SAGA
Unternehmensgruppe

wir gemeinsam

MIETERMAGAZIN ■ AUSGABE 06 ■ 2018

Wohnungsbau
alles über das SAGA-Systemhaus

Mitte Altona
wachsendes Quartier

Sofasport
Sitzen macht fit

Stricken im Winter

EDITORIAL

Wer hat an der Uhr gedreht?

Liebe Leserin, lieber Leser!

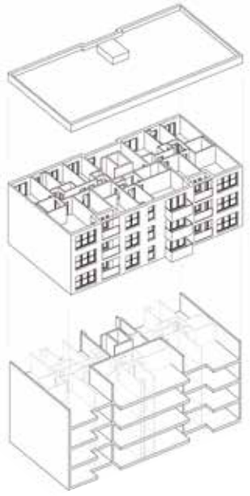
Hand aufs Herz: Haben Sie manchmal das Gefühl, nicht genug Zeit zu haben? Für Ihre Frau, Ihren Mann, Ihre Kinder, Ihre Eltern, Ihr Hobby oder einfach mal: für sich?

Ganz sicher sind Sie damit nicht allein. Ändern indes können wir den Lauf der Zeit leider nicht. Wer auch immer in diesem Jahr an der Uhr gedreht hat: Er hat mächtig Schwung geholt und die Zeiger nach einem endlosen Sommer rasant in Richtung Adventszeit katapultiert. Warum auch nicht, werden die Freunde der kalten Jahreszeit jetzt sagen. Teetrinken, Stricken und Weihnachtsgebäck gehören doch irgendwie dazu. Recht haben sie. Auch dafür muss Zeit sein, vielleicht ja gemeinsam mit den lieben Lieben?! Die Zeit sollte es uns wert sein.

Beste Grüße aus Barmbek

Michael Ahrens
Leiter Unternehmenskommunikation

04 **mittendrin**
Stadtentwicklung in Altona



08 **vorgestellt**
SAGA-Systemhaus

10 **angekommen**
Harald Buchinger

12 **nachgefragt**
So feiern SAGA-Mieter den Advent

14 **ausprobieren**
Sofasport

Foto: Thomas Duffé

Foto: Mücahit Özcakir

Foto: Mücahit Özcakir

16 **knusper …**
Süße Hexenhäuschen zum Selbstmachen

18 **genießen**
Teestadt Hamburg

20 **entschleunigen**
Tipps rund ums Stricken

Foto: unsplash

22 **helfen**
die Essensretter

Foto: Egmond Tenten

INHALT

02 **EDITORIAL**

03 **INHALT**

04 **LEBEN IM QUARTIER**
ALTONA HAT EINE NEUE MITTE

08 **AKTUELL**
ALLES ÜBER DAS SAGA-SYSTEMHAUS

10 **UNSER MIETER**
HINZ&KUNZT-MITARBEITER HARALD BUCHINGER

12 **ADVENT**
SAGA-MIETER VERRATEN IHRE TRADITIONEN

14 **SPORT**
SAISONBEGINN AUF DEM SOFA

16 **KOCHEN & KINDER**
RUND UMS BROT, WEIHNACHTSBÄCKEREI

18 **UNTERWEGS**
IN SACHEN TEE

20 **SERVICE**
STRICKEN IM WINTER

22 **TIPPS & TRENDS**

24 **GEWINNSPIEL**

TITEL

IMPRESSUM

WIR GEMEINSAM, DAS MIETERMAGAZIN DER SAGA UNTERNEHMENSGRUPPE

Auflage: 135.400 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.), Jördis Aden, Gunnar Gläser, Johanna Küther, Kerstin Matzen

Texte: Jördis Aden, Dr. Michael Ahrens, Britta Gayk, Andrea Guthaus, Johanna Küther, Kerstin Matzen, Rainer Müller

Gestaltung: coast communication, Volker Winter, Hamburg

Titelfoto: Mücahit Özcakir

Druck: Evers Druck GmbH, Ernst-Günter-Albers-Straße, 25704 Meldorf

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.

Folgen Sie der SAGA auf Twitter unter:
@mehrhamburg

Besuchen Sie unsere Internetseite unter
saga.hamburg/sagaerleben

in neuen Bahnen

Zukunft gestalten – in Altona geht das. Gleich hinter dem Bahnhof entsteht ein innovativer Stadtteil für Tausende Bewohner. Die ersten Menschen sind schon eingezogen und prägen jetzt „ihr“ Viertel.

Der Wasserturm von 1955 steht unter Denkmalschutz und wird in die Gestaltung des Quartiers einbezogen

TEXT RAINER MÜLLER
FOTOS CORNELIUS M. BRAUN

Kinder sind die Zukunft – und Altona Mitte hat sehr viel Zukunft. Der neue Stadtteil auf dem früheren Güterbahngelände ist zwar noch im Bau, aber seit einem Jahr ziehen nach und nach immer mehr Bewohner ein, vor allem Familien wie Anna Blecher (34) und Kevin Kwaku (36) mit ihren Kindern Lameen (8) und der einjährigen Käthe (Foto l.).

„Wir haben den Sechser im Lotto gewonnen“, freut sich die junge Mutter. Vor einem Jahr haben die beiden einen Wohnberechtigungsschein beantragt und sich bei der SAGA gemeldet. Dann ging alles ganz schnell. „Im Februar konnten wir die ersten Wohnungen besichtigen und schon im Mai einziehen.“ 3,5 Zimmer, Küche, Bad auf 87 Quadratmetern. Vom großzügigen Balkon im 1. Stock schaut die Familie in den Innenhof, wo Töchterchen Käthe spielt – auf dem Spielplatz der Kita im Erdgeschoss. „Das ist schon sehr praktisch, direkt über der Kita zu wohnen“, findet Anna.

Rund 1.600 Wohnungen verschiedenster Genossenschaften, der SAGA und privater Bauträger entstehen derzeit an der Harkortstraße nördlich des Bahnhofs Altona. Als Wahrzeichen dient das auffällige Stahlskelett der alten Güterhalle. Es bildet den Mittelpunkt für den Quartierspark, der bis Ende 2019 entsteht – mit Spielplätzen,

„Hier kann ich 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche selbst entscheiden.“

NADIN SCHINDEL (FOTO LINKS)

Spazierwegen und großer Wiese. Ein zweiter Bauabschnitt soll nach der geplanten Verlegung des Fernbahnhofs folgen und ein dritter auf dem Gelände der Holsten-Brauerei – gut 5.000 Wohnungen entstehen insgesamt in „Mitte Altona“.

„Wir können unser Glück noch gar nicht fassen.“

ANNA BLECHER

Die ersten 700 Wohnungen sind fertig und bezogen, darunter knapp 180 geförderte SAGA-Wohnungen für 6,10 Euro je Quadratmeter kalt. „Bei dieser Miete können wir es uns endlich leisten, nicht beide voll zu arbeiten, nur um überhaupt irgendwo wohnen zu können“, sagt Anna Blecher, die bisher einen Pflegedienst geleitet hat und jetzt eine Auszeit mit den Kindern genießt. Ihr Freund Kevin arbeitet als Schlosser in einer Gießerei.

„Das Tolle an so einem neuen Stadtteil ist ja, dass wir Bewohner jetzt gemeinsam den Stadtteil und die Nachbarschaft prägen“, erzählt Kevin. Die Familien treffen sich häufig auf dem Spielplatz der Grundschule gegenüber und lernen sich so kennen. Wenn wieder jemand einzieht und Werkzeug benötigt oder der Nachbar im Rollstuhl mal Unterstützung braucht, hilft man sich.

