

# wir gemeinsam

■ MIETERMAGAZIN ■ AUSGABE 01 ■ 2018 ■

## buntes Leben in St. Georg

**Fitness**  
zu Hause und  
ohne Geräte

**Fofftein**  
Imbiss  
im Hafen

**mit Kindern**  
Tipps für  
Schietwetter





## Mehr Themen und mehr Service

Liebe Leserin, lieber Leser!

Vor einem Jahr haben wir die WIR gemeinsam grundüberholt. Wir haben mehr Platz für Quartier-Porträts geschaffen und Tipps und Service in den Vordergrund gerückt. Zum neuen Jahr 2018 zünden wir auf dieser Basis eine zweite Stufe und werden „Ihr“ Mietermagazin mit dieser Ausgabe von 20 auf 24 Seiten erweitern. Wir möchten Ihnen nämlich noch mehr praktische Ratschläge bieten. Und wir werden ab sofort die Themen Kinder und Kochen aufnehmen. Unser Ziel ist es, Ihnen mehr Themen und mehr Service anzubieten. Anregungen an die Redaktion sind übrigens immer herzlich willkommen!

Viel Spaß beim Lesen dieser neuen WIR-Ausgabe und beste Grüße aus Barmbek

Michael Ahrens  
Leiter Unternehmenskommunikation

## INHALT

02 EDITORIAL

03 INHALT

04 **LEBEN IM QUARTIER**  
BUNTES LEBEN IN ST. GEORG

08 **AKTUELL**  
DIE MÜNZBURG IM MÜNZVIERTEL

09 **AKTUELL**  
RAHLSTEDT  
GRÜNE ACHSE FÜR DAS QUARTIER

10 **SERVICE**  
DAS KANN DANN MAL WEG

12 **SPORT & BEWEGUNG**  
FIT OHNE GERÄTE

14 **UNSERE MIETER**  
FOFFTEIN MITTEN IM HAFEN

16 **SERVICE**  
ERLEUCHTUNG

17 **KINDER**  
DEM SCHIETWETTER TROTZEN

18 **KOCHEN**  
SUPERFOOD KOHL

20 **UNTERWEGS**  
LESEN 2018  
BUCHHANDLUNGEN IM HAMBURG

22 **TIPPS & TRENDS**  
MIT GRÜNKOHL DURCH DEN WINTER

24 **GEWINNSPIEL**

TITEL



Foto: Sarah Rubensdörffer

## buntes Leben in St. Georg

Ein Stadtteil voller Gegensätze – es gibt viel zu entdecken

10

## das kann dann mal weg

Sie möchten aussortieren?  
Ist gar nicht so schwierig und befreit!



Illustration: Volker Winter

## schöner lesen

Abwechslungsreiche Entdeckungstour durch einige der über 400 Hamburger Buchhandlungen



Foto: Kelly Sikkema



## fit ohne Geräte

Für Sie getestet: einfache Übungen zum Nachmachen

12

Illustration: Volker Winter

## Superfood Kohl

Ist gesund, schmeckt und wächst quasi vor der Haustür – ein Gemüse macht Karriere



18

14

## Fofftein mitten im Hafен

Imbiss mit Herz und guter Laune: zu Gast bei Magdalena Meierdirks



Foto: Andreas Bock

## IMPRESSUM

WIR GEMEINSAM, DAS MIETERMAGAZIN DER SAGA UNTERNEHMENSGRUPPE

**Auflage:** 135.700 Exemplare

**Anschrift der Redaktion:**  
WIR gemeinsam, Mietermagazin der SAGA Unternehmensgruppe  
Poppenhusenstraße 2, 22305 Hamburg  
Tel. 040 42666 9116  
E-Mail: wirgemeinsam@saga.hamburg

**Herausgeber:** SAGA Unternehmensgruppe  
Redaktion: Dr. Michael Ahrens (Leitung und V.i.S.d.P.), Gunnar Gläser, Johanna Küther, Kerstin Matzen

**Texte:** Dr. Michael Ahrens, Oliver Dupke, Britta Gayk, Andrea Guthaus, Johanna Küther, Kerstin Matzen, Rainer Müller, Andreas Tholund

**Gestaltung:** coast communication, Volker Winter, Hamburg

**Titelfoto:** Sarah Rubensdörffer

**Druck:** Evers Druck

**Erscheinungsweise:** Jährlich sechs Ausgaben in den Monaten Januar, März, Mai, Juli, September, November. Für unverlangt eingesandte Bilder und Manuskripte keine Haftung. Nachdruck nur nach Rücksprache mit der Redaktion. WIR gemeinsam ist auf chlorfreiem Papier gedruckt.

**Ihre Meinung interessiert uns:** Teilen Sie uns Ihre Kritik zur WIR gemeinsam mit. Haben Sie Tipps oder Themenvorschläge? Schreiben Sie uns bitte an:

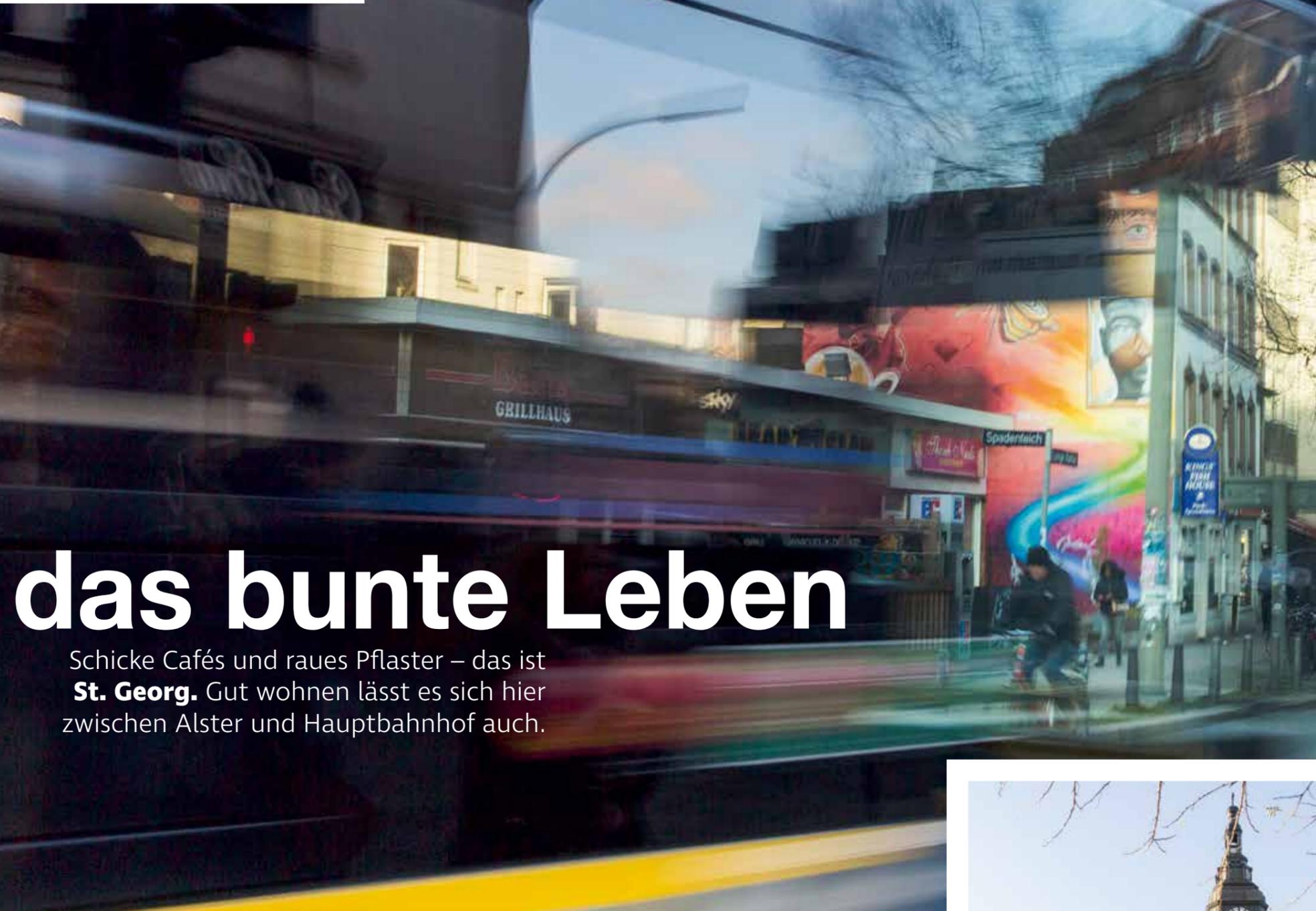
**WIR gemeinsam**  
Poppenhusenstraße 2 · 22305 Hamburg  
E-Mail: wirgemeinsam@saga.hamburg

# Hamburg 1

„WIR IN HAMBURG“  
BEI HAMBURG 1

Berichte aus den Stadtteilen alle vier Wochen dienstags um **17.45, 18.45, 19.45 Uhr**

Nächste Termine  
**27.02. & 27.03.2018**



# das bunte Leben

Schicke Cafés und raues Pflaster – das ist **St. Georg**. Gut wohnen lässt es sich hier zwischen Alster und Hauptbahnhof auch.

