uhr

www.holzlandwulf.de

**HolzLand
H. Wulf**

Zaunsysteme • Carports • Türen und Tore • Sichtschutz • Pergolen • Gartenelemente

CLAUDIA SOHNS WILL'S WISSEN!

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTO JENS WEHDE ILLUSTRATIONEN MONE BEECK

UNSERE LESER UND DIE DURCHSCHNITTS-DEUTSCHEN, DIESMAL: REISEN



Claudia Sohns präsentiert uns die Ergebnisse einer bundesweiten Befragung zum Thema Reisen. Die gleichen Fragen stellt Sie Ihnen, liebe Leser, online auf unserer Website, um zu vergleichen, ob die Rahlstedter anders ticken als der Bundesdurchschnitt. Das Ergebnis stellt sie im nächsten Heft vor.

Und hier geht es zu unserer aktuellen Umfrage zum Thema Reisen: www.rahlstedter-leben.de

Teilnehmen dürfen alle ab 14 Jahre, jeder kann nur einmal seine Meinung abgeben und natürlich ist die Befragung völlig anonym.

QUELLE: STIFTUNG FÜR ZUKUNFTSFRAGEN, WWW.STIFTUNGFUERZUKUNFTSFRAGEN.DE REPRÄSENTATIVBEFRAGUNG VON 4.000 PERSONEN AB 14 JAHREN IN DEUTSCHLAND, 2015 UND JANUAR 2016

Die Grafiken finden Sie online auf www.rahlstedter-leben.de

Claudia Sohns, erfahrene Marktforscherin aus Rahlstedt



Durchschnittliche Reisedauer des Haupturlaubs 2015: Der Durchschnittsdeutsche fuhr für 13 Tage in den Urlaub.

Claudia Sohns Auswertung vom letzten Mal: das Freizeitverhalten

Der Rahlstedter ist kein Durchschnittsmensch, das ist ein interessantes Ergebnis unserer Umfrage. Zwar verschwindet der Rahlstedter auch gerne im Badezimmer und pflegt sich gründlich – so wie der Durchschnittsdeutsche, aber **weit mehr Rahlstedter als Durchschnittsdeutsche sind im Verein aktiv, übernehmen ehrenamtliche Aufgaben und tätigen Einkäufe im Internet.** Könnte Letzteres an einem Mangel attraktiver Geschäfte vor Ort liegen???

Bei den wöchentlichen Freizeitaktivitäten fällt auf, **dass wesentlich mehr Rahlstedter als Durchschnittsdeutsche Sport treiben (mit 60 % gegenüber 34 % fast doppelt so viele) und auch mehr**

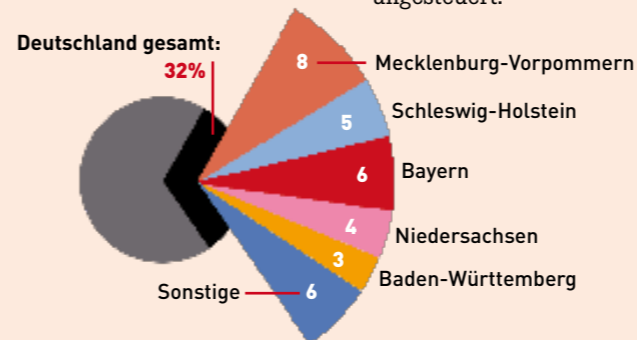
Rahlstedter Fahrrad fahren (nämlich 49 % gegenüber 31 % deutschlandweit). Auch spielen fast doppelt so viele Rahlstedter (50 %) wie Bundesdeutsche (27 %) einmal wöchentlich mit Kindern, vielleicht, weil hier so viele Familien leben?

Und wo deckt sich das Freizeitverhalten der Rahlstedter mit dem der Durchschnittsdeutschen? Bei der Gartenarbeit, dem Kneipen-/Barbesuch und dem Besuch von Gottesdiensten: Eine bunte Mischung, die - zumindest zum Teil - überrascht: Denn trotz eines offensichtlich geringen Angebots an Kneipen und Bars im Stadtteil hindert es die Rahlstedter nicht daran, solche zumindest einmal monatlich zu besuchen.

