

DAS STADTTEILMAGAZIN IM HAMBURGER OSTEN

Rahlstedter

Leben



Drehmoment
Weihnachten
mal anders
S. 18

Dr. Katarzyna Szkutnik

**Professionalität
Freundlichkeit
Respekt**

Frauenarzt-
praxis

Medizinische
Laserbehandlung

Ästhetische
Medizin

ANZEIGE

An alle Haushalte in Rahlstedt, Meiendorf und Oldenfelde (kostenlos)

GUTSCHEIN

für eine kostenlose
Immobilienbewertung

Gute Beratung ist unbezahlbar.
Und für Sie kostenlos.

Was ist
meine Immobilie
wirklich wert?

Worauf gilt es,
beim Verkauf zu
achten?

Wie erhalte ich
den bestmöglichen
Preis?

Auf Wunsch beraten wir Sie zu allen Fragen
rund um den Verkauf Ihrer Immobilie.

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin
telefonisch, per E-Mail oder
vor Ort in unserem Beratungsbüro im HSP1.

Unter einem Dach Gynäkologie - Geburtshilfe - Ästhetik - Lasertherapie

Kontakt:
Dr. Katarzyna
Szkutnik
Tel. 66 36 00
Schweriner Str. 1
3. Stock, 22143 Hamburg
Mail:
szkutnik@szkutnik.info
www.szkutnik.info



Dr. Katarzyna Szkutnik

In Krakau/Polen geboren, wo ich an der Jagiellonen-Universität Collegium Medicum studiert habe.

Seit 2001 lebe und arbeite ich als Gynäkologin in Deutschland.

Dank der besten Spezialisten, mit denen ich das Glück hatte zusammen zu arbeiten, habe ich meine Erfahrung als Ärztin gesammelt und meine Ausbildung als Fachärztin erworben.

Ich habe bei folgenden anerkannten Persönlichkeiten praktiziert und hospitiert: Prof. Jan Madej, Prof. Antoni Basta, Prof. Jerzy Gerber, Prof. Kazimierz Pitynski, Prof. Jürgen Heinrich, Prof. Christoph Linder und Dr. Marek Budner.

Ich habe fünf Jahre an der Uniklinik in Krakau auch als Dozentin gearbeitet, aber den größten Teil meiner beruflichen Karriere habe ich in Hamburg verbracht.

Seit 2005 habe ich außer der Gynäkologie eine zusätzliche Leidenschaft entdeckt. Meine zweite berufliche Faszination - die medizinische Ästhetik.

Die Praxis ist für mich nicht nur eine große Verantwortung und Herausforderung, sondern sie ermöglicht mir endlich, den Patienten meine vielseitigen Leistungen und Fähigkeiten unter einem Dach anzubieten.



Das Team



Charlene Wilke
Praxismanagerin



Elzbieta Miazga
MFA



**Lee-Ann
Martins-Coelho**
Azubi

Wir verlosen vier wunderschöne Geschenkideen. An den drei Adventssonntagen im Dezember sowie an Heiligabend findet die Gewinnspielaktion auf unserer Facebook-Seite @RahlstedterLeben statt. Einfach reinklicken und teilnehmen!

Morgen Kinder wird's was geben



IMPRESSUM

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

Redaktion: Virginie Siems,
 Claudia Janssen
 Fotos: Jens Wehde
 www.wehde.de

Art Direction: Mone Beeck
 Freie Autoren: Dr. Matthias Marks
 Ramona Nicklaus, Alexander Posch
 Jessica Rother, Kimberley Schulz
 Druck: GK Druck,
 Gerth und Klaas GmbH & Co.KG,
 Auflage: 25.000

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

Die Verlosung findet auf Facebook statt, startet am entsprechenden Tag um 10 Uhr und läuft bis 24 Uhr. Die Verlosung am 24.12. startet um 10 Uhr und endet am 2. Weihnachtstag um 24 Uhr.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Fan der Seite Rahlstedter Leben sein, liken und einen Kommentar unter dem Posting verfassen. Auslosung erfolgt in der darauf folgenden Woche und wird unter dem Originalposting bekannt gegeben. Tool zur Auslosung Glücksfee - Fanpage Karma. Die Teilnahmebedingungen werden auf www.rahlstedter-leben veröffentlicht.