Variété-Institution am Steindamm: über 50.000 Aufführungen seit 1894



TEXT RAINER MÜLLER  
FOTOS SARAH RUBENDÖRFFER

Wenn es stimmt, dass sich Gegensätze anziehen, dann ist St. Georg einer der anziehendsten Stadtteile von Hamburg – und einer, der sich stark verändert. Seit 30 Jahren steht Bernhard Wissing hinter seinem Tresen im Café Gnosa, bewirbt seine Gäste und beobachtet diese Veränderungen draußen vor dem Café. Im März 1988 hat er das Café in der Langen Reihe eröffnet. Heute ist es längst eine Institution im Viertel, ähnlich wie das mondäne Hotel Atlantic an der Außenalster oder das Ohnsorg-Theater im Bieberhaus.

Bernhard Wissing sitzt am Eingang mit seinen geschwungenen Fenstern unter einem Schwarz-Weiß-Foto von 1981, das genau diesen Eingang zeigt – und Ella Gnosa, wie sie das Schaufenster ihrer Konditorei putzt. Von ihr hat das Café die alte Leuchtreklame und den Namen übernommen. Der heutige Besitzer zeigt weitere historische Fotos von St. Georg. Zu sehen sind Armut und Verfall. Das Viertel galt lange als anrüchig. Heute präsentiert es sich in weiten Teilen saniert und herausgeputzt.

„Die Lange Reihe ist schöner und beliebter geworden – und was beliebt ist, wird halt auch teurer“, sagt Wissing nüchtern über die Veränderung der Straße. Für viele Unternehmer und Bewohner ist St. Georg schon zu teuer geworden. Aber bis heute gibt es zwischen Szene-Cafés, Edelboutiquen und Feinkosthändlern weiterhin alteingesessene Familienbetriebe und „Multikulti-Flair“ mit indischen Trödeläden, persischem Naschwerk und türkischen Gemüsehändlern – vor allem rund um den Steindamm.

Obwohl in den letzten Jahren hochpreisige Eigentumswohnungen entstanden und neue Bewohnerschichten ins Viertel kommen, lässt es sich weiterhin günstig wohnen in St. Georg. Die Nettokaltmieten der SAGA liegen hier bei durchschnittlich 7,50 Euro pro Quadratmeter. Der Bestand verteilt sich unter anderem auf die Lange Reihe, die Koppel und An der Alster. Die meisten der rund 400 SAGA-Wohnungen befinden sich im östlichen Teil des Viertels, in der Brennerstraße und der Stiftstraße.



„Man sollte keine Angst vor Veränderungen haben.“

BERNHARD WISSING



**D**ort lebt auch Rita Geisselbrecht in einer barrierefreien Wohnung. In St. Georg ist sie „bekannt wie ein bunter Hund“, sagt sie selbst. Tatsächlich dauert es immer eine Weile, wenn sie mit ihrem Rollstuhl im Viertel unterwegs ist. „Eigentlich wohne ich ja nur fünf Minuten vom Wochenmarkt entfernt. Aber immer grüßt mich jemand und dann halte ich ein Pläuschchen. Da kann das auch mal 20 Minuten dauern“, sagt die SAGA-Mieterin halb entschuldigend zur Begrüßung. Zweimal die Woche ist Markt auf dem Carl-von-Ossietzky-Platz. Wie viele Anwohner kauft Rita Geisselbrecht gerne hier ein.

Seit rund 40 Jahren wohnt sie schon im Stadtteil. Früher im obersten Stockwerk eines Hotels, das sie lange Jahre mit ihrem Mann betrieben hatte, und seit gut zehn Jahren in ihrer jetzigen Wohnung. „Auch wenn sich einiges verändert hat, kenne ich hier immer noch viele Leute – und die kennen mich. Ich lebe gerne in diesem Quartier und bin pausenlos auf Achse“, erzählt die Rentnerin und steuert zum nächsten Treffpunkt am Hansaplatz mit seinen prächtigen Gründerzeithäusern und dem Hansabrunnen in der Mitte.

Dank einer aufwendigen Umgestaltung ist der Platz autofrei und gesäumt von zahlreichen Restaurants und Cafés. Auch Rita Geisselbrecht geht hier gerne aus. Sie empfiehlt das Café Traumzeit. Direkt gegenüber ist das „Vor-Ort-Büro“, in dem man sie mit großem Hallo empfängt. Ein Verein betreibt diesen Nachbarschaftstreff, in dem viele Kurse und Kulturveranstaltungen angeboten werden. Eckhard Bühler, ein ehrenamtlicher Mitarbeiter, der heute das Büro leitet, er-



Publikum bunt wie das Viertel: Das „Moin Moin“ in der Bremer Reihe 15 hat täglich 24 Stunden geöffnet



„Hier trifft sich einfach alles.“

RITA GEISSELBRECHT

klärt die Aufgabe so: „Am Hansaplatz treffen die unterschiedlichsten Milieus aufeinander – gepflegte Gastronomie neben dem Kiosk mit dem billigsten Bier in Hamburg, die entsprechende Trinkerszene, Prostituierte, Flüchtlinge, Anwohner, die seit Jahrzehnten hier wohnen, und wohlhabendere neue Bewohner. Wir versuchen, diese verschiedenen Interessen zu moderieren.“ Ob das gelingt, ist völlig offen. St. Georg verändert sich weiter – die Gegensätze bleiben.



1

### KRÄUTERHAUS HAMBURG

Gegründet 1907, ist der Familienbetrieb aus St. Georg nicht wegzudenken. Heute liegt er etwas versteckt – hat aber immer noch eine unglaubliche Auswahl an Kräutern, Gewürzen, Teemischungen und getrockneten Heilpflanzen sowie Superfoods.

**Koppel 34**

[www.kraeuterhaus.net](http://www.kraeuterhaus.net)



2

### AUSFLUG

Von St. Georg aus lohnt sich ein Abstecher ins nahe gelegene Münzviertel. Das historische Quartier ist in wenigen Minuten Fußweg am Hauptbahnhof vorbei über den Hühnerposten zu erreichen. In der Münzstraße steht das Wahrzeichen des Viertels: das denkmalgeschützte SAGA-Haus „Münzberg“.

**Mehr zum Thema auf der Seite 8.**



3

### SANDRO DÜHNFORTH

In einer ursprünglichen Maschinenfabrik ist heute ein Atelierhaus, das Künstlern und Kunsthandwerkern Räume bietet – darunter Herrenschneider Sandro Dühnforth, der hier mit zwei Auszubildenden Maßanzüge und Mäntel fertigt.

**Koppel 66**

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



Kunst am Bau: täuschend echte Fensterszene



### GEWUSST?

Der Blick bleibt vermutlich an der opulenten Fassade des denkmalgeschützten Hauses an der Langen Reihe hängen. Aber unter den steinernen Muskelmännern, die dekorativ den Erker stützen, weist ein unauffälliges Schild darauf hin, dass im Haus Nr. 71 Hamburgs berühmter Sohn Hans Albers geboren wurde.