Das Quartier soll ein Musterstadtteil werden: familienfreundlich, inklusiv, autoarm und dennoch mobil. „Das finden wir alles richtig gut. Wir haben unser Auto abgeschafft und machen jetzt alles zu Fuß oder mit dem Lastenfahrrad“, erklärt Anna Blecher. „Ärgerlich ist nur, dass vor unserer Haustür Tempo 50 erlaubt ist.“ Direkt an der Harkortstraße gibt es zwei neue Kitas, zwei weitere werden gerade gebaut, dazu eine neue Stadtteilschule, Baugemeinschaften und Wohngruppen für Blinde, Rollstuhlfahrer und ältere Menschen. „Eine Mitte für Alle“ heißt das inklusive Konzept. „Die Stadt fördert hier ein Vorzeigeprojekt – und lässt dann den Durchgangsverkehr durchrasen. Das ist doch absurd und gefährlich“, meint deshalb nicht nur Anna Blecher, die deswegen auch schon zweimal mit ihren neuen Nachbarn demonstriert und die Harkortstraße blockiert hat.

Auch für Nadin Schindel wäre Tempo 30 eine gute Sache. Sie sitzt im Rollstuhl und ist kürzlich in das Haus neben dem von Anna und Kevin eingezogen. „Schlüsselübergabe war am 23. April“, sagt sie. An das Datum erinnert sie sich ganz genau.

Das war der Tag, an dem sie „endlich aus dem Behindertenheim rauskam“ und in eine eigene barrierearme Wohnung einziehen konnte. „Statt mich nach dem Zeitplan des Heims zu richten, kann ich jetzt selbstbestimmt leben – ein unglaublicher Gewinn für mich“, sagt Nadin strahlend. In Kooperation mit dem ambulanten Pflegedienst alsterdorf assistenz west, der hier einen Stützpunkt eingerichtet hat, bietet die SAGA-Unternehmensgruppe 20 Wohnungen für Menschen mit Assistenzbedarf im neuen Viertel. Nadin Schindel freut sich sehr darüber. „Überall um mich herum ist Leben und ich gucke vom Fenster aus dem neuen Park im Werden zu. Das ist spannend!“

1

PIZZERIA HEAT

Erstes Restaurant am Platze: Im Sommer eröffnete das HEAT. Wo früher die Güterbahnverwaltung saß, gibts jetzt in retroschickem Ambiente hervorragende (wenn auch nicht billige) Pizzen und Antipasti.
Harkortstraße 81
www.dasmehl.com

2

MOBILSTATION

ProQuartier, ein Tochterunternehmen der SAGA, betreibt im Viertel Hamburgs erste „Mobilstation“, verleiht ab Ende 2018 auch verschiedene Lastenräder und berät Bewohner in allen Mobilitätsfragen. Mitte Altona bekommt außerdem zwei Stadtrad-Stationen.
Harkortstraße 91
www.mitte-altona.info

3

„SCHÖNER WOHNEN IN ALTONA?“

Die „Mitte Altona“ ist Hamburgs größtes Bauvorhaben nach der HafenCity und spiegelt die heutigen Ideale der Stadtentwicklung wider. Diese verändern sich ständig. Wie sehr, zeigt die aufschlussreiche und von der SAGA mitgeförderte Ausstellung.
Altonaer Museum
Museumstraße 23

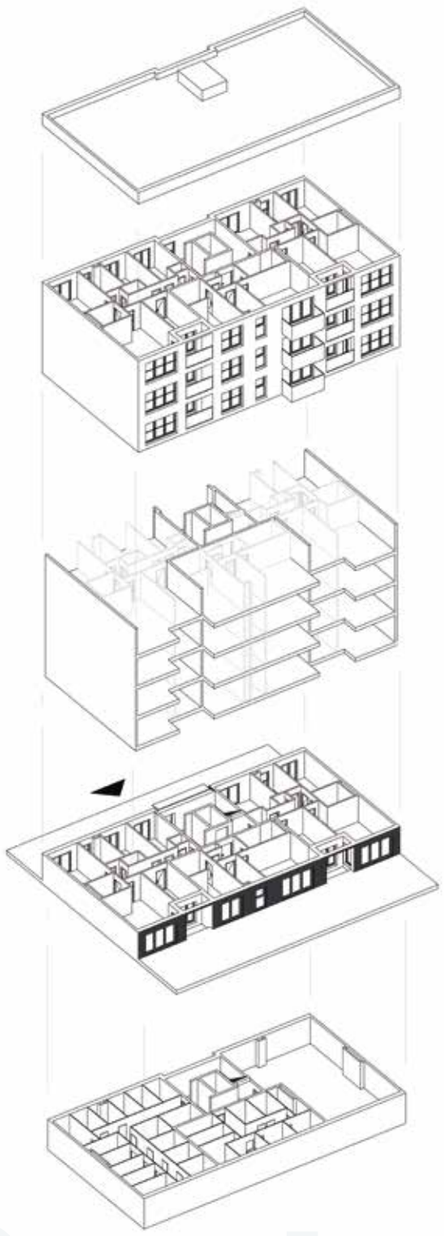
Foto: Andreas Bock

Freude über die neuen Räumlichkeiten: SAGA-Geschäftsstellenleiterin Anja Ehlers und Michael Kaupp, Geschäftsführer des Kita-Trägers ULNA Nord

In das auffällige Eckgebäude an der Harkortstraße sind bereits Anfang Mai 2018 insgesamt 64 neue Mietparteien der SAGA eingezogen. Im Erdgeschoss ist die Kita untergebracht

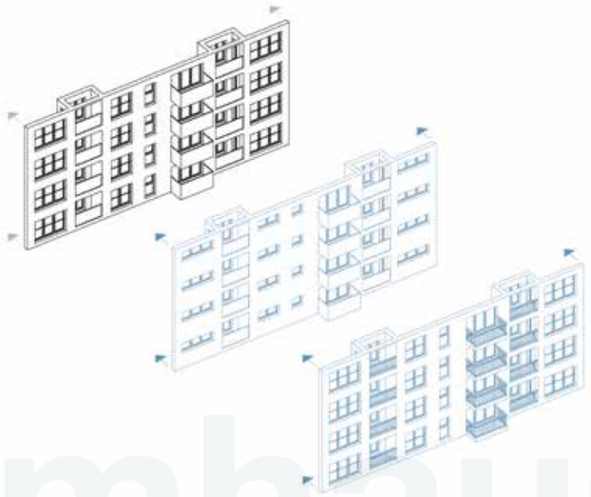
Hier wird einmal der Stadtteilpark entstehen. Das alte Bahnhofsgebäude bleibt als Grundgerüst erhalten

die SAGA präsentiert ihr Systemhaus



Stadtentwicklungssenatorin Dr. Dorothee Stapelfeldt, Oberbaudirektor Franz-Josef Höing und SAGA-Vorstandssprecher Dr. Thomas Krebs stellten im September das Konzept für das SAGA-Systemhaus vor, mit dem Hamburgs große Vermieterin in einer überhitzten Baukonjunktur nachhaltig hohe Neubauzahlen absichern will.

Ziel dieses flexiblen Systemhaus-Konzeptes ist es, kosteneffizienten und dennoch architektonisch anspruchsvollen geförderten wie frei finanzierten Wohnungsbau im 8-Euro-Haus-Segment zu ermöglichen.



