

Der Wandsbeker Botte

Wandsbek

informativ



»Sigmund Freuds heimlicher Besuch« ab S. 10

7

Juli
2021
36. Jahrg.

Monatszeitschrift für Wandsbek · Eilbek · Marienthal · Farmsen-Berne · Tonndorf · Jenfeld und Rahlstedt
Bürgerverein Wandsbek v. 1848 e.V. · Böhmestr. 20 · 22041 HH · Tel. 68 47 86 · kontakt@buergerverein-wandsbek.de



»Hähnchenroulade«

Winnis Kochkolumne Leckere Rezepte zum Nachkochen



Zugegeben ... ich habe längere Zeit keinen Sport gemacht. Die Pandemie lieferte mir ja prächtig Ausreden. Die dadurch gewonnene Zeit wurde mit kochen und lesen kompensiert. Umso erfreuter las ich medizinische Studien, die untermauerten, dass

es in Ländern mit mediterraner Ernährung viel weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck und Übergewicht sowie eine höhere Lebenserwartung gibt. Auch Gefäßkrankungen, Diabetes und Schlaganfälle sind seltener. Gründe genug, sich der mediterranen Küche zu nähern. Nach kurzer Rücksprache mit meinen geladenen Gästen (die gibt es seit kurzem tatsächlich wieder) fiel die Wahl auf Hähnchenrouladen mediterran.

Zutaten für 4 Personen

4 Hühnerbrüste, gern von ehemals glücklichen Bio-Hühnern
4 Scheiben Schinkenspeck
getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt

150 g Frischkäse
Aceto Balsamico (etwas teurer, aber geschmacklich unübertrefflich)
Salz, Pfeffer, Knoblauch
Frische italienische Kräuter (Oregano, Basilikum, Thymian, Salbei, Rosmarin)
Tomaten, Oliven, Zucchini

Zubereitung

Die Hühnerbrüste der Länge nach in 2 Scheiben schneiden und zwischen 2 Klarsichtfolien flach klopfen. Den Schinkenspeck einmal quer halbieren und die Fleischscheiben damit belegen. Für die Farce (Soße zum Füllen, heißt tatsächlich so) den Frischkäse, die klein geschnittenen Tomaten, den Balsamico und die Gewürze nebst Kräutern verrühren und abschmecken. Die zugegebene Kräuterauswahl bleibt den eigenen Vorlieben überlassen. Anschließend die Fleischscheiben damit bestreichen, dabei den oberen Rand auslassen, damit nichts raus quillt. Danach die Rouladen aufwickeln und mit Zahnstochern verschließen oder mit Garn umwickeln. Ofen auf ca. 180°C vorheizen (Umluft). Öl in der Pfanne erhitzen und die Rouladen kurz anbraten, damit sich die Poren schließen. Danach die Rouladen noch für ca. 12 Min. im Ofen durchziehen lassen, bis sie gar, aber noch saftig sind.

Die Dauer ist ein wenig Erfahrungssache und hängt entscheidend vom Herd und von der Dicke der Hähnchenscheiben ab, also am besten vorsichtshalber eine Roulade anschneiden. Je nach Geschmack können in die Auflaufform noch Zucchini, Tomaten und Oliven zugegeben werden.



Dazu kann gern frisches Ciabatta nebst einem gekühltem Pinot Grigio gereicht werden. Und dann war da noch das Zitat von Christian Dior: „Essen ist eine höchst ungerechte Sache: Jeder Bissen bleibt höchstens zwei Minuten im Mund, zwei Stunden im Magen, aber drei Monate an den Hüften.“

Guten Appetit wünscht
Winfried Mangelsdorff



EM-IMMOBILIEN

**Ihr Verkauf und Ihre Vermietung
in kompetenten Händen bei Evelyn Meister**
Fachwirtin für die Grundstücks- und Wohnungswirtschaft

Hüllenkamp 44 · 22149 Hamburg · Tel.: 650 55 410
Mobil: 0171-186 185 8 · Fax: 040 - 650 55 420
em-immobilien@alice-dsl.net · www.EM-Immobilien.de



**Grundeigentümer
Verein**

Wandsbek

von 1891

**Kostenlose Beratung für Mitglieder
im Glockengießerwall 19, VI. Stock (beim Hbf)
oder telefonisch Mo bis Fr 14 bis 16 Uhr**

Heher
...mehr als eine Schlosserei!

HEHER BAUSCHLOSSEREI METALLBAU GMBH
Oldenfelder Bogen 13 · 22143 Hamburg · Gewerbegebiet Höltingbaum
Telefon (040) 66 23 45 · Fax (040) 668 29 49 · www.heher.de

- FAMILIENTRADITION SEIT 1887 -



AB EIN BUCH

EIN PRODUKT DER ATELIER REINARTZ GMBH

Biographien für jeden ...

Sie möchten Ihrer Familie, Ihren Kindern und Ihren Enkeln Ihr bewegtes Leben hinterlassen, schön gebunden als Hardcover oder als Paperback ...

Das und noch viel mehr ist möglich: Vom Text über die Gestaltung bis zum Druck von einem Exemplar bis zur Großauflage geben wir Ihrem Inhalt den angemessenen Rahmen.


ATELIER REINARTZ
Beratung · Grafik-Design · Realisation

Schatzmeisterstr. 26 · 22043 Hamburg-Marienthal
Telefon (040) 44 88 22 · Fax (040) 44 57 57
info@atelier-reinartz.de · www.ab-ein-buch.de

Zum Titelbild

Dieses Ehrenmal mit seinem ca. 4 m hohen Obelisken (Fotos: Hans Martin Reinartz) stand bis 2009 am nord-westlichen Zugangsbereich der Sportanlage an der Oktaviostraße des SC Concordia von 1907. Eingeweiht wurde es am 3.5.1957 zum 50. Jubiläum des Sportvereins. Zur Erinnerung an die verstorbenen Vereinsmitglieder fanden dort am Totensonntag oder Volkstrauertag jährliche Gedenkfeiern statt.

Heute steht das Ehrenmal am Rand des Wandsbeker Gehölzes, die Sportanlage wurde 2009 aus Kostengründen aufgegeben. Nach einer Zwischennutzung als Flüchtlingsunterkunft wurden an der Oktaviostraße Nr. 96 bis 102 acht Wohnhäuser gebaut, der hintere Teil der Sportanlage mit dem Ehrenmal sollte als Ausgleichsfläche aufgeforstet werden. Das ist bis heute nicht erfolgt!



WARNHOLZ Immobilien GmbH



Wir suchen laufend

Grundstücke, Häuser und Wohnungen zum Verkauf und zur Vermietung.

Solide und diskrete Abwicklung, fachliche Beratung!

Treptower Straße 143

Tel.: 040/228 67 47-0 • Fax: 040/228 67 47-80

E-Mail: post@warnholz-immobilien.de

www.warnholz-immobilien.de

WERNER KÜRSTEN

seit 1948
Kartonagen und Verpackungsmittel

Zum nächstmöglichen Termin
suchen wir für nachmittags einen



Lagerhelfer (m/w/d)

auf 450-Euro-Basis

Gerne auch rüstige Rentner!

Walddörferstr. 376 b • 22047 Hamburg-Tonndorf

Tel.: 040-66 77 30 • www.werner-kuersten.de



Bürgerverein Wandsbek von 1848

zusammen mit Heimating Tonndorf von 1964 und
Eilbeker Bürgerverein von 1875

Wandsbek informativ 'Der Wandsbecker Bothe', vormals 'Der Wandsbeker'

Berichts- und Vertriebsgebiet Wandsbek informativ

- ① Wandsbek
mit Hinschenfelde
- ② Eilbek
- ③ Marienthal
- ④ Farmsen-Berne
- ⑤ Tonndorf
- ⑥ Jenfeld
- ⑦ Rahlstedt
mit Hohenhorst



Herausgeber: Bürgerverein Wandsbek von 1848 e.V. · Böhmestraße 20
22041 Hamburg (Wandsbek) · Auflage 8.000 Exemplare

Redaktion: Winfried Mangelsdorff · E-Mail: WI-Mangelsdorff@gmx.de
Thorsten Richter · E-Mail: Wandsbek-informativ@t-online.de

Anzeigen: Rüdiger Kleinowski und Thorsten Richter
E-Mail: kleinowski-wandsbek-informativ@t-online.de
E-Mail: Wandsbek-informativ@t-online.de
Redaktionsschluss am 10., Anzeigenschluss am 15. des Vormonats

© 2021 Combi-Druck Thorsten Richter e.K. ISSN 0931-0452
Heschredder 90 · 22335 Hamburg · Tel.: 50 79 68 10

Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt
die Meinung der Redaktion wieder.