TEXT RAINER MÜLLER  
FOTOS CORNELIUS M. BRAUN

## PRÄGEND: die Münzburg im Münzviertel

Dornröschen wohnt sehr zentral und mit gutem Bahnanschluss. Das könnte jedenfalls glauben, wer von Süden in den Hamburger Hauptbahnhof einfährt.



**FRÜHER KOLONIAL-WARENLADEN** – seit 1989 Galerie Renate Kammer. Direkt drüber: die „Bürgermeisterwohnung“ mit 170 m<sup>2</sup> und sechs Zimmern



**FASSADENSCHMUCK**  
Die Figur an der Fassade zeigt eine Frau im Spinnrock als Symbole für wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fleiß im Mittelalter – auf das sich die Architektur beruft

**D**irekt vor der letzten Kurve ragt neben den Gleisen ein märchenhaft wirkendes Gebäude auf. Es ist zwar ein Wohnhaus, erinnert mit seinen Türmchen und Erkern aber an ein Schloss: die „Münzburg“. Seit 1996 gehört sie der SAGA. Rund 60 Wohnungen befinden sich hier, dazu zwei Kunstgalerien, ein Café und ein Sozialtreff.

Ihren Namen verdankt die Münzburg, wie das umgebende Viertel, der früheren Münzpräganstalt in der Norderstraße. Dort befand sich bis 1982 die Hamburger Münze und prägte die gute alte D-Mark.

Vor 150 Jahren weideten hier in Hammerbrook noch Kühe auf regelmäßig überfluteten Wiesen. Auch nach systematischer Entwässerung im 19. Jahrhundert wollte zunächst niemand vor den Toren der Stadt bauen. So entstand als erstes Gebäude 1886 die Münzburg – zur gleichen Zeit und im gleichen neogotischen Stil wie die Speicherstadt. Architekt Johann Brekelbaum errichtete den Prachtbau aus rotem Backstein, mit viel Fassadenschmuck, prächtigen Treppenhäusern und großzügigen Wohnungen für gehobene Ansprüche. Sogar der damalige Bürgermeister sollte hier ganz herrschaftlich wohnen und damit skeptische Investoren vom neuen Stadtteil überzeugen. Ob der Bürgermeister jemals „richtig“ hier gewohnt hat, ist nicht verbürgt – Dornröschen aber war ziemlich sicher nie hier.

## RAHLSTEDT IM FOKUS

# Grüne Achse für das Quartier

**S**eit dem 12. Dezember 2017 steht es fest: Rahlstedt-Ost ist neues RISE-Fördergebiet (Rahmenprogramm Integrierte Stadtteilentwicklung). Der Beschluss des Hamburger Senats legt einen stadtentwicklungspolitischen Fokus auf Hamburgs Nordosten. Hier ist die SAGA Unternehmensgruppe mit rund 1.400 Wohnungen größte Vermieterin. Gemeinsam mit der Behörde für Stadtentwicklung und Wohnen werden nun im Starterprojekt knapp 1,5 Mio. Euro in den Stadtteil investiert.

### WAS IST RISE?

Das vom Hamburger Senat aufgelegte Programm zielt darauf ab, Quartiere mit besonderem Entwicklungsbedarf zu fördern. Dabei wird aus einem großen Topf verschiedener Maßnahmen geschöpft; städtebauliche Veränderungen, der Ausbau der Bildungs- und sozialen Infrastruktur stehen dabei ebenso auf dem Plan wie die Verbesserung der Aufenthaltsqualität durch Umgestaltung von Grünflächen.

### WAS BEDEUTET DAS KONKRET FÜR RAHLSTEDT-OST?

In den kommenden Jahren wird der zentrale Grünzug umgestaltet. Dieser Aspekt ist auch der SAGA Unternehmensgruppe ein Anliegen: Bereits seit zwei Jahren werden ungenutzte Freiflächen in Mietergärten umgewandelt. Im Rahmen des RISE-Starterprojekts bleiben die Außenanlagen im Fokus. Der auf dem Grundstück der SAGA Unternehmensgruppe verlaufende Grünzug soll aufgewertet, durch Spiel- und Freizeitangebote ergänzt und so zur öffentlichen grünen Achse des Gebiets werden. Kerstin Rieke, Leiterin der SAGA-Geschäftsstelle Rahlstedt, freute sich, im Rahmen des neuen Förderprogramms „attraktive Spiel- und Gemeinschaftsflächen für die Mieter zu entwickeln“.



**MIETERIN UTE REYER**  
ist vom neuen eigenen Grün begeistert. Gemeinsam mit ihrem Mann hofft sie nun auf sonnige Sommer

**GESCHÄFTSSTELLENLEITERIN KERSTIN RIEKE** zeigt, wo die neue Grünachse künftig verlaufen wird



TEXT JOHANNA KÜTHER  
FOTOS ANDREAS BOCK

RISE  
IN  
RAHLSTEDT

TEXT BRITTA GAYK ILLUSTRATIONEN VOLKER WINTER

# das kann dann mal weg

Ein neues Jahr hat begonnen. Die beste Zeit, um einmal ganz in Ruhe auszusortieren. Das tut nicht nur Ihren Schränken gut, sondern befreit auch ungemein die Seele. So geht es leichter:

1

## Termin setzen

Überlegen Sie, an welchem Tag Sie starten wollen, und planen Sie genügend Zeit ein. Denn je entspannter Sie die Aktion angehen, desto besser. Wichtig: Schreiben Sie den Termin in Ihren Kalender – das macht es offizieller!

2

## Schritt für Schritt

Seien Sie nicht zu streng mit sich und gehen Sie in Etappen vor. Selbst wenn es fürs Erste nur eine Schublade ist, die Sie entrümpeln und neu sortieren – der Anfang ist gemacht und der Erfolg spornt zu mehr an!

3

## Geschickt aussortieren

Nicht neu, aber hilfreich: Nehmen Sie drei Kartons und sortieren Sie nach den Kategorien: verkaufen, verschenken, entsorgen. Ganz Unentschiedene nehmen einen vierten dazu – für alles, bei dem sie unsicher sind. Aber mal ehrlich – was lange unbenutzt sein Dasein in Kartons oder Schränken fristet, bleibt oft dort. Und macht Sie nicht glücklicher!

4

## Dranbleiben

Sie haben es geschafft und sich von vielem getrennt? Glückwunsch! Jetzt heißt es: dranbleiben. Das geht besser, wenn alles seinen festen Platz hat. Sortieren Sie häufiger in kleinen Schritten aus – so vermeiden Sie große Berge. Und überlegen Sie künftig vor jeder größeren Neuanschaffung: Brauche ich das wirklich? Viele Dinge können hervorragend geteilt werden. Bohrmaschinen, Leitern oder Waffeleisen werden selten benötigt – warum dann nicht gemeinsam mit Nachbarn oder Freunden kaufen? Das spart Geld und Platz!

Nicht verpassen  
in der nächsten WIR:  
**FRÜHJAHRSPUTZ**  
Die besten Tipps  
zum Thema



## Wohin damit?

Es gibt viele Wege, um aussortierte Dinge loszuwerden. Hier ein paar Tipps:

### Verschenken

In fast jedem Quartier stehen Altkleidercontainer der SAGA – erkennbar an den Aufklebern mit dem SAGA-Logo „Sie spenden – wir helfen“. Der Erlös der Sammlungen geht an soziale Projekte oder Nachbarschaftsaktionen. Weitere Adressen, um Kleidung, Haushaltswaren, Elektrogeräte, Bücher, CDs, Möbel oder Spielzeug zu verschenken, sind zum Beispiel:

#### Kleiderkammern

(Infos über  
[www.diakonie-hamburg.de](http://www.diakonie-hamburg.de)  
oder [www.drk-hamburg.de](http://www.drk-hamburg.de))

#### Sozialkaufhäuser

wie STILBRUCH ([www.stilbruch.de](http://www.stilbruch.de))  
oder MÖBELBERGedorf  
([www.sprungbrett-hh.de](http://www.sprungbrett-hh.de))

#### gemeinnützige Second-Hand-Läden

wie Oxfam ([www.oxfam.de](http://www.oxfam.de))  
oder Spenda Bel ([www.einfal.de](http://www.einfal.de))

### Verkaufen

Klassiker sind Flohmärkte, Second-Hand-Läden oder der Verkauf übers Internet. Neben eBay-Kleinanzeigen gibt es hier viele Ankaufsportale, die sich beispielsweise auf Bücher, CDs und Filme spezialisiert haben.