Systemhaus

Foto: Hanna Karstens

Ein Spatenstich als Meilenstein: Freude bei Dr. Thomas Krebs, Dr. Dorothee Stapelfeldt und Franz-Josef Höing

Der symbolische Spatenstich für den ersten Systemhaus-Neubau erfolgte in der August-Krogmann-Straße in Farmsen. Das Bauvorhaben umfasst 139 Wohnungen in vier Gebäuden im ersten Förderweg mit einer anfänglichen Miete von 6,50 Euro netto kalt. Hinzu kommen rund 150 Fahrrad- und 34 Tiefgaragenstellplätze.

In enger Abstimmung mit der Behörde für Stadtentwicklung und Wohnen und den Bezirksämtern hat die SAGA **Typengenehmigungen für Geschosswohnungsbauten und Reihenhäuser** erwirkt, die den Kern des Systemhaus-Konzeptes ausmachen. Diese statischen Typengenehmigungen für bis zu 40 verschiedene Systemhaus-Varianten für Geschosswohnungsbau und für 17 Reihenhaustypen sorgen dafür, Bauvorhaben der SAGA beschleunigt und in Reaktion auf die Kostenexplosion in der Bauwirtschaft dennoch kostenbewusst zu realisieren. Das Systemhaus ist förderkonform geplant und ermöglicht so die Realisierung von Bauvorhaben sowohl im ersten Förderweg wie auch preisgedämpft frei finanziert im „8-Euro-Haus-Segment".

Zur **standardmäßigen Ausstattung** gehören beim SAGA-Systemhaus auch Aufzüge, extensive Gründächer und barrierefreier Standard nach Hamburger Bauordnung. Zudem werden mit Blick auf E-Mobilität immer die Voraussetzungen dafür geschaffen, dass Ladevorrichtungen für Fahrräder und Pkws bei Bedarf nachgerüstet werden können. Die Systemhäuser werden standardmäßig als KfW-55-Häuser geplant.

SAGA-Vorstandssprecher Dr. Thomas Krebs: „Mit den Typengenehmigungen für Mehrfamilien- und Reihenhäuser können wir das Systemhaus im Sinne einer nachhaltigen Quartiersentwicklung variabel im Hinblick auf die städtebauliche Figur und die Fassaden einsetzen – das gilt gleichermaßen für den geförderten Wohnungsbau wie auch für das preisgedämpfte 8-Euro-Haus-Segment. Für unser Unternehmen ist das Systemhaus ein echter Meilenstein, der dafür sorgt, dass wir unsere ehrgeizigen Neubauziele auch zukünftig erreichen können."

Die SAGA arbeitet zurzeit an mehreren konkreten Systemhaus-Projekten mit einem Volumen von rund 1.500 Wohnungen. Systemhaus-Bauvorhaben sind neben dem Projekt in der August-Krogmann-Straße unter anderem in Lurup am Kleiberweg, in Fuhlsbüttel an der Flughafenstraße, an der Stephanstraße in Wandsbek sowie im südlichen Hamm vorgesehen.

„Für unser Unternehmen ist das Systemhaus ein echter Meilenstein …"

DR. THOMAS KREBS

Grafik: NH Studio

So sehen die Wohnungen an der August-Krogmann-Straße nach der Fertigstellung aus. Die Systembauweise lässt keinen Unterschied zur herkömmlichen Bauweise erkennen

TEXT ANDREA GUTHAUS
FOTO MÜCAHIT ÖZCAKIR

„Hinz&Kunzt ist mein Zuhause und meine Familie.“

Die Trennung von seiner Frau hatte Harald Buchinger das Leben unter den Füßen weggerissen. Nach sieben Jahren Obdachlosigkeit ist es ihm gelungen, das Ruder rumzureißen.

Verheiratet, vier Kinder, Arbeit in der Altenpflege: Harald Buchinger war zufrieden mit seinem Leben. Bis ihn eines Tages seine Frau verlassen hat. „Für mich ist eine Welt zusammengebrochen“, erzählt der Franke. Seine Wut und Enttäuschung ertränkte er in Alkohol und Drogen. Und dann gings in rasendem Tempo abwärts. Wohnung weg, Arbeit weg. „Ganz schnell stand ich vor der Frage, ob ich mich in Nürnberg vor C&A setze. Das wollte ich aber auf keinen Fall, inmitten meiner Heimatstadt.“ Und dann stand am Nürnberger Hauptbahnhof ein Zug mit Ziel Hamburg-Altona. „Da habe ich mich einfach reingesetzt“, erzählt Buchinger, wie er 1992 im Norden landete. Zwei Wochen lang konnte er bei einem Freund bleiben, dann setzte auch der ihn vor die Tür. „Ich war ausschließlich damit beschäftigt, den nächsten Rausch zu organisieren.“

Der fatale Rausch dauerte sieben Jahre. Harald Buchinger übernachtete in Abbruchhäusern und stieg – auf der Suche nach einem sicheren Schlafplatz – in den einem oder anderen Keller ein. Er war einer von rund 2.000 Menschen, die heute ohne Obdach in Hamburg leben. Weitere rund 10.500 Menschen sind in Notunterkünften und Wohnheimen untergebracht. Nach sieben Jahren Kälte, Hunger und Gewalt, nach sieben Jahren Leben von der Hand in den Mund nahm ihn jemand mit zu Hinz&Kunzt. Und das war der Wendepunkt. „Plötzlich wird man wieder gesehen. Man verkauft den Leuten eine Zeitung und die fragen, wie es einem geht.“ Drei Monate nachdem er sein erstes Straßenmagazin verkauft hat, bekommt er eine Wohnung in Wilhelmsburg. Die Sozialarbeiter von Hinz&Kunzt hatten ihn zur SAGA-Geschäftsstelle geschickt.

Von da an ging es wieder bergauf, Buchinger kam von den Drogen los, verkaufte Tag für Tag die Zeitung. Insgesamt zwölf Jahre lang. Heute gehört er zu den 36 festen Mitarbeitern des Projekts, das in diesem Jahr sein 25-jähriges Bestehen feiert. Für Schulklassen, Studenten und andere Gruppen wie Unternehmensbelegschaften macht er Stadtführungen. Er zeigt die Welt fernab des glitzernden Neuen Walls, führt die Gäste zur Bahnhofsmission, zur Drogenberatungsstelle Drob Inn und zur Aufenthaltsstätte Herz As. Im vergangenen Jahr hat er 344 Führungen gemacht, die Zahl kommt wie aus der Pistole geschossen. In seinen Augen funkelt Stolz. Heute hören ihm die Menschen zu, die früher mitleidig oder achtlos an ihm vorbeigegangen sind. Er ist dankbar, dass ihm dieser Weg geglückt ist, kein bisschen Bitterkeit ist zu hören. Das Leben seiner vier Kinder – die Zwillinge sind 24 Jahre, die beiden Großen 29 und 33 Jahre alt – verfolgt er über Facebook. Von seiner Schwester, mit der er ab und an telefoniert, hört er, wie es ihnen geht. Die Kinder wollen keinen Kontakt. „Noch nicht“, sagt Buchinger und wer weiß, vielleicht klingelt ja irgendwann doch noch das Telefon.

TEXT JÖRDIS ADEN **FOTOS** ANDREAS BOCK

VOM SCHMÜCKEN, SCHLEMMEN UND WEIHNACHTSBAUMSCHLAGEN

alle Jahre wieder

Mit schnellen Schritten kommt Weihnachten auf uns zu. Und wie es so schön heißt: Vorfreude ist die schönste Freude. Egal ob mit der Familie, mit Freunden, Nachbarn oder allein – in der Adventszeit gibt es so einige schöne Dinge, die uns die Wochen bis zum Weihnachtsfest versüßen. Viele haben ihre ganz eigenen Traditionen und Rituale, um sich auf die Feiertage vorzubereiten und die magische Stimmung zu genießen. Sei es der Bummel über den prächtig beleuchteten Weihnachtsmarkt, Plätzchen zu backen oder auch gemütlich auf dem Sofa alte Klassiker wie „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ zu schauen. Von Eidelstedt bis Ohlsdorf: Welche Traditionen haben unsere Mieterinnen und Mieter in der Adventszeit?