Deutschlands beliebteste Reiseziele 2015

JANUAR 2016

Von je 100 Reisenden wählten als Ziel für ihre Haupturlaubsreise 2015:



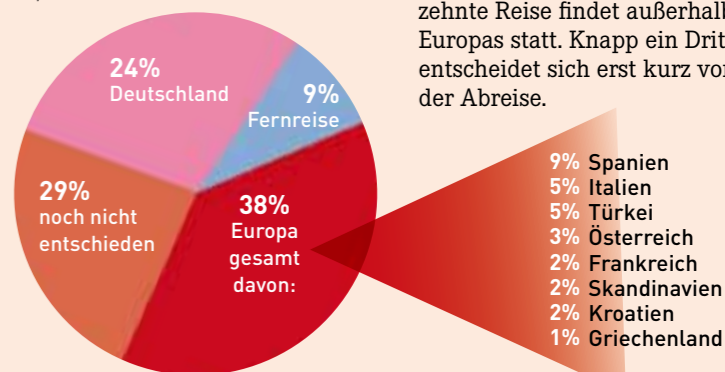
Meer schlägt Berg!

Nord- und Ostsee ziehen die meisten deutschen Touristen an. Bayern und Baden-Württemberg folgen auf Platz 2 mit ihren Bergen. Alle anderen Bundesländer werden für die Haupturlaubsreise seltener angesteuert.

Wohin verreisen Sie 2016?

JANUAR 2016

Von je 100 Befragten mit festen Reiseabsichten planen für ihren Haupturlaub 2016 eine Reise nach:



50% Auslandsreisen

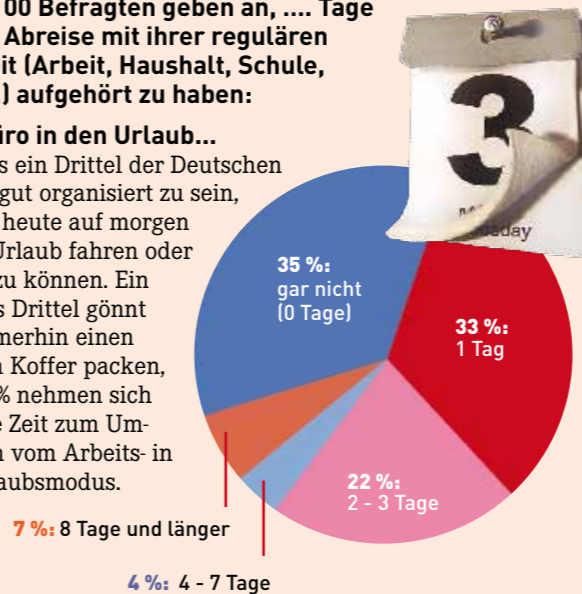
Jeder vierte Bundesbürger gibt an, seinen Urlaub zwischen Flensburg und Freiburg zu verbringen. Knapp die Hälfte zieht es aber weiter weg. Jede zehnte Reise findet außerhalb Europas statt. Knapp ein Drittel entscheidet sich erst kurz vor der Abreise.

Übergangszeit vor der Abreise

Von je 100 Befragten geben an, Tage vor der Abreise mit ihrer regulären Tätigkeit (Arbeit, Haushalt, Schule, Uni etc.) aufgehört zu haben:

Vom Büro in den Urlaub...

Mehr als ein Drittel der Deutschen scheint gut organisiert zu sein, um von heute auf morgen in den Urlaub fahren oder fliegen zu können. Ein weiteres Drittel gönnt sich immerhin einen Tag zum Koffer packen, aber 22% nehmen sich 2-3 Tage Zeit zum Umschalten vom Arbeits- in den Urlaubsmodus.



Was vermissen Sie im Urlaub?