### Entsorgen

Alles, was nicht in den Hausmüll gehört, können Sie meist kostenlos auf einem der zwölf Hamburger Recyclinghöfe entsorgen. Sperrmüllabholungen sind kostenpflichtig. Sprechen Sie daher mit Nachbarn gemeinsame Termine ab, um Geld zu sparen. Infos finden Sie unter: [www.stadtreinigung-hamburg.de](http://www.stadtreinigung-hamburg.de)

## Warum ist Aufräumen manchmal so schwierig?

**Birgit Eschenburg, professioneller Ordnungskoach aus Hamburg ([www.ihr-ordnungskoach.de](http://www.ihr-ordnungskoach.de)), weiß nicht nur darauf eine Antwort:**

**Der Beruf des Ordnungskoachs boomt. Warum?** Durch unsere schnelle, digitale Welt mit dem Überfluss an Waren und der Informationsflut steigt der Wunsch nach Klarheit und Ordnung – gleichzeitig fällt es vielen Menschen schwer, das für sich selbst umzusetzen.

**Warum ist es denn so schwierig, Dinge zu entsorgen?** Typische Argumente sind: „Es war teuer.“ „Es ist noch

gut.“ „Vielleicht brauche ich es später.“ Oder: „Das erinnert mich an ...“ Dahinter können Ängste oder Unsicherheit stecken, zum Beispiel in schwierigen Lebenssituationen, bei älteren Generationen auch echt erlebter Mangel. Sinnvolles Entrümpeln haben viele aber auch einfach nicht gelernt!

**Geht es uns besser, wenn wir aufräumen?** Auf jeden Fall. Allein die

Aktion des Ausmistens befreit und gibt Energie. Und danach wird unser Geist nicht permanent durch Überflüssiges und Unwichtiges abgelenkt, er kommt schneller zur Ruhe und kann besser neue Entscheidungen treffen. Außerdem: Wir sparen viel Zeit, wenn wir nicht ständig auf der Suche nach etwas sind.



fit

TEXT KERSTIN MATZEN  
FOTOS MÜCAHIT ÖZCAKIR

# ohne Geräte

Der Einsatz ist klein: 3 x 30 Minuten pro Woche; der Erfolg groß: ein gut trainierter Körper, in dem Sie sich wohlfühlen. Mit diesem Programm funktioniert das. Probieren Sie es einfach mal aus.

Der Arbeitstag war lang, das Sofa lockt, die Fernbedienung liegt bereit – und wieder ist ein Tag ohne viel Bewegung vorüber. Die Folgen sind statistisch erfasst: Zwei Drittel der Männer und die Hälfte der Frauen in Deutschland sind

übergewichtig. Nun braucht nicht jede(r) eine Figur wie Germany's Next Topmodel oder die Klitschko-Brüder. Aber ein bisschen weniger Fett, ein bisschen mehr Kraft und Beweglichkeit bedeuten gleichzeitig ein bisschen mehr Gesundheit.



### Ben Hansen

Auf Sportstudios und Wrestler-Muckis hat der 20-jährige SAGA-Mieter keine Lust. Doch mit so wenig Aufwand kräftiger zu werden, hat den Bewegungsmuffel überzeugt.



### Lara Mertz

Sport war bisher nicht ihr „Ding“. Aber seit dem Fotoshooting trainiert die 19-Jährige dreimal pro Woche nach der Arbeit – mit wachsender Begeisterung.

1



**DIE PLANKE** kräftigt alle Muskeln von den Schultern bis zur Wade. Diese Position wird etwa eine Minute gehalten, dann die Beine gewechselt. Dazwischen vier Sekunden Pause. Ben: „Oder sechs Sekunden?“

2



**MIT DER KNIEBEUGE MIT AUSFALLSCHRITT** trainiert Lara nebenbei ihr Gleichgewicht. Außerdem ist die Übung eine Vorbereitung für einbeinige Kniebeugen. Lara: „Später!“

3



**DIE SUMO-KNIEBEUGE** ist etwas für Fortgeschrittene. Erst wenn ein sicherer Stand erreicht ist, werden die Arme mit einem schweren Gegenstand gestreckt. Ben: „Hat jemand Durst?“

4



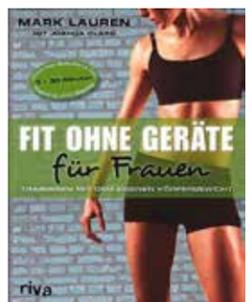
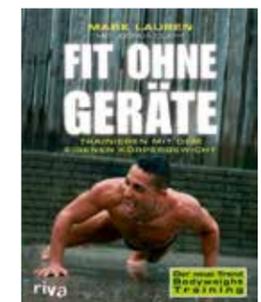
**DER HÜFTSTRECKER** sieht einfacher aus, als er ist. Wenn die Oberschenkel eine gerade Linie mit dem Oberkörper bilden, wird die Position zwei Sekunden gehalten. Anfänger sollten sechs Wiederholungen schaffen. Ben: „Vier reichen erst mal!“

5



**BEIM SEITLICHEN AUSFALLSCHRITT** geht aus dieser Position das Gesäß nach unten, während beide Fußsohlen fest auf dem Boden bleiben. Wenn die Balance schwierig ist, wird der Grätschritt verkleinert. Lara: „Sind wir jetzt fertig?“

Die Bücher von Mark Lauren sind im riva Verlag erschienen. WIR gemeinsam verlost jeweils drei Exemplare. Schicken Sie eine E-Mail mit dem Stichwort „sportlich“.





## Fofftein mitten im Hafen

FOTOS ANDREAS BOCK  
TEXT JOHANNA KÜTHER

Magdalena Meierdirks ist interviewerprobt. An der Wand ihres Imbisses „Zum lütten Foffteiner“ hängen gerahmte Zeitungsartikel. Auf einem der Fotos sitzt sie brav vor dem Imbiss, der ein wenig unerwartet zwischen Hafenanlagen auf dem Kleinen Grasbrook auftaucht.

Das Foto gefalle ihr nicht, das sei nicht sie, sagt die 53-Jährige. Tatsächlich ist die zierliche Frau mit den langen, dunklen, zum Zopf geflochtenen Haaren alles andere als brav. Immer einen kessen Spruch auf den Lippen und nie um eine Antwort verlegen. Das braucht sie hier im „Lütten Foffteiner“ auch, der im ehemaligen Freihafengebiet zwischen backsteinernen Lagerhallen und dem Gelände der Hamburger Hafen und Logistik AG (HHLA) steht. Hafenkranne schimmern durch den Nebel, containerbeladene LKWs brettern über das Kopfsteinpflaster. Hier plant der Hamburger Senat den Bau von mehr als 3.000 Wohnungen. Damit entsteht ein neues Quartier gegenüber der HafenCity und

„Na, mein Herzstück“, sagt einer. „Na, mein Stern“, antwortet Magdalena Meierdirks. Beide lachen.

neben der Veddel. Was das für Magdalena Meierdirks und ihren Imbiss bedeutet, weiß sie nicht. „Man guckt, was kommt“, sagt die SAGA-Mieterin entspannt, obwohl sie den Hafen sehr schätzt.

Das war nicht immer so. Als der Imbiss 1999 eröffnete, war sie noch skeptisch. „Ich wusste nicht, wie interessant Hafen sein kann“, sagt sie. Woran sie sich nicht gewöhnen musste, ist der Hafenjargon. „Dass ich hier reden kann, wie ich bin. Das mag ich.“ Das mögen auch ihre Kunden. Sie sind Mitarbeiter des Zolls, der Feuerwehr, der Polizei, Hafentarbeiter und seit Öffnung des Freihafens gelegentlich auch Touristen. 99 Prozent ihrer Gäste sind männlich.