Keven Hübner und seine Familie, Ohlsdorf

Keven und Hanna Hübner mit ihren Söhnen Dario (siebeneinhalb Jahre alt) und Nino (zweieinhalb Jahre alt)

„Wir fahren jedes Jahr zum Gut Schönau

und schlagen unseren Weihnachtsbaum selbst. Das machen wir, seit Dario drei Jahre alt ist. Mit der ganzen Familie dahinzufahren, den Baum individuell auszusuchen und selbst zu sägen, das ist schon was Besonderes. Das ist eine gute Aktion, da sehen die Kinder auch, wo der Baum herkommt, und werden mit einbezogen. Man ist dann ja auch ein bisschen stolz drauf, den selbst gesägt zu haben. Wir nehmen immer eine Nordmanntanne, die muss aber schon ein bisschen größer sein als ich, so zwei Meter. Und nicht zu buschig gewachsen, damit wir sie auch gut schmücken können. Eigentlich sind wir gar nicht so traditionell, aber Weihnachten feiern wir mit allem Drum und Dran. Den Baum holen wir ein paar Tage vor Weihnachten, einen Tag vorher schmücken wir ihn dann alle zusammen mit alten Holzfiguren, Strohsternen, Weihnachtskugeln und einer Lichterkette. Der bleibt dann auch ganz traditionell bis zum 6. Januar stehen. Wenn die Kinder größer sind und irgendwann keine Lust mehr darauf haben, schlage ich unseren Weihnachtsbaum allein mit meiner Frau, ich will das auf jeden Fall weiterhin so machen.“

„Seit die Kinder älter sind,

gibt es bei uns viel, viel weniger Trubel in der Vorweihnachtszeit. Meine Söhne Faris und Elias sind 20 und 19, meine Tochter Khadija ist 16 Jahre alt. Als die drei klein waren, haben wir alle Traditionen mitgemacht: Weihnachtsmarkt, Adventskalender und Kekse backen. Das hat sich inzwischen verändert. Mein Mann und ich gehen gerne noch zusammen zum Weihnachtsmarkt, die Jungs gehen inzwischen mit ihren Kumpels hin. Meine Tochter wünscht sich nun einen Adventskalender mit Schminke. In Ghana wird am 25. Dezember gefeiert, hier feiern wir Weihnachten am 24. Dann kommen die Geschwister meines Mannes zu Besuch und es gibt Rouladen. Das ist der Familientag, an den anderen Tagen können die Kinder etwas mit ihren Freunden unternehmen. In die Kirche gehe ich inzwischen allein. Ich bin evangelisch, mein Mann ist Muslim. Wir feiern Weihnachten und das Zuckerfest zum Abschluss des Ramadan. Unsere Kinder sind mit beiden Religionen groß geworden – sie freuen sich, dass es zweimal Geschenke gibt.“

Familie Awudu, Mümmelmannsberg

Anima Awudu-Denteh in ihrer Kirche in Mümmelmannsberg. Die Christin feiert jedes Jahr mit ihrer Familie Weihnachten

Waltraut Granitzka, Eidelstedt

Das „rote Zimmer“ gehört bei der 91-jährigen Waltraut Granitzka zu Weihnachten einfach dazu. Jahr für Jahr sorgt sie mit ihren liebevoll gebastelten Dekorationen für festliche Stimmung

„Jedes Jahr schmücke ich

mein Esszimmer ganz in Rot. Ende November hole ich die Sachen aus dem Keller. Letztes Jahr hatte ich keine Lust, da hat meine Tochter mir die Sachen raufgeholt und ich habe das Zimmer doch wieder dekoriert. Das mache ich jetzt seit ungefähr 30 Jahren. Am Anfang war es nur ein bisschen was, dann ist es immer mehr geworden, und alles in Rot. Das ist ein richtiges Weihnachtszimmer! Ich habe Kissen und Decken genäht, mache selbst die Adventsgestecke und schmücke das Zimmer mit der Krippe, mit Kerzen, Lichtern und was ich sonst noch so alles habe. Das mache ich allein, nach meiner Nase. Meine Kinder freuen sich jedes Jahr auf das Weihnachtszimmer, sie haben es ‚rotes Zimmer‘ getauft und wollen immer, dass ich das bis Ostern so lasse. Außerdem backe ich im Dezember bergeweise ‚Nonnenfürzle‘, das ist ein süddeutsches Schmalzgebäck. Heiligabend feiern wir mit der ganzen Familie bei meiner Tochter. Dann gibt es Gans, Rotkohl und Knödel. Große Geschenke gibt es nicht, dafür machen wir nach dem Essen ‚Julklapp‘. Das ist immer sehr lustig.“

fit im Sitzen

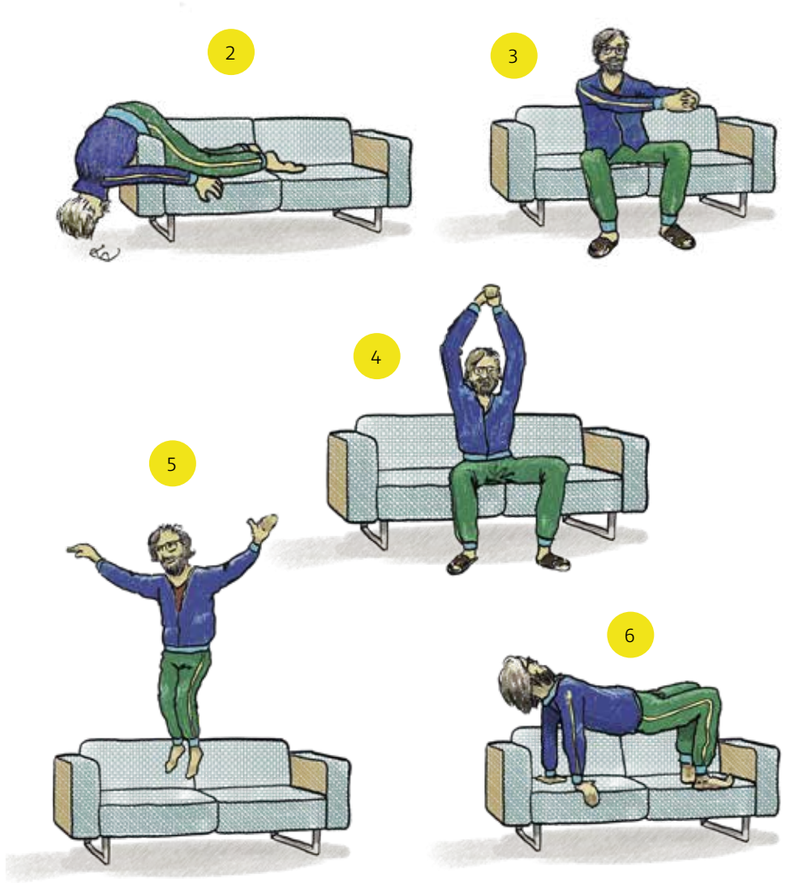
Der Tag war lang, draußen wird es schon dunkel – und eigentlich ist mal wieder dringend Sport angesagt. Wenn nur das Sofa nicht so verdammt laut rufen würde. Und nun? Kein Problem. Folgen Sie dem Ruf, und nutzen Sie die weichen Polster einfach für ein entspanntes Work-out. Der „Sofasportverein zu Berlin e.V.“ hat uns netterweise einige seiner Übungen zur Verfügung gestellt.