- 46 (in Prozent) mein Bett
- 18 das gemütliche Zuhause
 - 16 das Haustier
 - 13 die gewohnte Umgebung
 - 13 meine Freunde oder Nachbarn
 - 12 Badezimmer
 - 12 bestimmte Lebensmittel, z. B. Schwarzbrot
 - 11 meine Familie
 - 11 die Zeitung aus der Heimat
 - 10 gutes Wetter/Sonnenschein
 - 10 Sauberkeit rundum
 - 9 Ruhe, Zeit für mich selbst
 - 8 die deutsche Sprache
 - 7 etwas zu tun zu haben
 - 7 bestimmte Getränke, z. B. deutsches Bier
 - 6 das (deutsche) Fernsehen
 - 5 den/die richtige Urlaubspartner/in
 - 4 den ganz normalen Alltag
 - 3 Unterhaltung und Abwechslung
 - 2 einen Regentag

Von je 100 Befragten, die auf ihrer letzten Urlaubsreise wirklich etwas vermisst haben, nannten

Gute Nacht!

Fast die Hälfte aller Deutschen vermisst im Urlaub das eigene Bett. Zu Hause schläft es sich einfach am besten.

Nur sechs Prozent vermissen das (deutsche) Fernsehen



EASY FITNESS
LIFESTYLE & SPORT

EM BONUS
JETZT ANMELDEN

BIS SEPTEMBER GRATIS TRAINIEREN

HAMBURG-RAHLSTEDT
Möhlenberg 38-40 • 22143 Hamburg
Fh-rahlstedt@easyfitness-group.de
www.easyfitness.club • 040 80033000

RAHLSTEDTER GESCHICHTEN IM SPECKMANTEL

TEXT ALEXANDER POSCH

Die Russen haben ein neues Gesichtserkennungsprogramm entwickelt, das sich viral im Netz verbreitet. Mit diesem Programm lässt sich jede fotografierte Person fehlerlos identifizieren. Das ist schlecht für ehemalige Pornostars, die heute gerne unerkannt bleiben würden, und es ist auch schlecht für unsere Familie, denn meine drei Pubertanten haben das Programm schon auf ihren Smartphones und finden ständig neue Fotos von uns aus längst vergangenen Zeiten. Sie machen sich über meine beknackten Klamotten auf dem Klassenfoto von 1985 lustig, sie empören sich über meine studentischen Besäufnisse, und zeigen Fotos von mir unbekanntes Frauen, die ich umarme oder küsse - „Wer ist das denn, Papa?!“

„Stellt euch doch nicht so an – Lady Gaga ist doch auch mal im Fleischkleid rumgelaufen.“

ANZEIGE



Johann Müller GmbH & Co KG
Bosch Service in Hamburg Rahlstedt

EM-Wochen bei Johann Müller

Rabatt
auf Bosch Verschleißteile
bei Inspektion **10%**

Rabatt
auf Material bei
Zahnriemenwechsel **15%**

89,-

Kilmaanlagenwartung
inkl. Desinfektion *

Kostenlose Ersatzfahrzeuge
bei Wartung, Zahnriemenwechsel und HU ***

* nur Fahrzeuge mit R134a Kältemittel, keine Neupflichtung. ** nur auf Boschteile
*** nur solange der Vorrat reicht, kein Ersatzanspruch. Angebote gültig bis 18.07.2016

Bosch Service -
Wir tun alles für Ihr Auto

Johann Müller GmbH & Co KG
Neuer Höltingbaum 5-7
22143 Hamburg

Telefon (040) 68 28 79-0
Telefax (040) 68 28 79-40
www.mueller-johann.de





ALEXANDER POSCH
gebürtiger
Hamburger,
Jahrgang '68,
Autor und
Familienvater
aus Rahlstedt

Und dann wird es noch toller. Meine Frau ist nach Hause gekommen, und die Kinder zeigen uns ein Foto, farbig, hauptsächlich rot, auf dem deutlich ein Mann zu sehen ist. Ein nackter Mann. Ein beinahe nackter Mann, denn der Mann ist mit Schinken beklebt und hat einen Haufen Gedärme und blutige Innereien auf dem Kopf. Laut Gesichtserkennungsprogramm bin ich dieser Mann.

„Das bist du, Papa?!“, fragt mein Sohn. „Da bist du aber noch ganz jung – kein Bauch.“
„Wo habt ihr das denn her?“, frage ich.
„Als Quelle steht hier 'China-Gay-Porn'“
„Kenn ich nicht“, sage ich. „Das ist doch nur ein 'gestelltes' Foto. Ewig her. Das hab' ich in der Bundeswehrzeit gemacht. Machen lassen – der Typ, mit dem ich die Stube teilte, hat mich drum gebeten.“
„Und bei so was machst du mit?“, fragt mich meine Frau.