Auch an diesem Vormittag betreten ausschließlich Männer den Imbiss. „Na, mein Herzstück“, sagt einer. „Na, mein Stern“, antwortet Magdalena Meierdirks. Beide lachen. Unaufgefordert reicht sie einen Becher Kaffee und ein belegtes Brötchen über den Tresen.

Zur Mittagszeit läuft die Currywurst am besten. „Ich persönlich mag das Bauernfrühstück ja lieber“, sagt die quirlige Inhaberin.

Sogar einen Heiratsantrag habe sie dafür schon bekommen. Aber nicht nur wegen des Essens kommen ihre Gäste wieder, einige sogar mehrmals täglich. „Viel zu lachen gibt es hier“, erzählt ein wettergegerbter Mann in neongelber Arbeitsjacke, als er den Imbiss verlässt. Wenn er später wiederkommt, steht Magdalena Meierdirks noch immer hinter der Theke – unter der Woche von sieben Uhr morgens bis fünf Uhr nachmittags. Danach wird eingekauft. „Man hat wenig Leben“, das störe sie schon ab und zu. Der Ausgleich? Das Gespräch mit ihren Gästen. „Hier kommen ganz unterschiedliche Menschen zusammen und jeder kann mitreden.“ Die Stammgäste und die Unterhaltung – das fühle sich wie eine richtige Familie an. Das spürt jeder, der den Imbiss betritt, und so fällt es am Ende nicht ganz leicht, diesen herzlichen Ort inmitten von Stahlkränen und Dieselmotoren wieder zu verlassen.



Vor allem wegen der herzlichen Besitzerin kommen die Stammgäste immer wieder

Morgens stehen belegte Brötchen auf der Karte. Klar, dass das Mettbrötchen nicht fehlen darf



„Zum lütten Foffteiner“: Plattdeutsch für „Zum kleinen Fünfzehner“. Damit ist nicht etwa ein antikes Pfennigstück gemeint, sondern die kleine Pause, die bei Hafentarbeitern traditionell 15 Minuten dauerte.

TEXT ANDREAS THOLUND

# Erleuchtung

Was ist eigentlich „Lumen“? Wer heute Leuchtmittel kauft, kommt um diesen Begriff kaum herum.

**W**er vor ein paar Jahren im Flur eine 100-Watt-Glühbirne eingedreht hat, wusste: Jetzt wird es richtig hell. Im Zeitalter der LED-Beleuchtung reichen dafür schon 15 Watt – das spart eine Menge Strom und Kosten.

Eines haben die alte 100-Watt-Glühbirne und die moderne 15-Watt-LED-Birne gemeinsam: Sie geben Licht in einer Stärke von rund 1.300 Lumen ab. Lumen ist die Einheit für die Lichtleistung von Leuchtmitteln und deshalb der beste Vergleichswert, wenn man wissen möchte, wie hell ein Leuchtmittel strahlt. Die Tabelle auf dieser Seite gibt einen Überblick.

## WARM ODER KÜHL

Und noch ein Begriff hilft beim Kauf des passenden Leuchtmittels: Kelvin – das ist die Einheit für die Lichttemperatur. Wärmere Lichtfarben für eine gemütliche Atmosphäre liegen bei 2.000 bis 3.000 Kelvin (Aufdruck: „warmweiß“). Neutrale Arbeitsbeleuchtung (Schreibtischlampe) sollte 3.300 bis 5.000 Kelvin haben, das fördert die Konzentration.

TIPP

## HOTLINE DER VERBRAUCHERZENTRALE

Fragen rund um Beleuchtung und Energieverbrauch beantworten die Klimalotsen der Verbraucherzentrale Hamburg montags bis donnerstags von 9.30 bis 16.00 Uhr, freitags von 09.30 bis 14.00 Uhr unter der Rufnummer **040 24832250**.

## ÜBERSICHT DER LICHTSTÄRKEN

LUMEN	100	500	1.000	1.500	2.000	2.500
Glühbirne	15 W	40 W	60 W	75 W	100 W	150 W
LED-Birne	3 W	5 W	8 W	10 W	20 W	30 W
	gemütliche Ambiente-Beleuchtung		Schreibtischlampe		helle Raumbeleuchtung	

Foto: David van Dijk

TEXT OLIVER DUPKE ILLUSTRATION VOLKER WINTER

# dem Schietwetter trotzen

Vom Spielplatzwetter sind wir noch weit entfernt und zu Hause fällt einem mit kleinen Kindern bald die Decke auf den Kopf. Also wohin?



## ab ins Café

Es muss nicht immer Action sein, ein entspanntes Frühstück oder ein Treffen mit Freunden in einem Café können genauso über Schietwetter hinweghelfen. Bestens, wenn auch kleine Kinder willkommen sind. So wie in der „Speisekammer“ in Eimsbüttel, Weidenstieg 5a. Sie erstreckt sich über zwei Ebenen, auf der zweiten ist eine Spielecke. Besonders zu empfehlen: die hausgemachten Kuchen – extrem lecker! [www.hamburg-speisekammer.de](http://www.hamburg-speisekammer.de)

## Tobe-Inseln

Indoor-Spielplätze sind ideal, wenn sich die Lütten mal so richtig austoben sollen. Wenn es Ihnen dort zu laut und rummelig ist, gehen Sie doch mal am Wochenende zum Bouldern ins FLASHH in der Gasstraße 18 (Haus 1) in Bahrenfeld. Hier können Kinder schon ab drei Jahren das Klettern ohne Seil ausprobieren und werden betreut, während Sie sich an der hohen Wand versuchen. [www.flashh.de](http://www.flashh.de)

## Tiere gucken

Kennen Sie das Zoologische Museum in Rotherbaum, Bundesstraße 52? Ihre Kinder werden begeistert sein! Auf rund 2.000 Quadratmeter Ausstellungsfläche werden riesige Walskelette, Bären und Raubkatzen, Nashorn und Krokodil sowie Vögel und Insekten präsentiert. Daneben gibt es noch bis 29. März eine Sonderausstellung zum Thema Wald. Öffnungszeiten: dienstags bis sonntags 9.00 bis 17.00 Uhr – der Eintritt ist frei. [www.cenak.uni-hamburg.de](http://www.cenak.uni-hamburg.de)



Foto: Kerstin Schomburg



Foto:UHH, RRZ/MCC, Mentz

Ein weiterer Tipp, insbesondere für Bewohner der Elbinsel, ist die Kinderaktionshalle Tollhafen auf der Veddel, Am Zollhafen 5 b – eine Initiative der BürgerStiftung Hamburg. Die Halle ist an fünf Nachmittagen pro Woche geöffnet, Montag-, Freitag- und Sonntag-nachmittag für Eltern mit Kindern bis zur 1. Klasse. Auf dem Programm stehen gemeinsames Spielen, Bauen und Erforschen der Umgebung – das Ganze kostenlos. [www.buergerstiftung-hamburg.de](http://www.buergerstiftung-hamburg.de) Telefon: **040 878896960**



# SUPERFOOD KOHL

**Der Kohl erlebt eine Renaissance.** Zum grünen Smoothie püriert oder zu Chips gebacken macht zum Beispiel Grünkohl gerade Karriere. Gut so, denn er hat wie alle anderen Sorten auch kaum Kalorien, strotzt aber vor Vitaminen und Mineralstoffen und regt die körpereigene Abwehr an. Kohl wird vor den Toren Hamburgs angebaut – punktet also zudem als regionales Gemüse. Und auch kulinarisch gesehen ist Kohl ein Alleskönner: vom zarten, leicht süßlichen Spitzkohl bis zum aromatisch-kräftigen Rosenkohl. Wohl bekomm's!

TEXT ANDREA GUTHAUS

## WIE VIEL KOHL KOMMT IN DEUTSCHLAND AUF DEN TELLER?

Rot- und Weißkohl, Wirsing, Chinakohl, Kohlrabi, Grünkohl, Brokkoli & Co.

Ernte in Dithmarschen

**10 kg**  
pro Person  
pro Jahr

**80 Mio.**  
Kohlköpfe  
pro Jahr

Quelle: Niedersächsisches Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit.