TEXT
BRITTA GAYK

ILLUSTRATION
VOLKER WINTER

1 DER SITZER

Lassen Sie es langsam angehen und setzen Sie sich erst mal ordentlich hin. Denn selbst im Sitzen verbrennt der Körper Kalorien. Außerdem umgehen Sie so die Gefahr ruckartiger Bewegungen – die sind gar nicht gut für den Rücken.



2 DAS ABHÄNGEN

Klingt viel leichter, als es ist. Denken Sie sich eine möglichst spektakuläre Position aus, die reichlich Körperspannung erfordert, und bleiben Sie möglichst lange in dieser Haltung. Eine Übung, die sich wunderbar als Challenge unter Freunden eignet.

3 DIE VORHALTE

Jetzt wird es anstrengender. Spannen Sie den Bauch an und strecken Sie Ihre Arme nach vorn – am besten mit einem Getränk in den Händen. So lange halten, wie es geht oder bis Sie der Durst übermannt.

4 DER BAMBUS

Zum Verschnaufen und gut für die Rumpfmuskulatur: Setzen Sie sich wieder hin und bewegen Sie Ihren Oberkörper mit nach oben gestreckten Armen sachte hin und her, vor und zurück – wie der Bambus im Wind.

5 DAS SOFASPRINGEN

Nun geht es richtig zur Sache. Hüpfen Sie herum, bis Ihnen wahlweise die Luft oder Lust ausgeht. Aber Achtung: Überprüfen Sie dafür vorab unbedingt die Stabilität Ihres Sofas!

6 DIE BRÜCKE

Die altbekannte Brücke können Sie ohne Probleme auch auf dem Sofa ausführen. Sie wollen es richtig wissen? Dann beschweren Sie Ihren Bauch und/oder Ihre Brust zusätzlich mit Gewichten. Schwere Bücher tun es natürlich auch.

TORBEN BERTRAM
ist echter Experte, wenn es um das Thema Sofasport geht. Gemeinsam mit Mitstreitern hat er im letzten Jahr den ersten deutschen „Sofasportverein zu Berlin e.V.“ gegründet – um, wie er sagt, „die bedeutsame Rolle des Sofas im Leben der Menschen freudvoll zu betonen“. Die Mitglieder treffen sich regelmäßig in Kneipen, um zusammen zu trainieren. Im nächsten Jahr wird es auch Turniere mit Mitgliedern aus ganz Deutschland geben und für 2024 ist sogar eine Europameisterschaft geplant!

Herr Bertram, Sofasport ist Ihnen ein ernstes Anliegen – warum?
Ich sehe Sofasport als Gegenpol zu einer immer hektischeren Welt mit einem unbändigen Selbstoptimierungsdrang. Tugenden wie Ruhe und Gelassenheit werden selten. Das wollen unsere Mitglieder ändern. Wir genießen einen bewussten Umgang mit unserem Körper und gehen beim Sport trotzdem nicht über die Leistungsgrenze.

Was sagen eigentlich die anderen Kneipengäste, wenn Sie gemeinschaftlich auf dem Sofa turnen?
Natürlich gucken manche Menschen sehr befremdet. Es ist ja auch unüblich, so auf dem Sofa an einem öffentlichen Ort zu sitzen. Aber tatsächlich gibt es anschließend oft nette Gespräche mit anderen Gästen. Negative Äußerungen haben wir jedenfalls bislang noch nie gehört.

Haben Sie eine Lieblingsübung?
Den Bambus! Mit hochgestreckten Armen hin- und herzuschwingen – da fühlt man den ganzen Körper und bemerkt erst sein Verhältnis zum Raum. Es ist eine ruhige Übung, aber gleichwohl sehr schön.
www.sofasportverein.de

SELBSTMACHEN

gutes Brot genießen

Frisches Brot, mit weicher Krume und knuspriger, dunkler Kruste, das seinen himmlischen Duft in der ganzen Wohnung verströmt – was für ein Genuss. Brot ist eines der ältesten Lebensmittel und hat eine lange Tradition.

Ob Weizen- oder Vollkornbrot, Hefe- oder Sauerteig, mit Körnern, fluffig gebacken oder rustikal: Qualitativ hochwertige Backwaren und ursprüngliches Bäckerhandwerk begeistern Feinschmecker und Stullenliebhaber. Martin Kastner, Inhaber der Bäckerei „Rettungsbrot", stellt in Hamburgs kleinster Bio-Backstube seit 2005 Brote, Gebäck und Kuchen her.

Was macht gutes Brot aus?
Für mich ist gutes Brot immer aus Sauerteig. Sauerteigbrote halten sich länger als andere Sorten und sind einfach aromatischer. Viele kennen den ursprünglichen Brotgeschmack gar nicht mehr – ältere Kunden sagen oft, dass es bei mir wie früher schmeckt. Es sollten keine Farbstoffe, Enzyme oder andere Backmittel zugesetzt werden.
Welche Brote sind gesund, was können Sie empfehlen?
Es herrscht das Vorurteil, Weizen sei ungesund. Das stimmt überhaupt nicht, da tut man dem Weizen wirklich unrecht. Grundsätzlich ist es besser, Vollkornmehl zu verwenden, da die Nährstoffe in den Schalen der Körner enthalten sind.
Wie sollte Brot gelagert werden, damit es möglichst lange frisch bleibt?
Am besten bewahren Sie Brot in einem Tontopf oder Metallbrotkasten auf. Diese Behälter sollten einmal pro Woche mit Essigwasser gereinigt werden, um Schimmelbildung vorzubeugen. Sie können Backwaren auch in ein Tuch eingewickelt lagern. Wenn Sie Brot einfrieren, sollten Sie es vorher schneiden und darauf achten, dass möglichst wenig Luft im Gefrierbeutel bleibt.
Immer mehr Menschen backen auch selbst Brot – welche Tipps können Sie Hobbybäckern geben?
Ich empfehle, Vollkornbrot zu backen, egal ob aus Roggen, Weizen oder Dinkel. Im Internet und in Backbüchern gibt es ja inzwischen eine Menge Rezepte und hilfreiche Tipps. Gerade bei Sauerteigbroten gilt: Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es beim ersten Mal nicht klappt.

TEXT JÖRDIS ADEN
FOTO ANDREAS BOCK

SCHON GEWUSST?

Der Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks zählt im Brotregister mehr als 3.200 Sorten. Seit 2014 gehört die deutsche Brotkultur sogar zum Immateriellen Kulturerbe der UNESCO.

AUF DEN GESCHMACK GEKOMMEN?

Selbst Brot zu backen, das braucht vor allem etwas Zeit und Muße – genau die richtige Beschäftigung für einen kalten, grauen Wintertag. Für Sauerteigbrot benötigen Sie eine Starterkultur als Triebmittel. Diese können Sie beispielsweise im Bioladen kaufen.