5

Heute verlosen wir drei Bücher: "Mein wunderbarer Weihnachtsbaum" von Heike Rath

12

Heute verlosen wir einen Büchergutschein von Heymann im Wert von 20 Euro

HEYMANN

19

Heute verlosen wir einen Baumkuchen mit Zartbitterschokolade im Wert von 20 Euro

STEIDL Conditorei

WARNHOLZ Immobilien GmbH gegründet 1995

ivd Wir suchen laufend Grundstücke, Häuser und Wohnungen zum Verkauf und Vermietung. ivd
 Rufen Sie uns jetzt für eine unverbindliche Beratung an!

Treptower Straße 143 | Tel. 040 / 647 51 24 | Fax 040 / 647 01 68 | www.warnholz-immobilien.de



Claudia Janssen,
 Virginie Siems

Liebe Leserinnen und Leser,

lassen Sie uns kurz innehalten und einfach mal an Weihnachten denken, wie es früher einmal war. Die ganze Familie mit Oma und Opa und Tante und Onkel darf gemütlich drinnen und nah beieinander sitzen, vielleicht sogar noch gemeinsam singen – ohne Abstand, ohne Masken, ohne Impfausweis und ohne Beschränkung der Personenzahl.

So, und wenn Sie uns bis hierhin gedanklich folgen konnten, dann sind wir auch wieder bei dem wundervollen Thema Geschenke. Ohne geht's einfach nicht. Geben und Nehmen, was für eine schöne Weihnachtstradition! Deswegen haben wir uns entschieden, eine Adventsverlosung mit tollen Geschenkideen zu veranstalten, um Ihnen eine kleine Freude zu bereiten. Dafür konnten wir wundervolle Sponsoren gewinnen, deren Preise an den drei Adventssonntagen im Dezember sowie am zweiten Weihnachtstag verlost werden. Wer von uns beiden die Glücksfee ist, wollen Sie wissen? Das wird nicht verraten!

Wir wünschen Ihnen eine entspannte Adventszeit und drücken Ihnen die Daumen, dass Sie gewinnen!

Fröhliche Weihnachten und einen guten Rutsch!

Virginie Siems + Claudia Janssen

24

Heute verlosen wir eine Magnumflasche Kribbelwasser, 1,5l von Knallkörn

Knallkörn

2022
 Klar geht's nächstes Jahr weiter: Die erste Ausgabe erscheint im Februar 2022



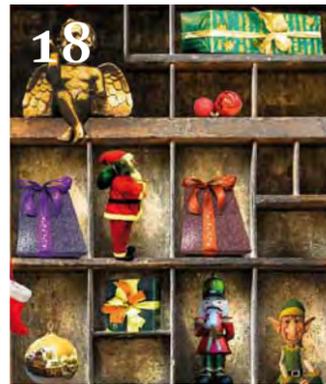
12



28



14



18

UNTERNEHMERTUM
EINFACH MACHEN

Rahlstedter Macher I
Knallköm - der Sekt mit nordischer Note_8

Rahlstedter Macher II
Der Piepmatz von Nebenan_12

Rahlstedter Macher III
Der Digitalisierer - beruflich und privat_16

Rahlstedter Macher IV
Wenn ich tanze, springt mein Herz_28

RAHLSTEDT
ORTSGESPRÄCH

Wettkampfschwimmen
Von Potsdam über Hamburg nach Olymia_10

Rahlstedter Kosmos
Zörnigs Sketching, Weihnachtstipps, dit & dat_20

Alles Schule
Neues von der Grundschule Neurahlstedt_25

Preisrätsel
Eine Kiste Knallköm gewinnen, Prost!_35



RUBRIKEN
LESESTOFF

Erziehung ist super!
Jessica Rother: "Hört bitte auf zu streiten!" Schlipptes Momente_26