[www.kohlosseum.de](http://www.kohlosseum.de) Kohl-Museum in Wesselburen nördlich von Büsum

**IST SAUERKRAUT EINE DEUTSCHE ERFINDUNG?**  
Die Wissenschaft geht davon aus, dass die Chinesen als Erste gesäuerten Kohl herstellten.

## AUF DEN SPUREN DES KOHLS: KOHLHÖFEN

Die Straße Kohlhöfen in der Hamburger Neustadt hieß im 17. Jahrhundert „Bei den Kohlhöfen“. Hier bauten die Altstadtbewohner Kohl für den Eigenbedarf, aber auch für den Verkauf an.



## KOHL IN DER HAUPTROLLE

Kohl kann viel mehr sein als bloße Beilage in der deftigen Küche. Die Autorin Hildegard Möller versammelt in ihrem Kochbuch „Kohl“ ausgefallene Rezeptideen – angefangen von Rosenkohl-Frittata und Kohlrabi-Pommes bis hin zu Rotkohl-Smoothie und Schwarzkohl-Risotto. Im Interview verrät die Expertin, wie Kohl bekömmlicher wird, und gibt Tipps, wie man den unangenehmen Geruch beim Kochen vermeidet.

### Worauf sollten Verbraucher beim Kohl-Einkauf achten?

Beim Einkauf sollte man bei Grünkohl auf knackige, frische und dunkelgrüne Blätter achten. Bei Blumenkohl sollten die äußeren Blätter saftig aussehen und dicht anliegen, Weiß- und Rotkohl sollten sich fest anfühlen. Bei Rosenkohl sollten die Röschen fest und geschlossen sein. Kohlblätter zum Beispiel vom Wirsing und Grünkohl sollten keine gelblichen Verfärbungen haben und nicht angewelkt sein. Brokkoli sollte ebenfalls saftig grün aussehen und die Blüten sollten geschlossen sein.

### Wie lagert man Kohl am besten?

Am besten lagert man Kohl ungewaschen im Gemüsefach des Kühlschranks. Grünkohl, Blumenkohl und Rosenkohl halten sich dort vier bis fünf Tage, Brokkoli, Chinakohl und Pak Choi zwei bis drei Tage, Rot- und Weißkohl etwa drei Wochen. Angeschchnittene Kohlköpfe deckt man am besten mit Folie oder mit einem feuchten Tuch ab.

### Manche Sorte hat blähende Wirkung. Wie kann man sie verträglicher machen?

Indem man Ingwer, Kümmel oder Fenchelsamen hinzugibt. Die Gewürze entweder zum Würzen der Kohlgerichte verwenden oder zum Herausnehmen in ein Teesäckchen packen und mitkochen. Empfindliche Personen können auch zu Chinakohl greifen. Er enthält deutlich weniger Senföle, die für die blähende Wirkung verantwortlich sind.

### Kohl verbreitet beim Kochen seinen typisch strengen Geruch. Wie kann man das vermeiden?

Gegen Kohlgeruch in der Wohnung hilft ein Schuss Essig im Kochwasser. Alternativ kann man auch ein Küchentuch mit Essig beträufeln und zwischen Topf und Deckel spannen.

Auch Sellerieblätter, Lorbeerblätter oder Walnüsse mit Schale, die mit ins Kochwasser gegeben werden, vermindern den strengen Geruch.

### Sie haben sich so viel mit Kohl beschäftigt – welche Zubereitungsart ist Ihr Geheimtipp?

Kohl lässt sich wunderbar im Ofen rösten. Blumenkohl einfach vom oberen Kopfende bis zum Strunk in dicke Scheiben schneiden, mit Olivenöl beträufeln und leicht bräunen. Dazu schmecken zum Beispiel eine würzige Pistazienbutter und Kartoffelgratin. Oder rösten Sie mal Rosenkohl im Ofen mit Aromaten wie Thymian, Knoblauch, abgeriebener Zitronenschale und Olivenöl. Toll sind auch Wirsing- oder Grünkohlchips, die man in verschiedenen Würzvarianten auf dem Backblech zubereiten kann.

### In Ihrem Kochbuch gibt es ein Rezept für Grünkohl-Brownies. Das klingt etwas gewöhnungsbedürftig.

Das schmeckt ausgezeichnet. Und tatsächlich schmeckt man den Grünkohl gar nicht so heraus, weil die Schokolade dominiert. Vorteilhaft ist eben, dass man einen Teil des Mehls durch Kohl ersetzen kann und somit Kohlenhydrate einspart. Der Grünkohl macht zudem die Brownies saftiger.

## BUCHTIPP

Der wunderschön gestaltete Band ist im KOSMOS Verlag erschienen und kostet 19,99 €



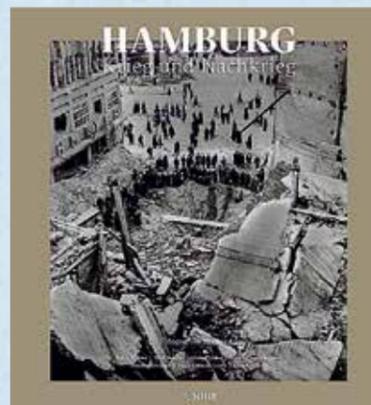
## rund 400 Buchhandlungen

gibt es in Hamburg. In jeder dieser „geistigen Tankstellen“ (Helmut Schmidt) werden die neuesten Bestseller angeboten. Das aber reicht vielen nicht. Sie sind Unterstützer der lokalen Schulen, veranstalten Lesungen, beraten ihre Kunden. Gehen Sie mit uns auf eine kleine Entdeckungstour.

### Buchhandlung im Schanzenviertel

Weit über den Stadtteil hinaus bekannt für ihr umfassendes Angebot – inzwischen aufgeteilt in den Kinderbuchladen in der Schanzestraße und die Buchhandlung im Schulterblatt. Von dort kommt Petra Buschmanns Buchtipp „Die Stadt der Träumenden Bücher I“ als Graphic Novel. Die berühmte Abenteuergeschichte von Walter Moers von Büchern, die Menschen in den Wahnsinn treiben oder sogar töten, wurde von Florian Biege in starke Bilder übersetzt.

-  **Schulterblatt 55**
-  **040 4300808**
-  **[www.schanzenbuch.com](http://www.schanzenbuch.com)**



### Buchhandlung Ulrich Hoffmann

Den Laden an der Ecke Fuhlsbüttler Straße/Drosselstraße betreibt der engagierte Barmbeker seit 1982. Er und sein Team kennen die Lesewünsche ihrer zahlreichen Stammkunden – die der neuen lernen sie gerne kennen. Sein Lesetipp: „Hamburg Krieg und Nachkrieg“ Der Bildband mit rund 250 Fotos aus den Jahren 1939 bis 1949 ist ein Juwel für alle, die sich mit der Geschichte der Hansestadt auseinandersetzen.

-  **Fuhlsbüttler Straße 106**
-  **040 618822**
-  **[www.buch-hoffmann.de](http://www.buch-hoffmann.de)**

# SCHÖNER LESEN

### Buchhandlung Lüdemann

Hier in der Fährstraße ist die einzige Anlaufstelle für Leseratten auf der Elbinsel. Neben dem gut sortierten Angebot gibt es immer ab November den aktuellen Gezeitenkalender – unverzichtbar für die Insulaner. Eine andere Spezialität sind Bücher von Wilhelmsburgern, die gut sichtbar an der Kasse ausgelegt sind. Diese lokalen Kostbarkeiten sind oft Self-Publishing-Ausgaben oder in Schulprojekten entstanden. Empfehlenswert: „Wilhelmsburg ist ein Fisch“, ein Inselführer von Kindern der Elbinsel.

-  **Fährstraße 26**
-  **040 7531353**
-  **[www.luedebuch.de](http://www.luedebuch.de)**

### stories! Die Buchhandlung

Seit zehn Jahren gibt es für Bücherliebhaber einen neuen Platz: stories! in Eppendorf. In dem großen Lesesaal kann in Ruhe geschmökert werden, die Kaffeebar lockt mit Espresso oder Milchkaffee. Richtig voll wird es dort, wenn Annerose Beurich und ihr Team zum „Abendbrot“ einladen. Bei belegten Broten und einem Glas Wein werden die besten Neuerscheinungen vorgestellt. Egal, ob Krimi, Sachbuch oder Erzählungen – Hauptsache, es ist eine gute Geschichte.