Die aktuelle Ausgabe im Internet unter:

www.buergerverein-wandsbek.de/wandsbek-informativ

Nachdruck, Verwendung und Vervielfältigung in jeder Form, auch
auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers
erlaubt. Wandsbek informativ erscheint zum Monatsersten.
Mitglieder erhalten die Zeitschrift kostenlos.

Interessenten, die Wandsbek informativ monatl. per Post zugestellt

haben möchten, zahlen die Versandkosten von EUR 1,69 + MwSt.
pro Ausgabe.

Produktion: Lehmann Offsetdruck und Verlag GmbH

WUSSTEST DU,
DASS DU MIT UNS
GELD ANLEGEN
UND DABEI DIE
WELT VERBESSERN
KANNST?

Schon ab
25 € pro
Monat!

Jetzt in die Zukunft investieren:
haspa.de/Nachhaltigkeitsfonds

Ihre Haspa Filialen Wandsbek
Schlossstr. 4, Lesserstr. 150
und Strassburger Str. 38



Einkaufszentrum QUARREE

Umfangreiche Modernisierung abgeschlossen

tr - Union Investment, Eigentümerin des Einkaufszentrums QUARREE, investierte ca. 40 Millionen Euro in die Neugestaltung des etablierten Shopping Centers als Basis für den weiteren Erfolg. Verantwortlich für Konzept und Umsetzung war der Betreiber Sonae Sierra, die baulichen Maßnahmen liefen auch während des Corona-Lockdowns weiter.



Die Ausstellungsfläche im Erdgeschoss, viel Licht und transparente Flächen sollen dem QUARREE einen zeitgemäßen Look verleihen. Foto: Sierra Germany GmbH

Begonnen hatten die Baumaßnahmen 2019. Neben einem komplett neuen Themendesign mit harmonischen, naturverbundenen Formen und urbanem Grün gepaart mit viel Licht und transparenten Flächen, setzt das QUARREE auf moderne Services, komfortable Sortimentsbereiche, eine Erweiterung der Angebote und einen neuen Gastronomiebereich. Sieben Neumieter inklusive eines Fitnessstudios zogen seit September ein. Ende Juli/Anfang August kommen zudem zwei Neumieter in den Frischbereich dazu. All dies soll dazu beitragen, den Aufenthalt im Center noch angenehmer und das Einkaufen noch attraktiver zu gestalten.

Die Aufbruchsstimmung, die durch die Umbaumaßnahmen entstanden ist, hat außerdem auch die Bestandsmieter erfasst. Viele Verträge mit wichtigen Mietern wurden verlängert, einige Mieter haben ihre Flächen moderni-

siert, ihr Konzept angepasst oder sind noch im Prozess. Und das CINEMAXX hat im zweiten Corona-Lockdown seinen Mietvertrag vorzeitig um 15 Jahre verlängert und investiert (mit Unterstützung der Eigentümerin Union Investment) in Umbaumaßnahmen.

An advertisement for SALON NIENS. It features a yellow background with a stylized orange flower logo at the top left. The text reads: "SALON NIENS", "Wir verschönern Ihre Haare und Fingernägel ...", and a red banner with white text: "Legen Sie Ihren Kopf in unsere Hände - chic in den Sommer". At the bottom, it provides contact information: "Wandsbeker Marktstr. 146", "Tel. 040/68 59 02 • 22041 Hamburg", and "Internet: www.salon-niens.de".

Seelsorgeangebot »Geh-Spräche«

kw - Viele Menschen leiden unter dem Dauer-Ausnahmezustand in der Corona-Krise. Seelsorgerliche Gespräche sind in diesen unsicheren Zeiten besonders wichtig. Dabei kommt wohl auch eine Verunsicherung über die aktuellen Möglichkeiten zu Gesprächen und Kontakten ins Spiel: „Unterhalten wir uns mit Maske – oder ohne Maske, dafür mit Lüften?“

Draußen, wenn wir im Gehen miteinander sprechen, haben wir dieses Problem nicht. Die Pastoren der Kirchen im Wandsetal haben sich daher entschieden, ein Seelsorgeangebot zu schaffen, das bei einem Spaziergang im Gehen stattfindet.

Pastor Fabian Eusterholz und Pastor Gottfried Lungfiel, die beide Hunde haben und gerne im Eichtalpark spazieren gehen, bieten dort einen Ort für Seelsorge im Freien an. Bei einem gemeinsamen Spaziergang gibt es die Möglichkeit, einander mit einem guten Gefühl und unbefangen zu begegnen und gute Gespräche entstehen zu lassen. Bei Interesse an einem »Geh-Spräch« oder bei konkreten Sorgen: Pastor Fabian Eusterholz (Mobil: 0176 19 51 88 32) dienstags und freitags; Pastor Gottfried Lungfiel (Mobil: 0176 19 51 98 72) donnerstags. Auf Nachfrage ggf. auch andere Tage.

Wei maakt dat wie de Wandsbecker

Uns Vadder kikt ut'n Fenster und secht „dat regnt“! Mama secht „wat makt wei denn?“ Papa secht: „denn maakt wei dat wie de Wandsbecker!“ „Und wie maakt de dat?“ „De laat dat ruhig regn!“

Plattdeutsches Wörterbuch/NDR

Strafen auf Supermarktparkplätzen

Abzocke oder Regulierung?

Der Wegelagerer, dunkel und unauffällig gekleidet, wartete geduldig auf sein nächstes Opfer.

Selbiges sollte nicht lange auf sich warten lassen und kam in Form eines weißen VW Golf nebst eines merklich gestressten Fahrers um die Ecke. Er huschte aus dem Auto, verschwand im Eingang des Ladens und kam nach gefühlten fünf Minuten mit Brötchentüte, Tageszeitung und heißem Kaffee zufrieden zu seinem Gefährt zurück. Das gerade aufgesetzte Lächeln gefror allerdings beim Blick Richtung Windschutzscheibe des Autos ... eine Zahlungsaufforderung mit Überweisungsträger in Höhe von 24,90€! Grund des Vergehens: Der eilige Kunde hatte vergessen, seine Parkscheibe deutlich sichtbar auszulegen.



Versteckt unter Bäumen ist dieses Schild leicht zu übersehen.



Hier an der Wandsbeker Chaussee drohen rigorose Maßnahmen ohne Parkscheibe.

Ort des Geschehens: Ein Rewe-Supermarktparkplatz in Wandsbek. Aber auch die anderen Discounterketten wie Aldi, Edeka oder Lidl haben ihre, wie es so schön heißt, Parkraumüberwachung an Fremdunternehmen ausgelagert. Diese tragen u. a. den Namen Parkcontrol oder süffisan-

Franziska Hoppermann

Ihre Kandidatin für den Deutschen Bundestag im Wahlkreis Wandsbek

franziska-hoppermann.de
info@franziska-hoppermann.de

CDU

Ihr Hamburger Immobilienverwalter
BELLINGRODT IMMOBILIEN GMBH

Elisenstraße 15
22087 Hamburg
Tel. (040) 25 30 780

info@bellingrodt.de www.bellingrodt.de

seit 40 Jahren
Jetzt anfragen!

DIRCK GROTE

Elektroanlagen GmbH & Co. KG

Bullenkoppel 18 · 22047 Hamburg



Tel.: 040/47 64 69

Fax: 040/48 29 33

E-Mail: info@dirckgrote.de

Internet: www.dirckgrote.de

MEINE RECHTSANWÄLTE!



Michael Pommerening

Tätigkeitsschwerpunkt Erbrecht

Dirk Breitenbach

Fachanwalt für Arbeitsrecht

Gunnar Fragel

Familien-, Miet-, Verkehrs- und Vertragsrecht (angestellter RA)

Schloßstraße 6 (Haspa-Haus) · D-22041 Hamburg (Wandsbek)

Telefon (040) 68 11 00 · Telefax (040) 68 72 13

e-mail: office@rae-wandsbek.de · www.rae-wandsbek.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung

MK Reinigung ✂ Nähstübchen

Seit 30 Jahren im Dienste unserer Kunden.
Trotz Corona haben wir von Montag – Samstag

durchgehend geöffnet!

Meral Kacmaz (Schneiderin)

Einkaufszentrum Jenfeld · Rodigallee 293 · 22043 Hamburg

Telefon (040) 654 66 57

Schmunzel-Ecke

Wie nennt man einen kleinen Security-Mitarbeiter?
Das ist ein Sicherheitshalber!

ter weise Fairparken. Letzter wirbt auf seiner Homepage sogar mit dem Slogan »Parkraumbewirtschaftung mit Fingerspitzengefühl«. Wobei bekanntermaßen Gefühle höchst subjektiver Natur sind und dem Betreiber eher das Gefühl voller Kassen und guter Einnahmen vermittelt.

Warum die Parkplatzüberwachung?