Kolumne
"Oh, Santa, Baby" von Kimberley Schulz_14

Literatur
"Prozessionsspinner" von Alexander Posch und Buchtipps von Ramona Nicklaus_30

Pastor lässt Kirche im Dorf
Matthias Marks: "Singen, auf dass es Weihnachten werde"_32

SERIE
DREHMOMENT

Frohe Weihnachten!
Merry Christmas, glædelig jul, sretan Božić, god Jul und щасливого Різдва_18



★ Was macht Julenisse auf Seite 18?

Hohoho, ran an den Weihnachtsspeck



www.alsterfit.com
Bargkoppelweg 52
22145 Hamburg
Tel. 040/67999520



ANZEIGE



Klinische Studien in Rahlstedt

Clinical Research Hamburg®

Corona-Auffrischimpfung gefällig? Booster-Impfstoffe erforschen!

Hatten Sie vor mindestens 3 Monaten eine COVID-19-Erkrankung oder eine Corona-Impfung? Melden Sie sich – in einer Studie prüfen wir einen neuen Impfstoff, der Sie eventuell vor einer (erneuten) Corona-Infektion schützen könnte.



Weitere Infos unter:
Tel.: 63 12 97 20
www.crh-hamburg.de

Rahlstedter Bahnhofstr. 33 · 22143 Hamburg · 1.Stock über HASPA

Im besten Fitnessstudio Hamburgs trainieren!



FITNESS
ab **15,90**
14-tägig



PHYSIO & SPORT AN EINEM ORT!
Fitness, Kurse, Physio, Wellness & Sauna

Nikolaus- und Weihnachtsaktion
am 1. und 2. Dezember
nur 1 x im Jahr
20 % Rabatt
auf Geschenkgutscheine z.B.
eine 40 minütige Rückenmassage,
inkl. Fango für nur 36€
statt 45€ oder eine
Dreimonatsmitgliedschaft, inkl.
Fitness, Kurse, Trainer, Sauna,
Getränkeflat und Mitgliedskarte
für 103,20 statt für 129€.



Frank Wischmann ist einer der Erfinder von Knallköm.

Wissen Sie, wie Eierlikör auf Plattdeutsch heißt? Finden wir ziemlich witzig.

Knallköm – Sekt mit nordischer Note

Kribbelwater direkt aus Rahlstedt

Text: CLAUDIA JANSSEN
Foto: JENS WEHDE

Liebe Leser, haben Sie gewusst, dass Sekt auf Plattdeutsch Knallköm heißt?

Ich wusste das nicht, bis ich auf das norddeutsche Kribbelwater von Frank und Martin gestoßen bin. Knallköm - mit einem ö! ist übrigens Hamburger Platt - kommt in den Varianten halldrög (halbtrocken) und drög (trocken, beides auch als Rosé) daher. Dazu gibt es de Vegaane und de Navigator (alkoholfrei). Schon alleine bei den Namen fühlen wir Norddeutschen uns doch total heimisch. Einfach großartig.

Frank und Martin sind - obwohl sie in der Textilbranche (die Elbsticker) beheimatet sind - inzwischen richtige Sektperlen (verzeihen Sie mir diesen Wortwitz!) und schnell lässt man sich in ihrer Begeisterung für Sekt anstecken. Obwohl ich nicht gerne Alkohol trinke, verlasse ich das Büro mit einer Flasche Rosé-Sekt im Arm und nehme mir fest vor am Abend ein Schlückchen mit meinem Mann zu trinken.