Martin Kastner verrät sein Rezept für ein köstliches und gesundes Mischbrot:
Für den Sauerteig 290 g Roggenvollkornmehl mit 290 ml warmem Wasser und der Starterkultur vermischen. Geben Sie ein Tuch oder eine Plastikfolie darüber und lassen Sie ihn an einem warmen Platz, zum Beispiel auf der Heizung, mindestens 12 Stunden stehen. Auf dem Gemisch sollten nun Blasen entstanden sein. 350 g Weizenvollkornmehl, etwas Wasser und 13 g Salz dazugeben und mit den Knethaken des Mixers zu einem festen Teig verarbeiten. Geben Sie ihn nun in eine eingefettete Kastenform und lassen Sie ihn abgedeckt mindestens eine Stunde an einem warmen Ort gehen. Backen Sie das Brot bei zunächst 250 Grad, stellen Sie dabei eine Tasse Wasser mit in den Ofen. Nach zehn Minuten auf 200 Grad reduzieren und noch ungefähr 50 Minuten weiterbacken. Die Backzeit variiert je nach Backofen. Tipp: Körner oder Nüsse können nach Lust und Laune ergänzt werden.

Bäckerei Rettungsbrot
Klaus-Groth-Straße 40
20535 Hamburg

WEIHNACHTSBÄCKEREI

knusper, knusper, knäuschen …

Es ist Advent und wir machen es uns voller Vorfreude mit Plätzchen und heißer Schokolade gemütlich. Zeit, um die Küche in eine Weihnachtsbäckerei zu verwandeln! Diese süßen Hexenhäuschen sind ganz einfach zu machen und ein Spaß für Groß und Klein.

Zuerst rührt ihr mit Puderzucker und etwas Zitronensaft den Zuckerguss an. Gebt einen Klecks Zuckerguss auf einen Keks und setzt einen Dominostein darauf. Als Nächstes baut ihr das Dach: Gebt auf die beiden kurzen Seiten von zwei weiteren Keksen Zuckerguss und klebt sie auf den ersten Keks.
Das Haus steht schon mal, jetzt kommt der beste Teil: das Dekorieren.
Mit dem Zuckerguss könnt ihr eine schöne weiße Schneedecke auf euer Haus zaubern. Gießt einfach etwas Guss über das Dach und lasst ihn an den Seiten herunterlaufen.
Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Verziert die Häuschen mit Gummibärchen, Schokolinsen und bunten Streuseln. Naschen erlaubt!

TEXT JÖRDIS ADEN
FOTOS MÜCAHIT ÖZCAKIR

IHR BRAUCHT DAFÜR

BUTTERKEKSE

ZITRONENSAFT UND PUDERZUCKER FÜR ZUCKERGUSS

DOMINOSTEINE

DEKORATION

TIPP

Die Hexenhäuschen sind auch ein schönes Nikolausgeschenk für Familie und Freunde

Foto: Hälssen & Lyon/©Martin Zitzlaff

TEESTADT HAMBURG

und was ist mit Tee?

TEXT JOHANNA KÜTHER

Foto: Hälssen & Lyon/©Martin Zitzlaff

INTERVIEW

Christian Jürgs, Produktmanager und Senior-Einkäufer bei Hälssen & Lyon GmbH, einer der größten Teehandelsgesellschaften in der Hamburger Speicherstadt.

TEESTADT HAMBURG: WAS BEDEUTET DAS FÜR SIE UND IHR UNTERNEHMEN?
Hamburg ist – vielleicht für viele unbemerkt – der wichtigste Umschlagplatz für Tee in Europa. Im letzten Jahr wurden 53.544 Tonnen Tee (Quelle: Deutscher Teeverband) nach Deutschland importiert. Fast die Hälfte davon macht Zwischenstation in Hamburg und geht wieder in die internationalen Märkte, nachdem er hier veredelt und weiterverarbeitet wurde. Denn hier in Hamburg sitzen die Experten, verschiedene Teeunternehmen, die eine sehr lange Tradition im Teebusiness haben. Hälssen & Lyon gehört seit 1879 dazu und ist heute der älteste ansässige Mieter in der Hamburger Speicherstadt. Wir sind rein auf Geschäftskunden ausgerichtet und deshalb bei Privatpersonen weniger bekannt.

WIE HAT SICH DAS TEEGESCHÄFT IN DEN LETZTEN JAHREN VERÄNDERT?
Klassische grüne und schwarze Tees und Teespezialitäten bleiben ein Highlight, ebenso Kräuter- oder Früchteinfusionen, die insbesondere in Deutschland sehr beliebt sind. Tee hat eine unendliche Vielfalt zu bieten, von den vielen verschiedenen Ursprüngen in aller Welt bis zu aromatisierten Sorten und bunten Mischungen mit ausgefallenen Zutaten. Und Tee ist noch mehr. Er entwickelt sich permanent weiter. Teeunternehmen wie Hälssen & Lyon bieten Tee in jeder denkbaren Form an, dazu gehören längst auch Tee-Extrakte für die Getränke- oder Kosmetikindustrie, neuere Darreichungsformen wie Tee-Pulvermischungen oder frisch gebrühter, abgefüllter Tee in Flaschen und vieles mehr.

WOHIN GEHT DER TREND BEIM TEEGESCHÄFT?
Die deutschen Teetrinker haben ein Faible für sehr hochwertige Tees sowie Kräuter- und Früchtemischungen. Da sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt, von Zutaten wie Superfoods bis zu Tee-Latte-Getränken ist alles möglich. Wir sind in vielen internationalen Märkten unterwegs und neben den großen, anhaltenden Trends wie Wellness und Premium ist vor allem die Neugier der Konsumenten auf Neues zu spüren.

Rund 80 Liter Tee trinkt jeder Deutsche im Durchschnitt pro Jahr. Damit liegen wir weit hinter den Briten (201 Liter), die allgemein als Teenation gelten. Die Weltmeister im Teetrinken wohnen jedoch gleich bei uns um die Ecke. In Ostfriesland werden durchschnittlich 300 Liter Tee pro Kopf und Jahr getrunken.

Die ostfriesische „Teetied“ hat inzwischen sogar den Titel „Immaterielles UNESCO-Kulturerbe“ verliehen bekommen. Doch auch Hamburg ist Teestadt und das verdanken wir vor allem dem Hamburger Hafen. Hier werden rund 60 Prozent des europaweit gehandelten Tees abgewickelt.

Foto: Johanna Küther

TEE MISCHEN

Keine Lust auf den Standard-Teebeutel? Viele Hamburger stellen sich ihren Tee inzwischen lieber selbst zusammen und sind damit im Kräuterhaus gut aufgehoben. Mehr als 250 verschiedene Kräuter lassen sich hier einzeln abfüllen. Wer noch gar nicht genau weiß, wonach er sucht, oder Fragen zu Wirkstoffen hat, kann sich darüber hinaus von den geschulten Mitarbeitern beraten lassen. Mehr Informationen unter:
www.kraeuterhaus.net

TEE PROBIEREN

Von der klassischen Weinprobe hat fast jeder schon einmal gehört, viele wissen jedoch nicht: Auch Tee lässt sich prima verkosten. Beispielsweise bei und mit Teataster Henning Schmidt. Mit seinen mehr als 20 Jahren Erfahrung als Tee-Einkäufer bringt der Inhaber des Teespeichers mit Filialen in Bramfeld und Volksdorf Teeliebhabern – aber auch Teeskeptikern – das warme Getränk näher. Je nach Art der Verkostung dampfen dann ausschließlich Grün- und Oolong-Tees oder aber eine breite Teevielfalt in den Tassen. Dazu gibt es Tipps zur Zubereitung und es wird verraten, warum Stövchen – zumindest für Schwarztees – ein Tabu sind. Mehr Informationen und alle Termine unter: **www.teespeicher.de**