Fragt man die Supermarktketten nach ihren Beweggründen erhält man gleichlautende Antworten. So teilte Edeka auf Nachfrage mit: „Wenn Maßnahmen zur Parkplatzregulierung eingesetzt werden, dienen diese der Regulierung des Parkplatzangebotes und der Vermeidung von Fremdparken, da die Parkflächen vorrangig für unsere Kunden zur Verfügung stehen.“ Und Rewe führte weiter aus: „Supermärkte, die Probleme mit Langzeitparken haben, verzeichnen deutliche Umsatzeinbußen. Außerdem muss der Betreiber für die Kundenparkplätze Miete bezahlen, weshalb sie auch den eigenen Kunden vorbehalten sein sollen. Beides Aspekte, die sich von öffentlichem Parkraum unterscheiden und daher eine unterschiedliche Handhabung rechtfertigen.“ Tatsächlich kann der knappe Parkraum dazu verleiten, sich auf einen Supermarktparkplatz zu stellen und die Gebühren für ein Parkhaus zu sparen. Der große Edeka-Parkplatz an der Wandsbeker Chaussee ist ein Paradebeispiel dafür, hier lassen sich die Maßnahmen am ehesten nachvollziehen. Andere Parkplätze an Ausfallstraßen und im Niemandsland von anderen Geschäfte oder Einrichtungen vermitteln schon eher den Eindruck von Wegelagererei, da die Betreiber ihre Gebühren sogar selbst festlegen können. Etwas kundenorientierter und innovativer geht Aldi vor. Am Markt Auf dem Königslande 21 z. B. registrieren in der Bodenfläche der Parkbucht installierte Sensoren ein abgestelltes Fahrzeug. Damit beginnt die Zeiterfassung während der Öffnungszeiten automatisch. Das Auslegen einer Parkscheibe entfällt somit. Erst, wenn die Parkzeit überschritten wird, überprüft ein Servicemitarbeiter das betreffende Fahrzeug und bringt eine Zahlungsaufforderung an der Windschutzscheibe an. Aldi legt Wert drauf, „dass wir Kunden einen schnellen und bequemen Einkauf sowie ausreichend Parkraum bieten. Wir verdienen kein Geld mit der Überwachung und sind nicht prozentual an den erhobenen Vertragsstrafen beteiligt.“

Was können Kunden dagegen unternehmen?

Zunächst natürlich auf Hinweisschilder achten und dann an das Auslegen der Parkscheibe denken. Als weiterer Tipp kann die Aufbewahrung des Kassenbons gelten, um damit ein – mitunter aufwendiges – Einspruchsverfahren zu begründen und damit auf die Kulanz der Parkraumüberwacher zu hoffen. Entsprechende Muster findet man schnell im Internet zum Downloaden. Auch der direkte Gang zum Marktleiter hat einigen Kunden schon geholfen. Rein juristisch kann man sich kaum gegen die Gebühren wehren. Mit dem Abstellen des eigenen Fahrzeuges hat man bereits stillschweigend

einen Vertrag mit dem Betreiber abgeschlossen, den es einzuhalten gilt. Die Überwacher haben nach dem Straßenverkehrsgesetz gegenüber den Behörden sogar einen Rechtsanspruch auf Halterauskunft. Und der Klassiker unter den Ausreden, man sei nicht selbst gefahren, könnte zumindest ein teures Verfahren nach sich ziehen. Erfolg ungewiss.

Wenn dem Supermarktkunden aber wirklich alles nichts hilft und der angestaute Ärger zu groß wird ... die Supermarktdichte und Auswahl ist in Wandsbek nun wirklich üppig. Das Verteilen des Einkaufsbudgets unter den Discountern soll ja auch ein wenig Spaß bringen.

Winfried Mangelsdorff

Keine Beseitigung von Stolperfallen

Nebenflächenprogramm wurde eingestellt

nt - Durch die Haushaltspläne 2021/2022 des rot-grünen Senats werden die Mittel des Bezirkes Wandsbek im Bereich Straßenwesen um 323.000 € gekürzt. Dabei wurde von der CDU aufgedeckt, dass bereits im Jahr 2020 das im bezirklichen Arbeitsprogramm Straßen aufgeführte Nebenflächenprogramm eingestellt wurde. Dieses wurde 2016 durch die Bezirksversammlung beschlossen und sollte zur Beseitigung der zahlreichen Stolperfallen dienen. Der bezirkliche Seniorenbeirat hatte diese zuvor im ganzen Bezirk dokumentiert.



Auf dem Ring 2 zwischen Kattunbleiche und Walddörfer Straße fehlte großflächig das Ziegelpflaster, die Vertiefung war ca. zwei bis drei Zentimeter tief.



Der Fahrradweg in der Rodigallee endete urplötzlich im Grünen. Fotos: Winfried Mangelsdorff

Nach Aussagen der Verwaltung gehen auch heute noch von den Bürgern monatlich rund 1.000 Meldungen von Stolperfallen in Wandsbek ein. Auf Initiative der CDU hat der Wandsbeker Verkehrsausschuss in seiner Sitzung am 27. Mai das Bezirksamt und die Fachbehörde aufgefordert, ein Konzept vorzulegen, wie das Nebenflächenprogramm (Geh- und Radwege) wieder aufgenommen werden kann.

Dazu erklärte Jörn Weiske, stellv. Vorsitzender der CDU-Fraktion und Mitglied im Verkehrsausschuss der Bezirksversammlung: „Stolperfallen sind eine große Gefahr für die Verkehrssicherheit in Wandsbek. Gerade viele ältere und mobilitätseingeschränkte Menschen haben schon mit kleineren Unebenheiten und Gefahrenpunkten zu kämpfen. Als CDU-Fraktion setzen wir uns dafür ein, diese Stolperfallen zu beseitigen und Wandsbeks Geh- und Radwege sicher zu machen. Auch die Bürgerschaft hat vom Senat unlängst gefordert: ‚Hamburg braucht einen Masterplan zur Sanierung von Gehwegen, Radwegen und Straßen.‘ Der Senat hat daraufhin in einer Stellungnahme u.a. geantwortet (Drucksache 20/10333): ‚Der durchschnittliche Straßenzustand darf sich ab 2018 nicht verschlechtern.‘ Genau diese Zusage bricht der rot-grüne Senat jetzt mit seinen bezirklichen Haushaltskürzungen. Das akzeptieren wir als CDU nicht, jetzt muss das Bezirksamt aufzeigen, wie es dennoch alle Stolperfallen beseitigen möchte.“

Eine weitere Blühwiese im Bezirk

pm - Der Ausschuss für Klima, Umwelt und Verbraucherschutz hatte beschlossen, für ein weiteres Natur-Cent-Projekt im Bezirk die Grünfläche an der Schöneberger Straße auszuwählen. Diesem Antrag wurde am 6. Mai von der Bezirksversammlung zugestimmt. Es wird eine 1.400 Quadratmeter große Blühwiese angelegt werden, die dem nassen Untergrund angepasst ist.

Seit 2016 fördert die Umweltbehörde die Pflege von Parks und Naturschutzgebieten mit dem so genannten Naturcent, der einen ökologischen Finanzausgleich für Flächenverbrauch infolge von Bauprojekten schafft. Ziel ist es, trotz des Wachstums der Stadt die Grün- und Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern. Die Gelder werden nicht einfach zugeteilt, sondern nur für konkrete Projekte bewilligt.

In den Jahren 2018 und 2019 wurden bereits an 14 Standorten in den öffentlichen Grünanlagen Wandsbeks Blühwiesen angelegt.

TV-Neuheiten 2021

Große brillante Bilder für kleines Geld

Wir liefern alle Geräte wie TVs, Waschmaschinen, Kühlschränke, Geschirrspüler usw. zum Wunschtermin zu Ihnen nach Hause und installieren alles wie gewohnt in Profi-Qualität zum fairen City-Preis Bitte sprechen Sie uns an !!!

Das ultra-hochauflösende TV-Erlebnis mit UHD / 4K

62 Jahre Radio Kröger

SP: Radio Kröger Sprechen Sie uns an!
ElectronicPartner

Radio Kröger GmbH • 22087 Hamburg
 Landwehr 13 • Tel. 040-250 81 60
 kroeger-hats@gmx.de • www.sp-kroeger.de

Unser Service macht den Unterschied

MANFRED MÜHLE BESTATTUNGEN

Ihr kompetenter Partner im Trauerfall für alle Bestattungsformen.
Erfahren · Preiswert · Zuverlässig
 Hausbesuche auf Wunsch im Großraum Hamburg.
 Vorsorge zu Lebzeiten.