„Ja, ich fand das'n gutes Preis-Leistungs-Verhältnis. 50,- Mark, und den Schinken konnte ich auch behalten. Stellt euch doch nicht so an - Lady Gaga ist doch auch mal im Fleischkleid rumgelaufen.“

„Erstens ist die Künstlerin und zweitens hast du an der entscheidenden Stelle nichts an“, sagt meine Frau.

Ich sehe sie an. Ich sehe meine Kinder an. Wir werden uns alle immer fremder. Sie verstehen mich nicht mehr, und ich verstehe mich selbst nicht mehr.

Die Pubertanten sind schon wieder in ihre Smartphonewelt abgetaucht. „Mal sehen, ob es solche Bilder auch von dir gibt, Mama!“ sagt die Mittlere.

„Marco Hartlieb, so hieß der Typ, der das Foto gemacht hat“, sage ich zu meiner Frau, als wir im Bett liegen. „Soll ich dir noch mehr über den erzählen?“, frage ich.

„Nein, von dieser Seite deiner Vergangenheit möchte ich nichts hören“, sagt meine Frau. „Außerdem möchte ich gut schlafen können.“

Behalte ich eben alles für mich, was mir jetzt wieder über Marco Hartlieb eingefallen ist. Dass er Schlachter war und in der Bundeswehrküche arbeitete. Einmal brachte er ein Kaninchen mit auf die Stube. „Hab ich hinterm Lastwagendepot geschossen“, sagte er grinsend. Dann zeigte er mir, wie man das Tier fachgerecht enthäutet und zerlegt. Mir hielt er das Fell hin. „Kannste haben, wenn du willst.“

Marko fügte sich absichtlich Verbrennungen zu, die er mir stolz zeigte. Er forderte mich auf drüberzufühlen.

„Warum denn?“, fragte ich. „Bist du schwul?“

„Nee.“

„Bist du Punk?“, fragte ich.

„Nee. - Guck mal.“ Er zeigte mir ein Foto. Fotografieren sei eins seiner Hobbys. Pornografische Fotos. Auf dem Foto saß eine junge Frau auf einem Stuhl vor einer blutverschmierten Kachelwand. Sie hatte zwei sehr verschieden große Brüste. Auf der größeren war eine schwarze Birne tätowiert, auf der kleineren ein Apfel. Ein großes blutiges Fleischstück lag auf ihrem Schoß.

„Meine Verlobte“, sagte Marco und hielt mir wieder seinen Arm hin. „Los, fühl' mal!“ Also fühlte ich.

„Ej, da sind ja Splitter unter deiner Haut“, sagte ich.

„Ja“, meinte er, „guck mal.“ Er nahm sein Glas vom Tisch, biss etwas vom Rand ab und drückte sich das Glasstückchen unter die Haut seines Unterarms. Es blutete erstaunlich wenig, aber mir war trotzdem flau im Magen.

Plötzlich sage ich laut ins Schlafzimmer hinein: „Na, und irgendwann hat er mich dann gefragt. Ich sagte ja, er schmierte mich mit Margarine ein, pappte Schinken drauf und fertig.“

„Ja, das Ergebnis haben wir ja alle gesehen“, sagt meine Frau.

„Und einmal hat er Hula-Hoop getanzt, der Marco“, sage ich, „nackt und mit einem Reifen aus Stacheldraht.“

„Das ist mir alles egal“, sagt meine Frau. „Jetzt wird geschlafen!“

„Ich träum' bestimmt wieder schlecht“, sage ich.

„Gute Nacht“, sagt meine Frau.

Als ich am nächsten Morgen nach unten gehe, rufen die Kinder mir von oben hinterher: „Papa, gestern wir haben dein Foto gepostet. Es heißt 'Im Speckmantel', und du hast schon 8.500 Likes!“ ■

a.posch@leben-magazin.de

Juwelier-Fachgeschäft Goldankauf

SOFORT BARGELD für Gold, Silber, Platin, Brillanten, Luxusuhren, Modern-, Antik- und Markenschmuck sowie Versilbertes ab 90er Auflage! Sicher, fair, diskret und transparent!