-  **Strassenbahnring 17**
-  **040 43275943**
-  **[www.stories-hamburg.de](http://www.stories-hamburg.de)**



Foto: Michael Zapf

### Buchhandlung Christiansen

Das Buch ist gelesen und wandert ins Regal. Doch manchmal möchte man sich darüber austauschen, mehr über den Autor erfahren oder das Thema vertiefen. Dafür gibt es beispielsweise die offenen Literaturkreise bei Christiansen in Ottensen. Die nächsten Termine und Themen finden Sie auf der Internetseite.

-  **Bahrenfelder Straße 79**
-  **040 3902072**
-  **[www.buchhandlung-christiansen.de](http://www.buchhandlung-christiansen.de)**



Foto: Kelly Sikkema

### Die roten Buchhaltestellen des VHH

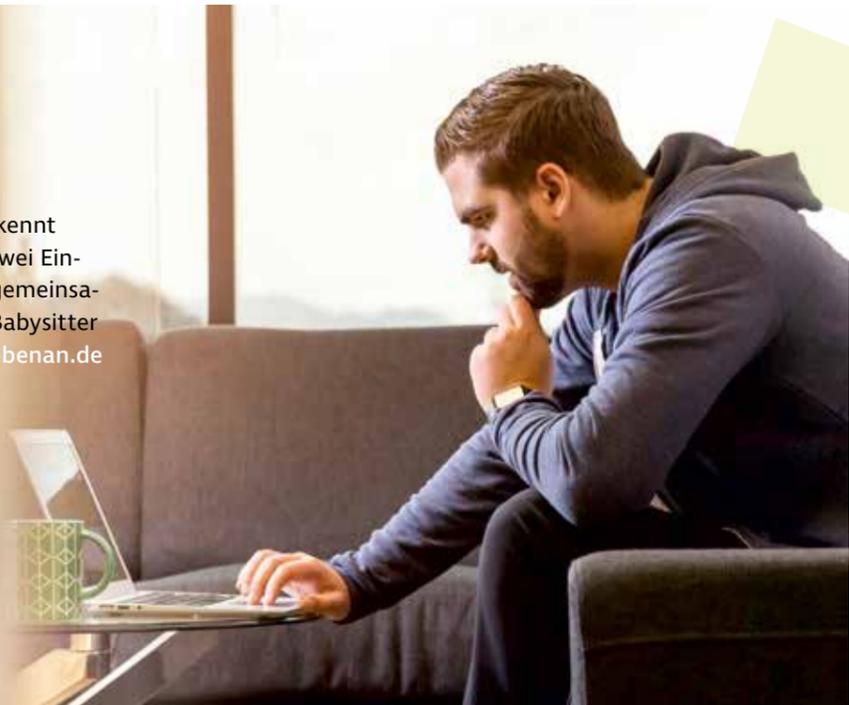
Ein beliebter Anlaufpunkt für Literaturfans sind die roten Buchhaltestellen in rund 150 Bussen. Die Regale hinter den Fahrersitzen werden von dem Gebrauchtgüter-Kaufhaus STILBRUCH immer neu bestückt. Fahrgäste können während der Fahrt in dem Sortiment stöbern und Bücher gerne zum Lesen mit nach Hause nehmen. Viele kommen danach wieder in den Bus zurück und gehen erneut auf die Reise. Die Routen der Bücherbusse sind auf der Seite der Verkehrsbetriebe Hamburg-Holstein zu finden.

-  **[www.vhhbus.de](http://www.vhhbus.de)**

## VERNETZTE NACHBARN

**SCHNELL UND EINFACH**

Seinen Nachbarn aus dem eigenen Treppenhaus kennt man vielleicht noch, aber wer wohnt eigentlich zwei Eingänge weiter? Und warum nicht mal schnell ein gemeinsames Hoffest verabreden? Oder schauen, wer als Babysitter einspringt? Das geht beispielsweise über [www.nebenan.de](http://www.nebenan.de) oder [www.Nachbarschaften.net](http://www.Nachbarschaften.net). Die Plattformen funktionieren wie Schwarze Bretter – nur eben digital. Und neue Bekanntschaften sollen nicht virtuell bleiben, denn Ziel ist es, nahe Gemeinschaften zu stärken. Auch wenn die Foren bundesweit aktiv sind, kann sich niemand mit einer Adresse in Hannover registrieren lassen und dann in der Nachbarschaftsgruppe Dulsberg etwas posten. Einfach mal anschauen.



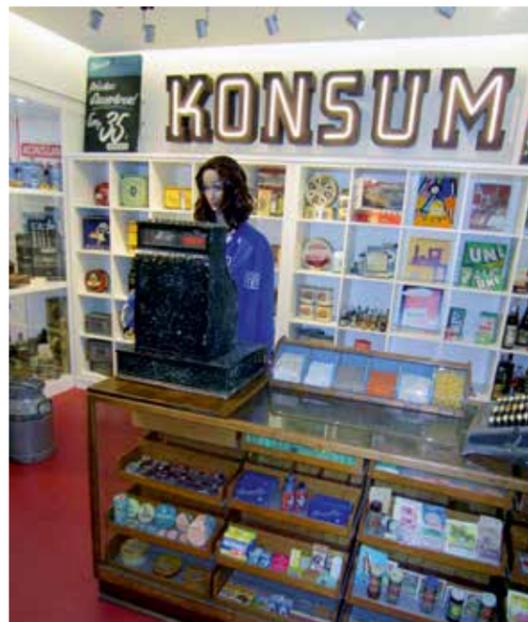
## BESONDERES MUSEUM

**SCHATZKISTE**

Ein langer Streik brachte Not und Elend in die Familien der Hamburger Hafearbeiter, denn Streikgeld gab es 1896 noch nicht. Aber er wurde zur „Geburtsstunde“ der Konsumgenossenschaften. Diese sammelten kleine Beträge ihrer Mitglieder für einen Notfonds, so dass diese bei Krankheit oder Arbeitslosigkeit weiterhin Lebensmittel einkaufen konnten. Die ganze Geschichte ist hautnah im Hamburger Genossenschafts-Museum, Besenbinderhof 60, zu erfahren.

Dort lassen rund 3.000 Exponate die alten – nicht immer guten – Zeiten lebendig werden.

Bilder und Öffnungszeiten finden Sie unter: [www.genossenschafts-museum.hamburg](http://www.genossenschafts-museum.hamburg)



## PARKOUR

**BEWEGUNG OHNE LIMIT**

Mauern werden zu Wegen, Hindernisse zu Möglichkeiten. Bei Parkour und Freerunning findet jeder seinen eigenen Weg, die Hürden im Großstadtdschungel kreativ und elegant zu überwinden. Das einstige Außenseiterhobby „Parkour“ ist inzwischen im Mainstream angekommen. Lernen kann dies jeder. „Die Halle“ im Oberhafen bietet neben täglichem Grundlagen-Unterricht für Kinder und Jugendliche auch Kurse für (noch hippe) Erwachsene an. Alle Informationen zu den Parkour- und anderen Kursen finden Sie unter: [www.diehalle.hamburg](http://www.diehalle.hamburg)

Foto: Parkour Creation ev



## KLEINES THEATER

**ein-Zimmer-Bühne**

In der Mitte steht ein Bechstein-Flügel. Weinrote, bodenlange Samtvorhänge an den Fenstern, der Raum ist voller Sessel, Sofas und Bänke mit verschnörkelten Beinen. Das große Metallbett scheint nicht richtig dazu zu passen. Doch alles hat seine Richtigkeit – es sind Requisiten. Denn das Zimmer ist gleichzeitig eine Bühne – willkommen im Salontheater Eppendorf. In dem kleinen Laden in der Tarpenbekstraße 65 eröffnen der Theatermacher Josh Goldberg und der Fotograf Frank Nikisch Anfang März ihre kleine Privatbühne. Dort sollen philosophische Themen in vergnüglichen Häppchen serviert werden. „Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, um Spaß zu haben“, versprechen die beiden Macher. Mehr Informationen unter: [www.kristina-und-descartes.de](http://www.kristina-und-descartes.de)