Telefon 040 66 33 34 – Tag und Nacht
 Tonndorfer Hauptstraße 174 a · 22045 Hamburg
 info@muehle-bestattungen.de
www.muehle-bestattungen.de

Podologie Robertson
 Inh. Barbara Robertson

- **Medizinische Fußpflege** auch mit Verordnung bei Diabetikern
- **Orthonyxie-Spangen** bei eingewachsenen Nägeln
- **Orthesen**

Wandsbeker Königstr. 11
 Tel. 68 91 15 52

Bestattungsunternehmen „St. Anschar“
 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**

Bundestagswahl 2021

Aus Wandsbek und für Wandsbek nach Berlin

Am 26. September steht die nächste Bundestagswahl an und für die in Wandsbek vertretenen Parteien steht neben der Vergabe des Kreuzchens für die Parteienpräferenz das Direktmandat im Fokus. Derjenige Bewerber, der die meisten Erststimmen im Wahlkreis auf sich vereint wird künftig Wandsbek im Bundestag vertreten.



*Daniel Alexander Grimm guckte gespannt dem Wahlkampf entgegen.
Foto: Grimm*

„Das demokratische System, zu dem unser Staat sich bekennt, beruht auf der Überzeugung, dass man den Menschen die Wahrheit sagen kann“ postulierte bereits Carl Friedrich von Weizsäcker. Nach diesem Motto sollen bei Wandsbek informativ die Kandidaten der Parteien für das Direktmandat mit ihren Visionen, Meinungen und Ideen vorgestellt werden.

Mit dem Slogan »Alles ist drin für Wandsbek« führt Daniel Alexander Grimm (AG) die Wandsbeker Grünen in den Wahlkampf. Winfried Mangelsdorff fragte für Wandsbek informativ (WI) nach dem Inhalt des Slogans.

AG: Das Motto »Alles ist drin für Wandsbek« orientiert sich an unserem Programm für die Bundestagswahl. Dort haben wir unsere Lösungen für die wichtigsten Zukunftsfragen definiert. Diese gelten für unser Land und natürlich auch für unseren Bezirk. Deshalb ist mit uns – und mit mir – für Wandsbek alles drin.

WI: Finden Sie Wandsbek nicht ausreichend repräsentiert?

AG: Unser Stadtteil wurde durch die SPD-Repräsentanz in Berlin nicht gerade verwöhnt. Ich hingegen möchte unserem Stadtteil eine echte Stimme in der Hauptstadt geben. Durch enge Vernetzung mit den Gremien im Bezirk und der Stadt lässt sich viel mehr bewegen als bisher geschieht.

WI: Betrifft dies nur die klassischen grünen Themen?

AG: Natürlich werde ich mich dafür einsetzen, dass Wandsbek als größter Bezirk seine Klimaschutzziele erreicht. Dafür muss es Rückenwind aus Berlin geben. Darüber hinaus muss dringend mehr für die Stadtteilentwicklung gemacht werden. Auch dafür werde ich um die nötige Unterstützung werben

WI: Woran denken Sie dabei genau?

AG: Ich würde es begrüßen, wenn wir es schaffen, Wandsbek zu einem urbanen Zentrum zu verhelfen. Einem Platz, wo sich die Menschen treffen, etwas erleben oder einfach zusammensitzen und sich wohl fühlen.

WI: Wie möchten Sie das erreichen?

AG: Diesen Platz gibt es ja eigentlich schon – unseren Wandsbeker Markt. Leider ist er im Moment eine riesige Verkehrsinsel. Auch im Hinblick darauf, dass René Benko sich jederzeit aus dem Karstadt-Geschäft verabschieden kann, müssen tragfähige Zukunftskonzepte her. So dass Wandsbek wieder ein Herz bekommt. Dafür muss der Individualverkehr an dieser Stelle zugunsten von Menschen, die dort einkaufen, Essen gehen oder einfach nur flanieren, zurück stecken.

WI: Das ginge also zulasten der Autofahrer, die jetzt schon häufig im Stau stehen?

AG: Dass die Autofahrer jetzt schon im Stau stehen ist der Verkehrspolitik der letzten Jahrzehnte zu verdanken. Hätte die Politik schon früher für eine gerechte Verteilung der Wege und den Ausbau der öffentlichen Verkehrsmittel gesorgt wären gar nicht so viele Menschen im Bezirk auf das Auto angewiesen. Mein Ziel ist es, alle Verkehrsteilnehmer gleichberechtigt zu behandeln. Wer z. B. mit dem Rad fahren möchte, soll das auch tun können – ohne um sein Leben fürchten zu müssen.

WI: Wo wir beim Thema sind: Warum sollten Autofahrer gerade Sie wählen?

AG: Gegenfrage: Warum nicht? Von der oben angesprochenen Gleichberechtigung profitieren alle Verkehrsteilnehmer und das im Grunde genommen gleich dreifach – weil sich jeder von uns in mehreren Rollen durch die Stadt bewegt. Autofahrer und Radfahrer haben viel weniger Stress, wenn es zum Beispiel Protected Bike Lanes gibt.

WI: Stichwort Verkehrspolitik: In Wandsbek werden Bäume abgeholzt zugunsten der S4 und dem Güterverkehr. Verbunden mit viel Baulärm und zukünftigem Baulärm.

AG: Um es ganz klar zu sagen: Mir tut es auch um jeden Baum leid, der beim S-Bahn-Bau gefällt wird. Aber die Entscheidung über die Zuwegung zu den Baustellen trifft leider die Deutsche Bahn. Aber ich stehe zu 100 % zum Bau der S4 und dem Ausbau der Güterverkehrsstrecke – die im Übrigen durch die Finanzierung durch den Bund nur im Doppelpack zu haben war. Wir müssen den ÖPNV stärken und den Warentransport auf die Schiene verlagern. Nur so halten wir unsere Klimaziele ein.

In einer spannenden Wahl Mitte April hat sich Daniel Alexander Grimm durch eine mitreißende Rede bei der grünen Basis durchgesetzt. „Ich freue mich auf einen starken Wahlkampf. Wir werden zeigen, dass Wandsbek grüner ist, als viele in Hamburg denken“, so Grimm nach seiner Nominierung. Der 42-jährige Vater von zwei Kindern wird aber erst Ende Juli mit dem Wahlkampf richtig durchstarten können.

AG: Noch bin ich voll in meinem Job in einer Digitalagentur gefordert. Für die heiße Wahlkampf-Phase lasse ich mich beurlauben. Bis dahin biete ich eine Gesprächsreihe zu grünen Themen an. Das Besondere: Die Gesprächspartner sind Freunde und Bekannte, die sich z. B. schon lange für neue Mobilitätskonzepte oder in der Flüchtlingshilfe engagieren. Sobald es die Lage zulässt, möchte ich zu Radtouren und Spaziergängen für alle interessierten Bürger einladen.

WI: Haben Sie Vorbilder?

AG: Für mich sind alle Bürger Vorbilder, die sich ehrenamtlich engagieren und positiv in die Gesellschaft einbringen. Und ich bewundere meine Eltern. Als Kinder von Kriegsvertriebenen haben sie es geschafft, mir und meinen zwei Geschwistern viel zu ermöglichen.

WI: Bei welchem Hobby finden Sie Entspannung?

AG: Mit zwei kleinen Jungs bleibt nicht viel Zeit für Hobbys (lacht). Wir sind oft auf dem Spielplatz und in der Natur. Im Sachsenwald oder auf unserem kleinen Pacht-Acker in den Vierlanden. Oder wir paddeln mit dem Kanu über den Eilbekkanal Richtung Alster.

WI: Was vermissen Sie in diesen Zeiten eigentlich besonders?

AG: Unbeschwert Zeit mit Freunden und der Familie zu verbringen. Das fehlt mir sehr. Mir geht es da bestimmt nicht anders als vielen Mitbürgern. Wir haben die Großeltern unserer Kinder fast ein halbes Jahr nicht gesehen.

Das war für beide Seiten schwer. Aber Entspannung in Richtung Normalität ist ja glücklicherweise in Sicht.

WI: Gibt es Botschaften im Wahlkampf, mit denen Sie besonders punkten wollen?

AG: Ich will dazu beitragen, dass Wandsbek noch lebenswerter wird und für die Zukunft gut aufgestellt ist: Mit einer Verwaltung, die für die Menschen da ist – und das rund um die Uhr im digitalen Raum. Mit Mobilitätskonzepten, die auf gerechte Verteilung von Wegen und Flächen setzen. Mit starken Bildungseinrichtungen, so dass die Chancen unserer Kinder nicht vom Wohnort abhängen. Mit Wohnungen, die bezahlbar sind – und bleiben.

WI: Haben Sie Ihrerseits Wünsche an die Wandsbeker?