WIR gemeinsam verlost 3 x 2 Karten für eine Teeverkostung

Foto: Egmond Tenten

Foto: Kyokai

TEE ERLEBEN

Einmal im Monat geht eine Reise im Museum für Kunst und Gewerbe nach Japan. Dort tauchen Besucher in der Urasenke Teeschule in die Welt der japanischen Teezeremonie ein. Im eigens dafür vorgesehenen Teeraum Shōseian (übersetzt: „Hütte der reinen Kiefer“) bekommen sie einen Einblick in das traditionsreiche Prozedere, das seinen Ursprung bereits im 15. Jahrhundert hat. Im Anschluss an die Vorführung darf selbst probiert werden: Jeder Gast erhält eine Schale mit grünem Tee sowie eine japanische Süßigkeit.
Mehr Informationen unter: **www.urasenke-hamburg.de**

Stricken im Winter

TEXT ANDREA GUTHAUS

Foto: Nynne Schroder

MASCHE FÜR MASCHE: Stricken entschleunigt das Gedankenkarussell, denn mit ein wenig Übung gleiten Nadeln und Garn wie von selbst. Und ganz nebenbei entstehen wunderschöne Einzelstücke – vom Zopfpulli über die Kaschmirmütze bis hin zu kuschligen Babysocken. Und das ist doch genau das, was wir im kalten Hamburger Winter brauchen, oder?
ALSO: RAN AN DIE NADELN, FERTIG, LOS!

HAMBURGER WOLLFABRIK

Zwei Fäden Merino in Hellgrau, ein Faden Baumwolle in Anthrazit und drei Fäden Angora in Pink: Wer sich seine Wolle individuell zusammenstellen will, macht einen Abstecher zur Hamburger Wollfabrik in Rothenburgsort. Hier türmen sich zahlreiche Garne in unzähligen Farben – jeweils einfädig. Eine Spulmaschine wickelt die Wunschkombination in der benötigten Länge auf eine Spule. So spart man sich auch das lästige Verbinden, wenn ein Knäuel aufgebraucht ist. Übrigens: Mit den passenden Nadeln kennen sich die Mitarbeiter in der Wollfabrik ebenfalls bestens aus.
www.hamburger-wollfabrik.de

STRICKTREFFS AN JEDER ECKE

Ob Elternschule, Kirchengemeinde, Stadtteiltreff, Bürgerhaus, Kulturladen oder Bücherhalle – in ganz Hamburg gibts Stricktreffs, wo sich Ungeübte jede Menge Profitipps holen können. Klönschnack, Kaffee und Kekse inklusive. Wo bei Ihnen um die Ecke die Nadeln klackern – das finden Sie heraus auf dem Portal Hamburg aktiv unter: **www.hamburg-aktiv.info**

STRICKEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Für ein warmes Hamburg sorgen die Wooligans. Die Initiative trifft sich jeden dritten Sonntag im Monat und strickt für Obdachlose Mützen, Socken, Handschuhe oder Schals. Auch Anfänger und Wollspenden sind willkommen. Die nächsten Termine gibts online:
www.wooligans.net

AUCH MÄNNER STRICKEN

Wer glaubt, mit Stricken haben nur Frauen etwas am Hut, irrt gewaltig. Früher haben sogar Soldaten ihren Sold mit Stricken aufgebessert – festgehalten zum Beispiel vom Maler Carl Spitzweg. Diese und noch viel mehr Geschichten rund um Garn und Nadeln hat Ebba D. Drolshagen festgehalten in ihrem Buch „Zwei rechts, zwei links. Geschichten vom Stricken“. Erschienen im Suhrkamp Verlag.

WIR gemeinsam
verlost 2 x 1 Exemplar

im Trend

handgefärbte Garne, umweltschonende Wolle

MANJA VOGELSANG strickt seit ihrem neunten Lebensjahr und wird nervös, wenn sie ihr Strickzeug nicht dabeihat. Nachschub gibt es in ihrem Wollgeschäft „Maschenwunder“, Bramfelder Chaussee 235

Foto: unsplash

Was sind die aktuellen Trends beim Stricken?
Ich glaube, das ist in den einzelnen Geschäften sehr unterschiedlich. Bei mir fragen gerade immer mehr Leute nach handgefärbten Garnen. Diese Wolle hat viel mehr Leuchtkraft als Industriegarne. Jeder Strang wird von Hand einzeln gefärbt. Das ist so, als würde man ein Aquarell mit einem Druck von einem Aquarell vergleichen. Oft verwenden die Färber ökologische Farben und sie achten auf tierfreundlich produzierte Wolle.

Sie machen auch Strick-Hafenrundfahrten. Was verbirgt sich dahinter?
Die Rundfahrten finden drei-, viermal im Jahr statt, immer sonntags. Dann schippern wir mit der Barkasse durch den Hafen, klönen und stricken. Das macht richtig Spaß. Für die letzte Rundfahrt habe ich mir Wolle färben lassen in den Farben Möwenschiss, Barkasse Alex und Elbwasser-Ölgemisch. Und genauso wie die Farben heißen, sehen die auch aus. Der Möwenschiss zum Beispiel ist ein schmutziges Grau-Weiß-Grün.

Haben Sie Tipps, wo man sich Anregungen holen kann?
Besonders für Leute, die mit handgesponnenen Garnen arbeiten, eignet sich die Online-Community **ravelry.com.** *Da gibt es jede Menge Anleitungen und Fotos, man kann sich auch in Gruppen verbinden. Auch andere soziale Netzwerke wie Instagram, Pinterest und Facebook liefern Inspiration. Am Kiosk gibt es inzwischen eine große Bandbreite an reinen Strickzeitschriften und auch die klassischen Frauenmagazine haben mindestens einmal im Jahr eine Strecke mit Handgestricktem. Und dann empfehle ich Stricktreffs, gerade wenn man neu in der Stadt ist. Die Leute sind so freundlich und aufgeschlossen, man hat sofort ein gemeinsames Thema. Das macht es ganz leicht, neue Menschen kennenzulernen.*

Kommen denn auch Männer zu Ihnen in den Laden?
Das ist schon sehr überschaubar: Auf 50 Kundinnen kommt etwa ein Mann. Ich kenne aber einige Männer, die richtig tolle Sachen machen. Deshalb: nur Mut!

Manja Vogelsang hat
ihre Leidenschaft
zum Beruf gemacht

Foto: Lang

ENGAGEMENT

Zeit spenden

Die Hilfsbereitschaft der Hamburger ist groß. Und gerade zu Weihnachten oder zum Jahreswechsel überlegen viele Menschen, ob sie mehr machen können, als Geld zu spenden. Ja, Zeit schenken.

Grafik: icons8.team

Darüber freuen sich viele soziale Organisationen in unserer Stadt. Auch, wer sich nicht langfristig engagieren kann oder will, ist willkommen. Beispielsweise als Spendensammler bei der Bahnhofsmission. Deren Leiter, Axel Mangat, freut sich über jeden, der dafür eine Stunde seiner Zeit abgibt. Sie erreichen ihn per E-Mail unter: **mangat@bahnhofsmission.de**

FÜR KINDER

ADVENT AN BORD

Es ist wieder Zeit für die beliebte Hängemattenlesung auf der „Cap San Diego“. An vier Wochenenden vor Weihnachten heißt es für Kinder ab acht: Daunenjacke an, Mütze auf und ab auf das Museumsschiff neben den Landungsbrücken. An Bord, in der ungeheizten Luke 1, warten die Hängematten, heißer Kakao und eine Abenteuergeschichte von Christian Tielmann. In diesem Jahr lesen die Schauspieler Miriam Hensel und Detlef Tams abwechselnd den Krimi für Kinder „Kommissar Niklas und die Schlittenschieberbande“ vor.
Alle Termine und Informationen unter: www.capsandiego.de

LEBENSMITTEL

ESSEN RETTEN

Rund ein Drittel aller Lebensmittel werden vernichtet. Vieles von Supermärkten, weil das Haltbarkeitsdatum abgelaufen ist und die Produkte deshalb nicht mehr verkauft werden dürfen. Das bedeutet aber nicht, dass diese Zutaten schlecht geworden sind. Im VISTRO kommt Essen aus geretteten Lebensmitteln als MittagsMahlAnders auf den Tisch. Super- und Wochenmärkte aus der Umgebung spenden die unverkäuflichen Lebensmittel. Was die Köchin daraus zaubert, ist stets eine Überraschung, den Preis bestimmt der Gast selbst.