Martin und Frank sind die beiden Erfinder von Knallköm - einem Sekt mit norddeutschem Schlag. Denn als die beiden einst auf einer Port-Party (die wird gefeiert, wenn in Warnemünde mehrere Kreuzfahrtschiffe gleichzeitig einlaufen) mit ihren bestickten Textilien einen Stand betreiben wollten, war die Idee geboren, auch maritimen Sekt anzubieten. Was liegt auch näher bei Kreuzfahrern, die in Norddeutschland an Land gehen? Fast gar nichts.

Zu ihrer beider Überraschung gab es aber keinen Sekt, der diese Anforderungen erfüllte; und so wurde Knallköm aus der Taufe gehoben. Frank lacht, als er erzählt, dass der Sekt für die eigentliche Idee - ihn neben ihren bestickten Textilien bei den Port Partys anzubieten - nie zum Zuge kam. Denn als die ersten Flaschen bereitstanden, wurde ihr Stand wegen einer Baustelle abgesagt und kein Seefahrer kam auf diesem Weg zu einem Schlückchen Sekt (inzwischen wird der Sekt aber auf einigen Kreuzfahrtschiffen angeboten, niemand muss also ohne Knallköm wieder an Land gehen).

Auf einem Meiendorfer Straßenfest sind die beiden Gründer dann zum ersten Mal in Kontakt mit Endkunden gekommen - und ihr Kribbelwater kam sehr gut an.

Dass die beiden absolut hinter ihrem Sekt stehen, merkt man in jeder Minute

des Gesprächs. „Stell dir vor, du kannst davon zwei Flaschen trinken - und ja, du bist dann vermutlich betrunken! - aber der Kater am nächsten Morgen bleibt aus.“ Das ist doch einmal ein gelungenes Verkaufsargument.

Ich hatte selber vor ein paar Wochen schon die Möglichkeit, den Sekt zu testen - und ich muss sagen: lecker. Sehr lecker. Und ich bin keine Sekt-Trinkerin. Deswegen freuen wir uns, dass wir Knallköm als Sponsor für unser Gewinnspiel auf der letzten Seite gewinnen konnten. Unbedingt mitmachen!

Wie eingangs beschrieben bietet Knallköm ja auch einen veganen (anstelle von tierischem Protein wird hier mit Erbsenprotein gearbeitet) sowie einen alkoholfreien Sekt an: den Navigator. Diesen, so wurde mir von Martin erklärt, könne man ganz hervorragend zu einem alkoholfreien Aperol Sprizz mischen. Dafür nimmt man den Navigator von Knallköm und mischt ihn mit Crodino, Orangenscheibe, Mineralwasser und Eis rein - und dann Proost!

Zum Ende unseres Gesprächs möchte ich natürlich unbedingt wissen, welchen Sekt die beiden am liebsten trinken und welchen Cocktail mit Sekt sie präferieren. Beim Sekt ist das eindeutig - der trockene Knallköm ist für beide der liebste Sekt aus dem eigenen Sortiment.

Das ist übrigens passend, denn Großstädter, wie wir Hamburger, bevorzugen die trockene Variante. Küstenkinder greifen lieber auf den halbtrockenen Sekt zurück. Der Rosé hingegen, so verrät mir Martin, ist wie ein leckerer, kleiner Nachtisch - fast so, wie ein guter Cocktail.

LIEBLINGSCOCKTAIL

„PERLENTAUCHER“
2cl Cointreau
1cl Blue Curacao
7cl Knallköm
„halldrög“
1 Zuckerperle



Zuerst Eiswürfel in ein Sektglas geben, dann den Sekt und zuletzt den Blue Curacao, damit er sich gut verteilt. Als Dekoration eine Zuckerperle in das Glas und 2-3 dünn geschnittene Orangenzesten.



ACHTUNG: Es gibt eine Kiste bei unserem Preisrätsel auf Seite 35 zu gewinnen!