AG: Ein bisschen mehr Lokalstolz und Bürgersinn dürfen sie haben. Wandsbek war schließlich lange eine eigenständige Stadt, obwohl das viele vergessen haben. Ich würde mir wünschen, dass sie sich noch mehr einbringen mit ihren Meinungen und Ideen. Das muss nicht zwingend in unserer Partei sein (lacht). Und wer Fragen an mich hat, kann sich gern bei mir melden. Einfach per Mail an daniel.alexander.grimm@hamburg.gruene.de.



Sigmund Freuds heimlicher Besuch

Treffen im Wandsbeker Gehölz mit seiner Braut Martha Bernays im Juli 1882

1. Teil

von Astrid Louven

Sigmund Freud und Martha Bernays können sich während ihrer viereinhalbjährigen Verlobungszeit nicht oft sehen. Er lebt in Wien, sie überwiegend in Wandsbek. So müssen sie vieles auf dem Wege der Korrespondenz bewältigen, sogar das nähere Kennenlernen. Denn zwei Tage nach ihrer heimlichen Verlobung am 17. Juni 1882 reist Martha zu Verwandten nach Wandsbek, wo sie den Sommer verbringen wird. Sie kehrt erst im September nach Wien zurück. Martha wohnt in der Claudiusstraße 3 im Haus der Familie ihres Onkels Elias Philipp und dessen schwangerer Ehefrau Mary, geb. Heine. Freud besucht seine Braut erstmalig im Juli 1882 und bleibt etwa zehn Tage. Doch viel Gelegenheit sich zu treffen bleibt dem Paar nicht. In erster Linie gilt die Geheimhaltung der Verlobung Marthas Mutter Emmeline Bernays, geb. Philipp, die in Wien seit dem Tod ihres Mannes in ungesicherten Verhältnissen lebt. Als Vormund ihrer Töchter strebt Emmeline deren Heirat in ein wohlhabendes Umfeld an. Eine Verbindung mit der Freud-Familie, die sich zeitweise in als arm zu bezeichnenden Lebensumständen befindet, kommt demnach für sie nicht in Betracht. Zu den »Ahnungslosen« gehören auch die Wandsbeker Gastgeber, die Martha mit ihrer Fürsorglichkeit manchmal auf die Nerven gehen, da sie lieber Freuds Briefe lesen und ihren Gedanken nachhängen würde. Aber es gibt einen Mitwisser, ihren Verehrer, den Pianisten und Komponisten Max Meyer, der in Hamburg lebt, und sie in Wandsbek besucht. Dieser hat bereits Kenntnis von der Verbindung durch den Violinisten Fritz Wahle, einen in Wien lebenden gemeinsamen Freund von Freud und Martha. Mitwisser in Wien sind weitere Freunde Freuds. Zum Freundeskreis gehören auch Unwissende, unter ihnen Marthas Bruder Eli Bernays, was



Sigmund Freud und Martha Bernays im Jahr 1885. Am 17. Juni 1882 hatten sie sich nach nur zwei-einhalbwöchiger näherer Bekanntschaft heimlich verlobt.

den Zusammenkünften einen konspirativen Reiz verleiht. Auch die fünf Schwestern Freuds sind noch nicht eingeweiht. Dass Martha ihre Briefe nicht an Freuds Wohnadresse schicken kann, versteht sich unter diesen Umständen von selbst. Sie sendet ihre Post über den Amtsdieners am Physiologischen Institut Wien an Freud. Am 24. Juni 1882 schreibt sie aus Wandsbek: „Gestern, Geliebter, war unser junges Glück acht Tage alt. Die Gedenkfeier jener seligen Morgenstunde konnte ich im Wald halten – unter alten, ehrwürdigen, wetterfesten Riesen... Nun sitz ich hier im Garten, es ist ein wunderbar duftiger Morgen, und denk und schreib an Dich. Heut träumte ich, zwei Briefe von Dir auf einmal bekommen zu haben. (Elise pflegte das ‚day-dreams‘ zu nennen, weil wir ihr als Kinder unsere Wünsche und Bittgesuche ... in Form von Bittgesuchen vorzutragen pflegten ... Martha informiert ihre Freundin Elise (van der Velde) wenig später über ihre Verlobung. Dass ihre Gastgeber den Briefwechsel des Paares entdecken, befürchtet Martha nicht, denn sie schreibt am 28. Juni an Freud: „Die oft wiederholte Mahnung, Deine Briefe niemanden sehen zu lassen – ist so überflüssig, ich hab ja niemanden hier, mit dem ich ein Wort reden könnte über das, was mich bewegt.“ Anzunehmen ist, dass Freud als Absender eine Deckadresse angibt und die Briefumschläge mit den Handschriften seiner Freunde versehen lässt. Ganz unbesorgt kann Martha wiederum nicht gewesen sein, wenn sie mitteilt: „Ein bisschen Betrug ist mir schon geläufig... auch hier muss ich um Deine Briefe und meine Antworten ein ganzes Netz von großen und kleinen Lügen weben...“ Am 2. Juli berichtet sie nach Wien: „Eben gehen zwei kleine Schusterjungen am Garten vorüber, gucken über den Zaun zu mir her, stoßen sich an und rufen: ‚Guck‘ doch mal, die schreibt nu‘ gewiss an ihren Bräutigam!‘ ... diese kleinen Schusterjungen, die sofort heraus hatten, worüber die Leut hier schon seit 14 Tagen den Kopf zerbrechen, ist das nicht lustig?“ Um Freuds Briefe in Ruhe lesen zu können, ist Martha schon früh unterwegs: „Um 6 Uhr stehe ich auf, trinke auf der Wiese dicht neben uns frisch eingemolkene Milch (das Milchmännchen ist schon mein Freund, aber ungefährlichen Alters!!), und dann gehe ich mutig mit den Briefen meines Liebsten in der Tasche mutterseelenallein in den frischen Morgen hinein, da habe ich nicht nur den Vorteil ungestörten Naturgenusses, sondern auch noch den des Alleinseins, der wunderbarsten Stille und Ruhe um mich her, kann prächtig Einkehr halten bei mir selbst und hole mir Mut und Frische für den ganzen Tag.“ Zwei Tage später fragt sie: „Verrätst du dich eigentlich niemals in deinen Reden, da du doch mehr weißt von mir als Eli und die Andern...? Aber nein, so ein Diplomat und ‚Schweiger‘ verrät sich nicht, und wie schnell man das Lügen lernt, wenn man’s nötig hat...“ Im Brief vom 7. Juli

den Zusammenkünften einen konspirativen Reiz verleiht. Auch die fünf Schwestern Freuds sind noch nicht eingeweiht. Dass Martha ihre Briefe nicht an Freuds Wohnadresse schicken kann, versteht sich unter diesen Umständen von selbst. Sie sendet ihre Post über den Amtsdieners am Physiologischen Institut Wien an Freud. Am 24. Juni 1882 schreibt sie aus Wandsbek: „Gestern, Geliebter, war unser junges Glück acht Tage alt. Die Gedenkfeier jener seligen Morgenstunde konnte ich im Wald halten – unter alten, ehrwürdigen, wetterfesten Riesen... Nun sitz ich hier im Garten, es ist ein wunderbar duftiger Morgen, und denk und schreib an Dich. Heut träumte ich, zwei Briefe von Dir auf einmal bekommen zu haben. (Elise pflegte das ‚day-dreams‘ zu nennen, weil wir ihr als Kinder unsere Wünsche und Bittgesuche ... in Form von Bittgesuchen vorzutragen pflegten ... Martha informiert ihre Freundin Elise (van der Velde) wenig später über ihre Verlobung. Dass ihre Gastgeber den Briefwechsel des Paares entdecken, befürchtet Martha nicht, denn sie schreibt am 28. Juni an Freud: „Die oft wiederholte Mahnung, Deine Briefe niemanden sehen zu lassen – ist so überflüssig, ich hab ja niemanden hier, mit dem ich ein Wort reden könnte über das, was mich bewegt.“ Anzunehmen ist, dass Freud als Absender eine Deckadresse angibt und die Briefumschläge mit den Handschriften seiner Freunde versehen lässt. Ganz unbesorgt kann Martha wiederum nicht gewesen sein, wenn sie mitteilt: „Ein bisschen Betrug ist mir schon geläufig... auch hier muss ich um Deine Briefe und meine Antworten ein ganzes Netz von großen und kleinen Lügen weben...“ Am 2. Juli berichtet sie nach Wien: „Eben gehen zwei kleine Schusterjungen am Garten vorüber, gucken über den Zaun zu mir her, stoßen sich an und rufen: ‚Guck‘ doch mal, die schreibt nu‘ gewiss an ihren Bräutigam!‘ ... diese kleinen Schusterjungen, die sofort heraus hatten, worüber die Leut hier schon seit 14 Tagen den Kopf zerbrechen, ist das nicht lustig?“ Um Freuds Briefe in Ruhe lesen zu können, ist Martha schon früh unterwegs: „Um 6 Uhr stehe ich auf, trinke auf der Wiese dicht neben uns frisch eingemolkene Milch (das Milchmännchen ist schon mein Freund, aber ungefährlichen Alters!!), und dann gehe ich mutig mit den Briefen meines Liebsten in der Tasche mutterseelenallein in den frischen Morgen hinein, da habe ich nicht nur den Vorteil ungestörten Naturgenusses, sondern auch noch den des Alleinseins, der wunderbarsten Stille und Ruhe um mich her, kann prächtig Einkehr halten bei mir selbst und hole mir Mut und Frische für den ganzen Tag.“ Zwei Tage später fragt sie: „Verrätst du dich eigentlich niemals in deinen Reden, da du doch mehr weißt von mir als Eli und die Andern...? Aber nein, so ein Diplomat und ‚Schweiger‘ verrät sich nicht, und wie schnell man das Lügen lernt, wenn man’s nötig hat...“ Im Brief vom 7. Juli