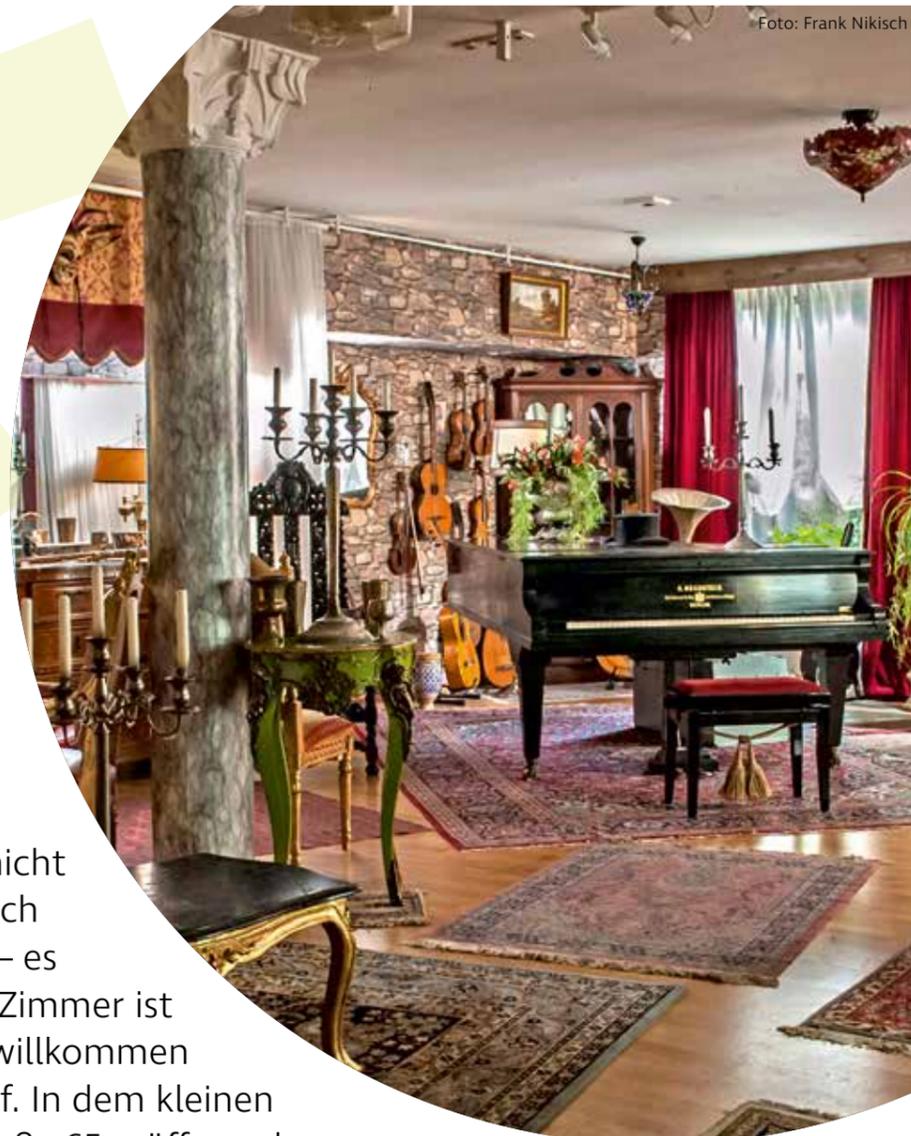


Foto: Frank Nikisch

## KALTER SPASS

**„EISLAND“**

Bei 11 Grad in der größten Eislaufhalle Hamburgs fühlen sich nicht nur Pinguine wohl. Auf den 1.800 Quadratmetern in Farmsen drehen Schlittschuhläufer ihre schnellen Runden, üben Pirouetten oder trainieren das Rückwärtslaufen. Damit der Nachwuchs dabei nicht unter die Kufen kommt, gibt es eine extra abgeteilte Kinder-Eislauffläche. Sonnabendabends ist Disco-Time. Da wird ab 20 Uhr zu Musik und flackernden Polarlichtern gelaufen. Eisland, Berner Heerweg 152. Weitere Informationen unter: [www.baederland.de](http://www.baederland.de)



## DAS WIR-GEMEINSAM-RÄTSEL

Gesucht wird diesmal ein Bauwerk, das zu den Hamburger Wahrzeichen gehört.



2 = ö



1 = b + 2 = r



**Antwort gefunden?** Dann schreiben Sie die Lösung auf eine Postkarte oder schicken Sie sie per E-Mail (**Absender nicht vergessen**) an die WIR gemeinsam.

**Einsendeschluss ist der 08.03.2018.** Teilnahmeberechtigt an den Gewinnspielen sind ausschließlich Mieterinnen und Mieter der SAGA Unternehmensgruppe sowie ihre Angehörigen ab 18 Jahren. Mitarbeiter der SAGA Unternehmensgruppe sowie ihre Angehörigen dürfen an der Verlosung nicht teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Umwandlung der Preise in Barauszahlung ist nicht möglich.

**Einsendeadresse:** WIR gemeinsam, Mietermagazin der SAGA Unternehmensgruppe, Poppenhusenstraße 2, 22305 Hamburg

**E-Mail-Adresse:** wirgemeinsam@saga.hamburg

## 1. PREIS

### skurril

Eine Hommage: Ilja Richter verwandelt sich in Georg Kreisler, den 2011 verstorbenen Kabarett-Poeten. Schwarz-humorige Lieder wie „Tauben vergiften“ oder „Der Tod, das muss ein Wiener sein“ machten den geborenen Österreicher weltberühmt. Der Schauspieler Ilja Richter ehrt mit seinem Programm „... durch Kreislers Brille gesehen“ einen unvergessenen Künstler. **WIR gemeinsam verlost 2 x 2 Karten** für die Veranstaltung am 23. März 2018 um 20 Uhr im Polittbüro, Steindamm 45. Nähere Informationen unter: [www.polittbüro.de](http://www.polittbüro.de)



## 3. PREIS

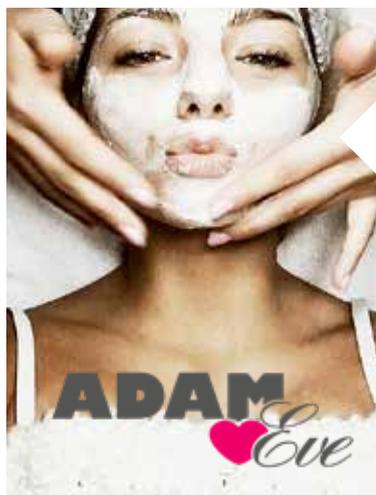
### spannend

In eindrucksvollen Schwarz-Weiß- und Farbaufnahmen hielten einige Hamburger Fotografen wie Erich Andres oder Günter Zint die 1950er- und 1960er-Jahre fest. Rund 300 großformatige Bilder dokumentieren die Wiederauferstehung der Hansestadt aus den Trümmern des Krieges. **WIR gemeinsam verlost zwei Exemplare des Fotobuches „Hamburg – meine Perle“.** Weitere Informationen unter: [www.emons-verlag.de](http://www.emons-verlag.de)

## 2. PREIS

### schön

Das kalte, oft feuchte Winterwetter in Hamburg macht keinen Spaß. Gönnen Sie sich etwas zur Erholung. Ob eine anregende Massage, eine wohltuende Gesichtsbildung oder eine pflegende Maniküre – Sie haben die Wahl. Die vier Hamburger Beauty-Lounges von Adam & Eve bieten umfangreiche Schönheitsprogramme für Sie und Ihn. Inklusiv einer guten Beratung des freundlichen, professionellen Personals. **WIR gemeinsam verlost einen Beauty-Gutschein im Wert von 50 Euro.** Ausführliche Informationen finden Sie unter: [www.adameve-hamburg.de](http://www.adameve-hamburg.de)



Wir gratulieren! Die Lösung des letzten Rätsels war: Barkasse