Martins liebster Cocktail ist der Knallpari mit Himbeeren und Frank mag am liebsten den Perlentaucher. Lecker klingen sie alle beide. ■

Proost, liebe Rahlstedterinnen und liebe Rahlstedter. Auf uns alle!

Wer nun also Lust hat, den Sekt zu Weihnachten oder zur Jahreswende zu trinken, kann sich gerne bei Martin und Frank melden und den Sekt selber abholen. Ihr Büro ist Bei der neuen Münze 21. Vorher einfach per Mail info@knallkoem.de oder telefonisch vorbestellen (040 181 35 875) und einen lieben Gruß vom Rahlstedter Leben hinterlassen. Mehr Infos: www.knallkoem.com

Wer erst probieren möchte, kann dies z.B. im Restaurant Adria in Meiendorf tun. Weitere Möglichkeiten zur Verkostung verraten wir euch auf unserer Facebookseite facebook.com/rahlstedterleben

ANZEIGE



Herzlich willkommen

Wir begrüßen Immobilienkauffrau Lena Faden bei uns im Team.

„Ich bin in einer Maklerfamilie großgeworden und habe bereits als Kind meine Mutter und auch meinen Großvater bei Besichtigungen begleitet. Jedes Haus, jede Wohnung ist anders. Ich liebe diesen Beruf!“

Unsere Erfahrung, Ihre Sicherheit.

Bei uns ist Ihre Immobilie in guten Händen. Wir stehen Ihnen zur Seite.

DOLBERG IMMOBILIEN
Der Vertrauensmakler

🏠
DOLBERG-Immobilien
Schweriner Straße 4
22143 Hamburg

☎
Telefon: 040 660000

📠
Fax: 040 666056

✉
E-Mail: info@dolberg.de

🌐
Web: www.dolberg.de



Von Potsdam über Hamburg zu

Olympia

Wie die junge Schwimmerin des AMTV die Welt erobern möchte

Text: CLAUDIA JANSSEN
Fotos: JENS WEHDE

Ich treffe Hannah Küchler für unser Gespräch im Olympiazentrum in Wandsbek und bin von der ersten Minute an ein Fan von dieser jungen, intelligenten und motivierten Frau.

Dass Hannah in ihrem jungen Leben (Jahrgang 2002) bereits einiges erreicht hat, merkt man ihr nicht direkt an: Sie ist bodenständig, freundlich und offen in all den Dingen, die sie sagt. Ihr Lachen ist zauberhaft und man merkt in jedem Moment des Gesprächs, dass Hannah sehr erwachsen für ihr Alter ist.

Vermutlich lernt man dies zwangsläufig als Olympiateilnehmerin. Hannah kommt gebürtig aus Potsdam, lebt aber in unserem schönen Hamburg und startete dieses Jahr für den AMTV-FTV bei Olympia. Ihre Eltern sieht die 19-jährige in der Regel nur viermal im Jahr – was ich mir schwierig vorstelle, in diesem Alter. Aber Hannah versichert mir, dass das für sie kein Problem darstellt. "Ich bin kein Heimwehtyp", sagt sie und lächelt. Außerdem habe ihr geholfen, dass sie bereits mit 14 Jahren wegen des Trainings in

ein Internat gezogen sei. "Da war ich ja dann auch schon nicht mehr zu Hause."

Während andere nach der Schule sich verabreden, Freunde treffen und gelegentlich einmal in den Sportverein gehen, sehen Hannahs Tage anders aus: Hannah befindet sich als Leistungssportlerin im sogenannten Streckerjahr des Abiturs. Anstelle von 13 Jahren Schule absolviert Hannah 14 Jahre, um so mehr Zeit für das intensive Schwimmtraining zu haben, dass neben der Schule gut 25 Stunden ihrer freien Zeit in Anspruch nimmt.