heißt es: „Wenn ich hier am Morgen so allein durch den stillen Park („Gehölz“ nennen’s die Wandsbeker) wandere, die würzige Luft atme, das Vogelgezwitscher höre, dann und wann ein flinkes Eichhörnchen auftaucht – wie gern, mein Geliebter, hätte ich dich dann hier. ... Und dann würden wir immer weiter wandern zusammen, allein traue ich mich doch nicht so weit hinaus, die Leut sagen ‚da ist es nicht ganz geheuer‘, da hätten schon viele arme überdrüssige Menschen ihrem Leben ein Ende gemacht ... , dazu hab ich gerade nicht die mindeste Lust.“ Am selben Tag schreibt ein eifersüchtiger Freud einen Brief, in dem er Marthas vertrauten Briefwechsel mit Fritz Wahle kritisiert, was ihr schwer zu schaffen macht. Sie will sich nicht von Fritz zurückziehen, der ihr viel geholfen hat, sieht jedoch ein, dass dieser nicht mit zärtlichem Unterton an sie schreiben und von ihr auch nicht mehr »Innigkeit« in ihren Briefen verlangen sollte. Um die Beziehung zu festigen, kündigt Freud am 9. Juli seinen Besuch in Wandsbek an, obwohl er damit rechnen muss, Martha dort kaum treffen zu können und wenn, nur unter größter Geheimhaltung und mit Hilfe weniger Mitwisser. Vorgeblich reist er zuerst nach Leipzig und anschließend zu einer Fußtour durch die Sächsische Schweiz, die ihm ausgerechnet der ahnungslose Bruder Marthas zusammenstellt. Bei Martha ist die Freude groß, allerdings muss gut organisiert werden: „Zu meinen Leuten darfst du nicht kommen, ... das wäre eine Marter für uns Beide..., der einzige, der uns helfen kann, ist Max – du mußt dort als sein Freund auftreten, und er, wenn er nur erst wieder hier wäre bis zu der Zeit, wird uns wenigstens ein paar Stunden Beisammenseins ermöglichen, ob Alleinseins wage ich noch gar nicht zu hoffen. ... Ich weiß außer ihm niemand, der mich auch nur annähernd unterstützen könnte. Ja, so ein Morgen-spaziergang ... wär himmlisch, aber wenn nun ein solcher Guss wie heute, daß man ... doch nicht gehen könnte.“ Am 13. Juli schreibt sie: „Du wirst doch hier draußen in Wandsbek Dein Lager aufschlagen? Das ... ‚Posthaus‘* direkt beim Gehölz für ‚fahrende Gesellen‘ wie geschaffen; am Morgen gehe ich vorüber, und wenn Du die Zeit nicht verschläfst ... dann können wir uns für eine Stunde angehören... Ist (Max) noch nicht wieder hier

* Hotel und Gaststätte »Zum Alten Posthaus«, Hamburgerstraße 36, heute Wandsbeker Marktstraße

bis dahin, dann stehe ich ratlos da.“ Da die Reise nicht offiziell ist, gibt es für Freud keine Möglichkeit, Martha öffentlich zu besuchen. Dass er einen falschen Namen angibt, hält sie für unwürdig. Am 14. Juli scheint die Reise zu scheitern, da Martha anfragt, ob sich die lange Fahrt für ein paar Stunden des Beisammenseins lohne und deutet die Verschiebung des Besuchs auf einen späteren Zeitpunkt an. Ihre Tante Mary hat gerade ihr Kind bekommen und Marthas helfende Hand wird gebraucht. Doch ihre Mitteilung erreicht Freud nicht mehr. Er hat sich schon auf die Reise gemacht und trifft am 17. Juli in Wandsbek ein. Dort schreibt er einen Tag später um 9:15 Uhr an Martha: „Mein geliebtes Mädchen. Ich habe Dich also doch gestern wiedergesehen; ich ging zweimal vorüber, das zweite Mal hätte ich dein teures Gesichtchen sehen können, wenn meine Augen nicht schon so elend wären. Du mußt mich das zweite Mal bemerkt haben, aber fürchte nichts; ich komme nicht mehr in die Claudiusstraße, ich weiß, dass ich hier sehr auffalle, mein gar nicht hanseatisches Schwarz, durch das Grau meiner Kleidung gehoben, macht, dass alle Leute mir nachsehen... Wider Erwarten kam ich schon gestern 2:45 Uhr mittags an, ich wohne im Posthaus, wie Du geraten. Wohne wie ein Herrgott für zwei Mark und würde mich unendlich wohlbefinden, wenn ich Dich heute gesprochen hätte ...

Fortsetzung folgt im August-Heft



Seit 1630 gibt es bereits »Zum alten Posthaus«, zuerst als Poststation und Logis, später als schickes Hotel, hier etwa um 1900. Fotos: Archiv Heimatmuseum

Mit Klopfen Gefühle regulieren

rf - Die COVID-19-Pandemie bringt einige von uns an ihre Grenzen. Angst macht sich breit. Auch der Weg zur externen Hilfe kann bereits eine Hürde darstellen. Also ist es in dieser Zeit hilfreich, etwas zur Selbsthilfe an der Hand zu haben, was die negativen Gefühle schnell reduziert. Eine Möglichkeit dazu ist das PEP (Prozess und Embodimentorientierte Psychotherapie) nach Dr. Michael Bohne. Sie enthält mit ihren einfachen und wirksamen Techniken alle Elemente einer psychotherapeutischen Methode.

PEP wirkt durch Klopfen über den Körper direkt auf die Gefühle und reguliert sie. Andere Methoden wie das Kurbeln wirken auf Blockaden und einschränkende Glaubenssätze. Beide Methoden werden abwechselnd angewandt. Beim Klopfen werden 16 Akupunkturpunkte für positive Gefühle beklopft. Das dauert ca. 10 Minuten und reduziert die negativen Gefühle bereits häufig.

Bleiben die negativen Gefühle bestehen, liegt eine Blockade vor. Beispiele dafür sind tiefliegende Überzeugungen gegenüber sich selbst (Selbstvorwürfe) oder gegenüber anderen Menschen (Fremdvorwürfe) oder Erwartungshaltungen gegenüber anderen. Alle diese Blockaden hindern uns in einen ausgeglichenen Gefühlszustand zu kommen. Dann wird ein Selbstbestätigungspunkt durch eine kreisende Bewegung stimuliert, parallel dazu werden stärkende Selbstbestätigungen und Versöhnungen ausgesprochen. Abschließend wird ein stimmiger, guter Satz entwickelt, der dann täglich mehrmals wiederholt wird, damit sich die Wirkung verstärkt. Eine ausgeprägte Selbstakzeptanz ist wie ein gutes Immunsystem für das Bewusstsein und schützt vor negativen Gefühlen.

Das Hilfreiche an PEP ist, dass man in der Zusammenarbeit mit dem Coach alle Details zum belastenden Thema für sich behalten kann, weil die körperliche Erfahrung und

Gefühle im Vordergrund stehen. Das gibt einen besonders sicheren und wirksamen Raum für die Arbeit an Ängsten oder anderen Themen. Die erlernten Techniken können schnell selbst angewandt werden: „Ich kann meine Gefühle selbst beeinflussen.“ Das ist förderlich, weil die Hilflosigkeit bei den Themen aus eigener Kraft überwunden werden kann. Das beste zum Schluss: PEP macht Spaß!