über 23 Jahre

Juwelier BELIAN

nur wenige Schritte vom Bf. Rahlstedt entfernt in der Fußgängerzone
Schweriner Straße 2c - 22143 Hamburg-Rahlstedt
Mo.-Fr. 10-18 Uhr - KEIN Termin notwendig





NOMINATION ITALY



FOSSIL 1974



BREUNING TRAURING KOLLEKTION
www.breuning.de
www.breuning-ringdesigner.de

Einfach mehr drauf – jetzt den XLV Probe fahren!



5 JAHRE
GARANTIE +
MOBILITÄTS-
GARANTIE*
BIS 100.000 KM

STYLISHER ALLTAGSMEISTERER.

Was viele für unmöglich halten – der XLV vom koreanischen SUV-Spezialisten SsangYong bringt es zusammen: Funktionalität, dynamisches Design, kleiner Preis. Also, einsteigen und staunen!

Erwarten Sie mehr vom XLV – zum Beispiel:

- Kofferraumvolumen von 720 Litern
- 6-Gang-Schaltgetriebe oder 6-Stufen-Automatik
- Bluetooth-Freisprecheinrichtung
- Geschwindigkeitsregelanlage serienmäßig
- Audiosystem mit 7"-Touchscreen und Rückfahrkamera²

XLV ab dem 17.06.2016,
94 kW (128 PS), 2WD, 1,6 Liter ab
16.890,- €³ DER NEUE XLV.

¹ Es gelten die aktuellen Garantiebedingungen der SsangYong Motors Deutschland GmbH.
² Serienmäßig ab Ausstattungsvariante Quartz.
³ inkl. MwSt., inkl. Überführungskosten in Höhe von 750,00 €.

**Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts: 10,8 - 5,4 ;
außerorts: 6,2 - 4,2 ; kombiniert: 7,9 - 4,7 ; CO₂-Emission,
kombiniert: 184 - 121 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007).
Effizienzklasse E-A**

Autohaus Michael GmbH & Co.KG

22043 Hamburg-Wandsbek* **21029 Hamburg Bergedorf**
Holstenhofweg 55 Neuer Weg 43
Tel. (040) 656 900 41 am Frascatiplatz
*Unternehmenssitz Tel. (040) 739 35 30

Unsere Autohaus Michael Gruppe www.autohaus-michael.de  Ihr Autohaus mit

SsangYong Hamburg + Bergedorf + Schwerin

MEINE DAME, NOCH EIN CROISSANT?

TEXT VIRGINIE SIEMS FOTO JENS WEHDE

Jeden Tag begrüßt Javad seine Kunden mit den höflichen Worten: „Guten Tag, meine Dame, Sie wünschen?“ bzw. „Guten Tag, mein Herr, Sie wünschen?“ Wer ist dieser freundliche junge Mann, der mit seinen großen, braunen Augen und seinem charmanten Lächeln an sieben Tagen die Woche - auch an Feiertagen - die ganze Nachbarschaft mit frischen Brötchen und leckeren Backwaren erfreut?

Seine Eltern stammen aus Afghanistan. Javad ist der Jüngste von acht Kindern und er wurde auf der Flucht im Auto geboren - im Iran. Sein Vater war ein einflussreicher Bauunternehmer, so dass Javad auch als Afghane trotzdem im Iran zur Schule gehen durfte. Es folgten noch eineinhalb Jahre in Russland bevor die Familie mit ihm, als er elf Jahre alt war, nach Deutschland zog. Hier besuchte er zunächst eine internationale Vorbereitungsklasse, lernte schnell Deutsch und machte schließlich seinen Realschulabschluss. „Danach habe ich immer einen Job gehabt und immer gearbeitet“, erzählt er stolz. Zuletzt war er in einer Bäckerei auf der Mönckebergstraße, doch die Stimmung dort war immer sehr kühl - ganz im Gegensatz zum Ohlendorffturm. „Meine Kundenschaft hier besteht zu 90% aus Stammkunden. Man kennt sich, man mag sich und plaudert nett zusammen. Das macht Spaß.“ Seit 2011 ist er schon in seinem Laden am Ohlendorffturm, erst als Angestellter und