Den Mittagstisch der Essensretter gibt es dienstags bis donnerstags von 12 bis 14 Uhr im VISTRO (im Brakula), Bramfelder Chaussee 265c

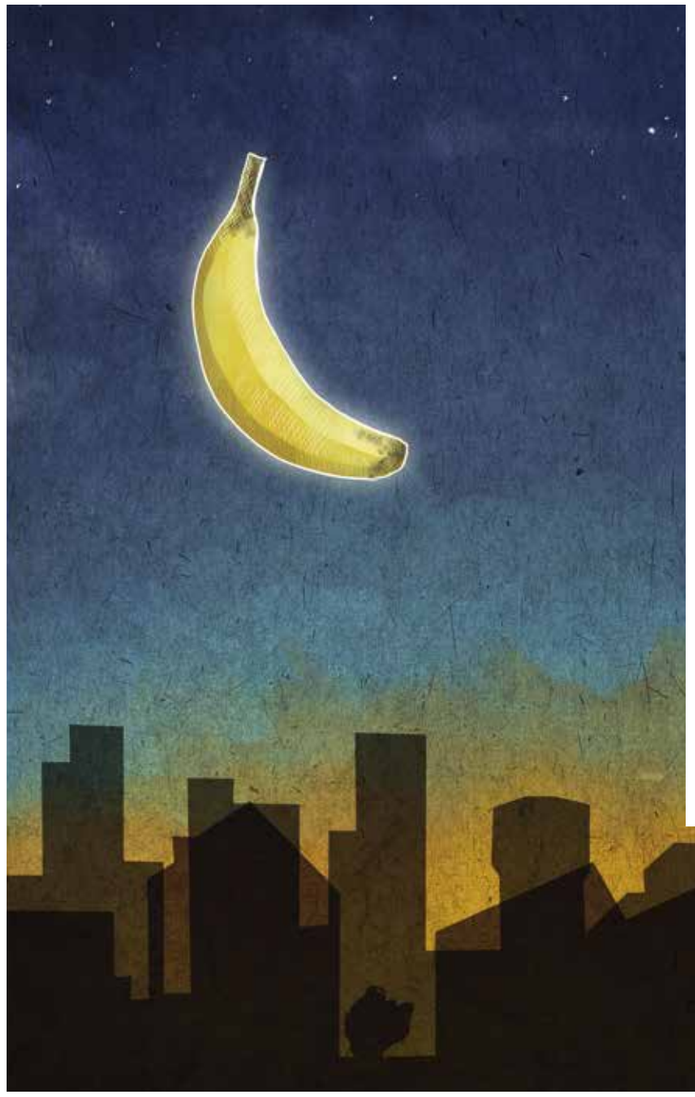


Foto: Theater Randfigur

KINDERTHEATER

MEHR ADVENT

Die Olchis feiern Weihnachtenmuffel-Furz-Teufel. Was das ist? Aufklärung bietet das Weihnachtsmärchen im Kultur Palast Hamburg in Billstedt. Nicht nur auf den großen Bühnen geht es in der Vorweihnachtszeit besinnlich oder schräg zu. Viele kleine Theater wie das monsun in Ottensen oder das Zeppelin in Hoheluft bieten klassische und skurrile Weihnachtsmärchen für Kinder. Eine Übersicht finden Sie unter: **www.hamburg.de/theater**

FÜR FRÜHAUFSTEHER

400 Händler, die Obst, Gemüse, Blumen und Gewürze anbieten – das ist im Großmarkt zu entdecken. Mitten in der Nacht herrscht emsiges Treiben, wenn Betreiber von Restaurants, Wochenmarktständen oder Einzelhandelsgeschäften dort ihre Waren kaufen. Ab 6 Uhr wird es etwas ruhiger und zu dieser Zeit starten die Führungen, die der Großmarkt seit März anbietet. Diese Frühaufsteher-Termine sind begehrt und lange im Voraus ausgebucht (siehe Seite 24). Besucher erfahren, wie sich Kräuter besser lagern lassen oder woher der Safran kommt. Zum Abschied gibt es für jeden eine Großmarkttasche mit frischem Obst und kleinen Andenken. Mehr Informationen und freie Termine unter: **www.grossmarkt-hamburg.de**

DAS WIR-GEMEINSAM-RÄTSEL

welcher Adventsschmuck wurde in Hamburg erfunden?

1.

2.

3.

4.

1. Räuchermännchen

2. Holzstern

3. Adventskranz

4. Schneekugel

Schreiben Sie die Lösung auf eine Postkarte oder schicken Sie sie per E-Mail **(Absender nicht vergessen)** an die WIR gemeinsam. **Einsendeschluss ist der 03.01.2019.** 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. Die Daten der Einsender werden nicht an Dritte weitergegeben und ausschließlich zur Gewinner-Ermittlung gespeichert.

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

E-Mail-Adresse:
wirgemeinsam@saga.hamburg

1. PREIS

mitreißend

Mit SHOWTIME, der diesjährigen Produktion von HOLIDAY ON ICE, feiern die Macher ihre 75-jährige Erfolgsstory. Eine emotionsgeladene Geschichte und opulente Szenen erzählen vom Entstehen einer erfolgreichen Show mit allen Höhen und Tiefen. Das Publikum erlebt große Auftritte, das unbändige Streben nach Perfektion – und eine mitreißende Liebesgeschichte. Die besten Eiskunstläufer der Welt, farbenprächtige Bühnenbilder und extravagante Kostüme versprechen ein unvergessliches Showerlebnis.
Weitere Informationen unter: **www.holidayonice.de**
WIR gemeinsam verlost 1 x 2 Karten für die Vorstellung am Sonnabend, **9. Februar 2019 um 13 Uhr in der Barclaycard Arena.**

2. PREIS

verblüffend

Nichts ist so, wie es scheint. Im umgedrehten Zimmer kleben die Besucher offenbar an der Decke. Oder? Im Ames-Raum schrumpfen oder wachsen die Menschen. Oder? Ein Kopf wird auf einem Tisch serviert. Oder? Im neuen „MUSEUM DER ILLUSIONEN“ werden die Sinne getäuscht und hinters Licht geführt. Neben den vielen Wow- und Aha-Effekten lernen große und kleine Gäste viel über die menschlichen Hirnfunktionen. Mehr Informationen unter:
hamburg.museumderillusionen.de
WIR gemeinsam verlost 2 x 2 Karten.

3. PREIS

geöffnet

Die zweistündigen Touren durch den Hamburger Großmarkt (siehe Seite 22–23) sind heiß begehrt und auf Monate im Voraus ausgebucht.
WIR gemeinsam verlost 3 x 2 Karten für Freitag, 15. März 2019 um 6 Uhr.

Die Lösung des letzten Rätsels ist: Angela Merkel. Wir gratulieren!