Sie möchten PEP selbst ausprobieren? Am Donnerstag, den 22.7. von 19–21 Uhr findet ein Kennlern-Workshop statt. Maximale Teilnehmeranzahl: 8, Kostenbeitrag: 35,70 €. Coaching Center Direct GmbH Dr. phil. Ralf Friedrich, Blumenau 44, 22089 Hamburg, Tel. 63 311 527, Mobil 0173 6842046, Mail: ralf.friedrich@coaching-direct.eu

Chefärztinnen-Team leitet Gynäkologie

Asklepios Klinik Wandsbek



Das neue Team in der Asklepios Klinik Wandsbek, v.l.: Setareh Huschi, Dr. Simone Klüber und Anna Jacob. Foto: Asklepios

wm - Mit Statistiken und Prognosen ist das so eine Wissenschaft für sich. Rechneten die Zahlenjongleure aufgrund vergangener Krisen mit einem Corona-Babyboom, kam es doch ein wenig anders. Statt eines Booms ist eher ein Crash zu erwarten, ein Absturz der Geburtenzahlen für 2020. Das statistische Bundesamt rechnet mit einem Rückgang von ca. 10.000 Geburten, auch wenn exakte Zahlen eventuell erst Mitte des Jahres vorliegen. Martin Bujard vom Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung sah für diese überraschende Entwicklung zwei verschiedene Mechanismen, die dabei greifen: „Gesundheitliche Sorgen und ökonomische Existenzängste könnten dazu führen, dass ein Kinderwunsch verschoben wird.“

Ungeachtet dieser Entwicklung dachte die Asklepios Klinik vorausschauend und baute die Gynäkologie stark aus und

Wussten Sie schon, dass Ihre Sorgen mit Humor und Leichtigkeit schneller kleiner werden? Gemeinsam lachen wir Sie fit.

Ihre persönlichen Sorgen: Angst das Haus zu verlassen!
Angst mit anderen Menschen in Kontakt zu treten!
Angst vor dem eigenen Verhalten!
Angst vor bestimmten Situationen oder Tieren!
Und am Schlimmsten das ständige Grübeln!

Dann nehmen Sie sofort mit mir Kontakt auf.

Dr. phil. Ralf Friedrich, Heilpraktiker für Psychotherapie
Blumenau 44 - 22089 Hamburg
E-Mail: ralf.friedrich@coaching-direct.eu
Telefon: 0173 6842046
www.coaching-center-direct-hamburg.de



strukturierte mit einem innovativen Personalkonzept die gesamte Abteilung neu. Zum 1. April startete in Wandsbek ein Team aus drei Chefärztinnen mit jeweils eigenen Schwerpunkten in der Gynäkologie: Setareh Huschi, Dr. Simone Klüber und Anna Jacob. Das neue Team wird die operative Gynäkologie in den Vordergrund rücken. Zusammen bündeln sie insgesamt 50 Jahre Berufserfahrung und haben an der Asklepios Klinik Altona zehn Jahre eng zusammengearbeitet. Ein wichtiger Baustein in ihrer Behandlung wird die schonende Minimalinvasive Chirurgie (MIC) sein. Die operativen Behandlungsmöglichkeiten werden durch umfangreiche Investitionen und moderne Lasertechnologien erweitert. Catharina Schlaeger, Geschäftsführende Direktorin der Asklepios Klinik Wandsbek: „Wir stellen beispielsweise mit einem CO²-Laser eine technische Ausstattung zur Verfügung, welche die operative Therapie gynäkologischer Krebsvorstufen bei unseren Patientinnen sehr schonend und qualitativ auf höchstem Niveau ermöglicht.“

Alle drei Chefärztinnen sind engagierte, operativ versierte Gynäkologinnen mit jahrelanger Erfahrung in der Urogynäkologie, Dysplasie (Gewebeveränderungen) und MIC – mit Erfahrung in Aufbau und Etablierung erfolgreicher Sprechstunden an verschiedenen Standorten in und um Hamburg.

Die drei Ärztinnen verstehen sich als eine Einheit und stehen für ein neues Konzept der kollegialen Zusammenarbeit. Auch mit der leistungsstarken Geburtshilfe und Pränataldiagnostik unter Chefarzt PD Dr. Holger Maul arbeiten sie eng zusammen. Die Gynäkologinnen bilden mit

ihren individuellen Schwerpunkten das gesamte Spektrum der operativen Gynäkologie ab. Ihr Ziel ist es, mit ganzer Energie den Ausbau der Abteilung voranzutreiben und über ihre Spezialsprechstunden – digital und persönlich – eine leistungsfähige gynäkologische Klinik in der Asklepios Klinik Wandsbek zu etablieren.

Ungeachtet ob der nächste Babyboom doch noch auf Wandsbek zurollt, ob Corona-Krisen und wiederkehrenden Lockdowns nebst Ausgangssperren kommen, die Gynäkologie in der Wandsbeker Klinik dürfte für die Zukunft gerüstet sein.

Wir sind wieder für Sie Da!

Restaurant
„Zum Eichtalpark“
 www.zum-eichtalpark.de
**Die Adresse für Wild, Fisch und Deutsche Küche
 mit Bier-/Kaffeegarten im idyllischen Eichtalpark**

Räumlichkeiten für Festlichkeiten
 jeder Art bis 60 Personen

**Frische Pfifferlinge
 in verschiedenen Variationen**

Öffnungszeiten: Di.-Sa. 11-22 Uhr · Küche 11:30 -21:30 Uhr · So. 11-20 Uhr
 Küche 11:30 -19:30 Uhr · Montag Ruhetag! · Preiswerter Mittagstisch Di.-Fr. 11:30 -15 Uhr
 Ahrensburger Str. 14a · 22041 Hamburg · Tel.: 040/656 09 13 · (HVV 9 bis Eichtalstraße)

Finnern  **Alarmanlagen** • Schlüsselzubehör
 • Schließanlagen • Tresore
 • Schlösser • Schilder
 • Schlüssel • Stempel

Ihr Fachhändler für Sicherheitstechnik

24 Std. Notdienst
 ☎ 040-29 42 08

Schützen Sie sich vor Einbrechern!
 Wir bieten Ihnen Sicherheitstechnik rund um Haus und Wohnung im Bereich Tür- u. Fenstersicherheit, Alarmtechnik, Brandschutz und vieles mehr.

Hamburger Str. 202 · 22083 Hamburg · Tel.: 040 / 29 42 08
 Email: info@michael-finnern.de · www.michael-finnern.de

Brustprothetik?... Kompressionsstrümpfe?... wir beraten Sie!

Seidel – seit 1952 –
 Orthopädietechnik

Wohlfühlen und Gesundheit im Frühling und Urlaub

- ✓ Kompressionsstrümpfe
- ✓ Medima Wäsche
- ✓ Bandagen
- ✓ Brustprothetik
- ✓ medi Artikel
- ✓ Sportartikel
- ✓ Sonderanfertigungen
- ✓ Heiz- u. Körnerkissen
- ✓ individuelle Beratung

Tel. 68 86 09 99  Mo.–Fr. 9:30–18:00 Uhr
 www.seidel-orthopaedietechnik.de Sa. geschlossen

Jetzt in der Wandsbeker Marktstr. 145 · neben Schweinske

Löwen Apotheke

Ahrensburger Straße 100 · 22041 Hamburg
 Telefon 040 656 18 24 · Fax 040 657 10 32
 info@loewen-apotheke-wandsbek.de
 www.loewen-apotheke-wandsbek.de

Heuschnupfen?

Wir wissen was hilft!

MOZART-APOTHEKE

Friedrich-Ebert-Damm 85 · 22047 Hamburg
 Telefon 040 693 71 78 · Fax 040 693 70 07
 mozart-apotheke-hh@t-online.de
 www.mozartapo.de

**Am ärgsten fällt der Größenwahn
 oft grad die kleinen Leute an.**

Eugen Roth



... auch während der Pandemie aktiv!

Der Verein Machbarschaft-Wandsbek-Hinschenfelde ermöglicht hilfsbedürftigen Menschen, länger selbstständig im gewohnten/vertrauten Umfeld zu leben. Unser Angebot setzt dort an, wo Schwierigkeiten aufkommen, den Alltag zu meistern, aber professionelle Hilfe meistens noch nicht gebraucht wird.

Wir unterstützen in verschiedenen Bereichen des Alltags, z.B. zu Fuß oder mit dem Auto beim Einkaufen, bei Arzt- oder Behördenterminen, kleine Hilfestellungen im Haushalt, kleinere Reparaturen, Hilfe im Garten, Besuchen und Begleiten, PC- und Smartphone-Hilfe. Wir leisten Gesellschaft und haben ein offenes Ohr für die Belange unserer Mitglieder.

Pflegende Angehörige können sich durch uns Entlastung und ein bisschen Pause von ihren Verpflichtungen organisieren.

Alle Hilfeleistungen erfolgen ausschließlich ehrenamtlich von Vereinsmitgliedern für Vereinsmitglieder.

Wir würden uns über ehrenamtliche Helfer freuen, die u. a. auch Fahrdienst übernehmen können.