Täglich frische Backwaren bei Javad

Bei Javads WG-Mitbewohnerin Gundi bekommt man in der Liliencronstraße 84 ebenso leckere Backwaren und wird ebenso freundlich bedient - auch 5 Minuten vor der Geschäftsöffnung oder 5 Minuten nach Feierabend. Mit einem Lächeln öffnet sie einem wie selbstverständlich die abgeschlossene Tür: „Meine Dame“ oder „Mein Herr“ „Sie wünschen?“

seit 2014 ist er der Inhaber. Aber warum arbeitet er so viel? Montags bis freitags von 6 bis 18 Uhr und samstags und sonntags bis 13 Uhr. „Ich habe einen Traum: Ich möchte viel Geld verdienen, um dann als Frührentner nach Aserbaidschan auszuwandern. Aserbaidschan ist ein friedliches Land, hat ein tolles Klima und geringe Lebenshaltungskosten. Das ist für mich das Paradies.“ Pause. „Meine Dame, noch ein Franzbrötchen?“ ■

Lecker vom Bäcker, Am Ohlendorffturm 35

ANZEIGE

GBI Vorsorgeordner - jetzt kostenfrei anfordern unter: Tel.: 040 - 24 84 00

Ansprechpartnerin für Bestattungsfragen und Informationen um die Vorsorge in den Stadtteilen Rahlstedt und Volksdorf ist Susanne Reichmann Beratungsbüro Nordost Tel. (0 40) 54 75 65 50

Bestattungsunternehmen „St. Anskar“ seit 1895 in 4. Generation

Bentien Söhne

- Individuelle Sterbevorsorge-Beratung
- Erd-, Feuer-, See-, Anonymbestattungen
- Beisetzung auf allen Hamburger Friedhöfen und Umgebung
- Persönliche Beratung und Betreuung - auf Wunsch Hausbesuch
- Eigener Trauerdruck mit großer Auswahl an Trauerpapier
- Sterbegeldversicherungen durch das Kuratorium Deutsche Bestattungskultur
- Übernahme sämtlicher Bestattungsangelegenheiten

Litzowstraße 13 • 22041 Hamburg (Wandsbek) Tel. 0 40 - 68 60 44
Meiendorfer Str. 120 • 22145 Hamburg (Rahlstedt) Tel. 0 40 - 6 78 16 47

www.bentien-bestattungen.de • Tag & Nacht erreichbar 040 - 68 60 44

JUNI

Samstag, 25. Juni

■ Mitsing-Event mit marCant, dem Vokalensemble an der Martinskirche, danach traditionelles Johannisfeuer
17:30, Martinskirche

Samstag, 25. Juni

■ Stadtteilstift im Startloch
Ab 13 Uhr Schimmelreiterweg 1

Sonntag 26. Juni 2016

■ Wandsewanderwegkonzert - Musik für 3 Trompeten & Orgel
17 Uhr, Kirche Alt-Rahlstedt

JULI

Samstag, 2. Juli

■ Flohmarkt Martinskirche, **14 Uhr** Standanmeldung über Martine.zeiss@web.de

Sonntag, 3. Juli

■ 12. Motorradgottesdienst **10-11 Uhr - Auferstehungskirche Braak**

Sonntag, 3. Juli

■ AMTV Kinderolympiade **14-18 Uhr - Turnhalle Nienhagener Str. 154**

Montag, 4. Juli

■ Sommerfest **RHTC, Liliencronstr. 47**

Samstag, 9. Juli

■ Malen im Freien: Von der lockeren Skizze bis zur farbigen Zeichnung
Anmeldung: dbrueggemann@netrixx.de, Tel. 67 08 19 75, Preis: 24 Euro inkl. Material, **11-15 Uhr**

Freitag, 15. Juli

■ Ziegen-Trekking
Anmeldung: Svenja Furken post@wanderziege.de
Preis: 8 Euro
18-21 Uhr - Hof Brauner Hirsch in Ahrensburg



Dienstag, 19. Juli

■ Werksgespräch 45: Klezmer-Musik „Wie Musik das Leben im Shtetl gestaltete“ mit Dr. Carl Friedrich Jantke, Helmut Stuarng und der Klezmer-Band des KulturWerks
19:30 Uhr - Bücherhalle Rahlstedt

Montag, 25. Juli 2016

■ Vortrag und Gespräch mit Laura Garavini über die Strukturen der Mafia im europäischen Raum



Sonntag, 31. Juli

■ Dünen- und Heidetur im Höltigbaum, ca. 55 km
Treffpunkt Haus der Wilden Weiden, Eichberg 63, 10-17 Uhr



AUGUST

Montag, 29. August

■ Beachparty RHTC
Liliencronstr. 47

Mittwoch, 31. August

■ Fledermausführung mit dem Detektor, ca. 2 Std. Anmeldung bei wernerjansen1@alice-dsl.net
19 Uhr, Treffpunkt Haus der Wilden Weiden, Eichberg 63

Jeden Dienstag
Offenes Singen

18:30 - 20 Uhr
Grundschule
Großlohering

Jeden 3. Dienstag
im Monat
Frauen-Freizeit-
Netzwerk

19 Uhr - Café Olé



BARBARA KOCH WÖCHENTLICHE MALKURSE

Dienstags 19-22 Uhr
Mittwochs 9.30-12.30 Uhr
Preis 20 Euro pro Termin
Anmeldung:
info@barbara-koch.eu

oder 0162 1001179
www.barbara-koch.eu

ANZEIGE

KINDERFEST

Olympiade für Kinder ab 2 Jahren

AMTV OLYMPIADE

am 03.07.2016 von: 14:00 - 18:00 Uhr

Es erwarten euch eine Hüpfburg, tolle Bewegungs- und Geschicklichkeitsspiele, wie Laufen, Hüpfen, Turnen und viele weitere Sportspiele.

Für euer leibliches Wohl ist gesorgt mit Leckereien vom Grill.
Eintritt frei. Um Kuchenspenden wird gebeten.

Wer Lust hat auf Bewegung und sportliche Herausforderungen und sein Talent unter Beweis stellen möchte, der sollte unbedingt bei der AMTV Olympiade mitmachen! Alle Kinder im Alter ab 2 Jahren können zu jeder Zeit ohne Voranmeldung zwischen 14:00 - 18:00 Uhr an der Olympiade teilnehmen. Jeder Teilnehmer, der erfolgreich den Bewegungs- und Geschicklichkeits-Parcours absolviert, bekommt eine Urkunde.
Bitte Sportzeug nicht vergessen und einfach kommen.

AMTV Hamburg • Altrahlstedter Männerturnverein von 1893 e.V.
Rahlstedter Straße 159 • 22143 Hamburg • Tel. 040 / 675 95 08 • Fax: 040 / 675 95 00 • E-Mail: info@amtv.de • Internet: www.amtv.de

TURNANGEBOTE

in den Sommerferien

MONTAGS
09:00 - 10:00 Uhr für Kinder bis 2 Jahre
10:00 - 11:00 Uhr für Kinder ab 2 Jahre
14:30 - 15:30 Uhr für Kinder von 1,5 Jahren bis 5 Jahre
15:30 - 16:30 Uhr für Kinder von 1,5 Jahren bis 5 Jahre
16:30 - 17:30 Uhr für Kinder von 1,5 Jahren bis 5 Jahre

DONNERSTAGS
09:00 - 10:00 Uhr für Kinder bis 2 Jahre
10:00 - 11:00 Uhr für Kinder ab 2 Jahre

AMTV Hamburg • Altrahlstedter Männerturnverein von 1893 e.V.
Rahlstedter Straße 159 • 22143 Hamburg • Tel. 040 / 675 95 08 • Fax: 040 / 675 95 00 • E-Mail: info@amtv.de • Internet: www.amtv.de

NEUE SCHULE HAMBURG PRÄSENTIERT

DAS GROSSE MUSIK & KULTUR FESTIVAL

RAHL- STEDT ROCKT 2016

01. JULI 15-22 UHR
02. JULI 12-22 UHR

ROCKWIESE
SCHIMMELREITERWEG 11

NEUE
SCHULE



www.rahlstedtrockt.de