Dernauer Straße 27 a · 22047 Hamburg
Telefon (040) 27 16 30 99

info@machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de
www@machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de

**NUR EINEN
KNOPF
DRUCK
ENTFERNT**

**Der DRK Hausnotruf ist
Rund um die Uhr für Sie da**

**Wir beraten Sie gern:
040 470656**

Kreisverband
Hamburg-Nordost e.V.
info@drk-hamburg-nordost.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Die VHS Ost im Juli für zu Hause

Die Online-Kurse finden meist mit ZOOM (www.zoom.us) statt. Der Link zum Kurs wird vor Kursbeginn per E-Mail mitgeteilt. Für die Teilnahme werden ein Computer mit Internet-Zugang sowie Kamera und Headset bzw. Mikrofon und Lautsprecher, alternativ ein Tablet oder Smartphone, ggf. die ZOOM-App sowie eine E-Mail-Adresse benötigt. Fragen? Das VHS-Teams berät unter 428 853-0 Mo. und Do. von 14 bis 18:30 Uhr sowie Di. und Mi. von 9 bis 13 Uhr oder per E-Mail unter ost@vhs-hamburg.de. Und das vielfältige Online-Angebot wächst weiter, alle aktuellen Kurse unter www.vhs-hamburg.de.

Yoga und Meditation

Ab Mo., 19.7., 18-19:15 Uhr, 3 Termine, Kursnr. 8181ROA06 (20 €). In diesem Kurs wird der Abend gemeinsam eingeleitet. Die Teilnehmenden beginnen mit sanften Yogaübungen und sitzen dann zwanzig Minuten in Stille. Zum Ende der Stunde folgt noch ein Bewegungsteil. Es sollte bequeme Kleidung getragen, eine Decke, Sitzkissen oder Stuhl bereitgehalten und ein möglichst ungestörter Raum genutzt werden.

Einblicke in die Japanische Küche - Bentobox

Di., 20.7., 18-20:15 Uhr, Kursnr. 8568ROF82 (12 €)
Bunt, kreativ und vielfältig - die typische japanische Bento-Lunchbox kann sehr individuell gestaltet werden. Welche Lebensmittel werden verwendet? Was muss bei der Zubereitung beachtet werden, und was sind die passenden Gefäße für das traditionelle Picknick-Food? In diesem Online-Kurs lernen die Teilnehmenden eine erste Auswahl dieser Speisen kennen und erhalten einen theoretischen Einblick in das Thema.

Italienisch Anfänger - A1 Stufe 1

Ab Di., 20.7., 18-21:15 Uhr, 7 Termine, Kursnr. 5611ROF14 (120 €). Italien ist das Land Ihrer Träume, aber momentan durch die Reisebeschränkungen weit weg? In diesem Online-Kurs nähern sich die Teilnehmenden dem Land und der Sprache schon einmal virtuell und erwerben erste Grundkenntnisse der italienischen Sprache.

Betten

SCHWEN



**Unser Service
macht den Unterschied:**

- Probeliegen
- Kostenlose Entsorgung
- Wärmebedarfsanalyse
- Kostenloser Lieferservice
- Maßanfertigung
- Zufriedenheitsgarantie
- Frischekur für Ihre Betten

**Ihr
Fachgeschäft
für den
gesunden
Schlaf**

WANDSBEKER
MARKTSTRASSE 125
22041 HAMBURG
TEL. (040) 68 59 00
FAX (040) 68 06 85
www.betten-schwen.de



Bürgerverein Wandsbek von 1848 e.V.

zusammen mit Heimatring Wandsbek, Bürgerverein Tonndorf und Bürgerverein Eilbek

Geschäftsstelle: Böhmestraße 20 • 22041 Hamburg • Telefon 68 47 86 • geöffnet Di. 16 bis 18 Uhr

Jahresbeiträge: Einzelmitglieder 48,- Euro • Ehepaare 60,- Euro • Firmen / Vereine 60,- Euro
Konten: Haspa IBAN DE 36 2005 0550 1261 115008 BIC HASPDE HH XXX und Hamburger Volksbank IBAN DE 36 2019 0003 0050 188704 BIC GENODE F1 HH 2
Internet: www.buergerverein-wandsbek.de • E-Mail: kontakt@buergerverein-wandsbek.de

Heimatmuseum und Archiv Wandsbek • Böhmestraße 20 • 22041 Hamburg • E-Mail: heimatmuseum@buergerverein-wandsbek.de
geöffnet Di. 16 bis 18 Uhr sowie an jedem 1. So. im Monat 11 bis 13 Uhr



1. Vorsitzende
Ingrid Voss
Tel. 652 96 90



2. Vorsitzender
Thorsten Richter
Tel. 50 79 68 10



Schrittführerin
Renate Kühn
Tel. 643 52 60



Schatzmeister
Bernd Schumacher
Tel. 672 74 66



Spartenleiterin
Rotraut Lohmann
Tel. 656 11 24



Veranstaltungen
Susann Schulz
Tel. 84 60 63 36



Beisitzerin
Christel Sönksen
Tel. 652 74 04



Beisitzerin
Brunhilde Habenicht
Tel. 668 31 86



Beisitzerin
Heidemarie Schön

Seit über 35 Jahren in der Böhmestraße 20 – Spiel, Spaß und Geselligkeit in Interessengruppen!

Bereich	Gruppe/Thema	Termine Juli	Uhrzeit	Leitung	Telefon
Philosophische Runde	Ludwig Klages (1872-1956) Franz Rosenzweig (1886-1929)	Samstag	10:00	Jürgen Rixe	439 87 55
Literaturkreis		Freitag	11:00	Christel Sönksen	652 74 04
Bridge	Gruppe 1 Gruppe 2	mittwochs montags	10:00 14:00	Gerda Graetsch Gerda Graetsch	695 51 56 695 51 56
Canasta		freitags	14:30	Susann Schulz	84 60 63 36
Doppelkopf		dienstags 14-tägig	9:30-12:30	Susann Schulz	84 60 63 36
Gesucht werden 4 bis 6 Teilnehmer/innen. Grundkartenkenntnisse vorausgesetzt. Telef. Anmeldung erforderlich!					
Skat		dienstags	14:00	Jutta Schreyer	693 89 04
Kreativkursus	Schmuck		18:00	Birgit Braatz	675 615 10
Smartphone I	Problemlösungen und Einsteigerhilfe	Neue Kursteilnehmer nur nach telef. Anmeldung!	11:00	Jürgen Engel Harald Banysch	0179 99 51 471 01590 64 64 296
Smartphone II	Was ist was? – Wir widmen uns einem Thema	Neue Kursteilnehmer nur nach telef. Anmeldung!	13:30	Jürgen Engel Harald Banysch	0179 99 51 471 01590 64 64 296

Herzliche Glückwünsche der Jubilarin

• 28.07. Gerda Graetsch •

Der Bürgerverein informiert

Endlich geht es wieder los!

Do 22.7.: **Spaziergang durch die Hafencity** mit anschl. gemeinsamen Mittagessen im Portugiesenviertel (jeder zahlt für sich selbst). Von Nichtmitgliedern werden vor Ort 3,- € für die Organisation eingesammelt.

Wichtig: Bitte Nachweis eines vollständigen Impfschutzes, wobei die letzte Impfung 14 Tage zurückliegen muss, oder Schnelltest mitbringen. Zusätzlich bitte an die Mitnahme Ihres Personalausweises denken.

Treffpunkt: 10:30 Uhr U-Bahn Wandsbek-Markt bei den Fahrkartenautomaten (unter der Käseglocke). Anmeldungen bis 20.7. bei Susann Schulz, Tel. 84 60 63 36.

Spenden

für den
Bürgerverein Wandsbek
und das **Heimatmuseum**
(m. Spendenbescheinigung) über:

Heimatring Wandsbek e.V.

gegr. 1955

1. Vorsitzender:
Michael Schenk
c/o Hamburger Volksbank, Quarree 8–10,
22041 Hamburg

Spendenkonto:
Heimatring Wandsbek,
Hamburger Volksbank
IBAN: DE 33 2019
0003 0050 2456 00



Mieterhöhungsmigräne?
Unser Rat zählt.

Jetzt
Mitglied
werden

Mieterverein zu Hamburg

im Deutschen Mieterbund **DMB**

☎ **879 79-0**

mieterverein-hamburg.de

Bilderrätsel

Original
und Fälschung

15 Veränderungen
können im unteren Bild
entdeckt werden



Am 04. Juli 1954 erfolgte die Eröffnung der Streckenverlängerung von Jüthorn nach Jenfeld. Ein historischer Straßenbahnwagen und der offizielle blumengeschmückte Eröffnungszug waren von den Menschen am Markt und in Jenfeld umlagert. Foto: Archiv Heimatmuseum