Insgesamt zehnmal in der Woche trainiert Hannah für ihr derzeitiges Ziel: die Langstrecken Weltmeisterschaft im Mai nächsten Jahres in Fukuoka / Japan und die nächsten Olympischen Spiele, an denen sie erneut teilnehmen möchte.

Ihre rare Freizeit in Hamburg nutzt die junge Frau gerne, um neue Spots kennenzulernen, denn das bunte Leben hier in der Hansestadt gefällt ihr gut. Als Lokalpatriotin meine ich herauszuhören, dass Hamburg vielleicht sogar ein bisschen interessanter ist, als ihre Heimat Potsdam. Wie schön.

Während wir sprechen, fällt mir immer wieder auf, wie professionell Hannah in unserem Gespräch ist. Ihre Worte sind wohl überlegt und keinesfalls spontan aus dem Ärmel geschüttelt. Das macht die junge Frau aber im Grunde noch sympathischer – denn das zeigt genau, wie ernst sie all das nimmt, was gerade um sie herum passiert. Hannah will den Erfolg und ist bereit, dem vieles unterzuordnen. Und genau deshalb passt auch die Antwort auf die Frage, was



Background Stories zum Artikel bekommt ihr auf Instagram @rahlstedter.leben und auf facebook @rahlstedter.leben

Hannah Küchler träumt groß: Sie möchte sich erneut für die Olympischen Spiele qualifizieren.

sie nach dem Abitur gerne machen möchte, haargenau zu Hannah Küchler: Sie möchte studieren und gerne in Richtung Immobilien gehen. Dafür, verrät sie mir später, würde sie auch Deutschland verlassen. Hannah denkt groß, wie beim Schwimmen. Denn nach ihrem Studium, "da möchte ich auch erfolgreich sein, so wie beim Schwimmen".

Besonders in Erinnerung geblieben ist mir der Moment, als ich nach ihrem neuen Tattoo frage. In einem Interview vor Olympia kündigte sie an, dass sie sich gerne neben den bestehenden zwei Tattoos noch ein weiteres stechen lassen würde. Ihr Augenstrahlen, sie lacht freundlich und zieht ihr Sweatshirt hoch: Fünf feine Ringe prangen kurz unter der Ellenbeuge auf dem rechten Unterarm. Es sollte ein Tattoo ohne viele Schnörkel werden – und ich finde, dass ihr das gelungen ist. Ein tolles Werk.

Dieses Tattoo ist Erinnerung an Erreichtes und zugleich Motivation für die Zukunft; denn Hannah ist bereits mit jungen 19 Jahren Teil der deutschen Mannschaft in Tokio gewesen und hat Deutschland bei der 4x100 Meter Freistil Frauenstaffel vertreten. Dass sie überhaupt bei der Staffel dabei war, war eine Überraschung, so die junge Sportlerin, denn mit ihren 19 Jahren war sie noch einmal deutlich jünger als ihre drei Mitschwimmerinnen. Das Küken vom Küken, wie sie einmal in einem Interview sagte.

Leider schied das schwimmende Quartett nach dem ersten Lauf aus und Hannah musste den Rückweg nach Hause antreten – nichts desto trotz war die Erfahrung es wert.

Denn mit jedem weiteren Step wächst Hannah ein bisschen. Nicht so stark, dass man es aktiv sieht, wie sie mir verrät, aber für sich selber, da ist das Wachstum klar zu erkennen.

Mir schwant bereits die Antwort im Kopf, als ich als letzte Frage einwerfe: Wenn du irgendwann einmal nicht mehr schwimmst und dein Studium abgeschlossen hast, ist Hamburg für dich dann eine Option? Würdest du hier leben?

Sie hat bereits erwähnt, dass sie hinaus möchte, in die Welt. Hannah Küchler lacht freundlich und sucht kurz die richtigen Worte, die mich aber versöhnlich stimmen: "Wenn ich zurückkommen würde nach Deutschland, dann würde ich nach Hamburg ziehen." ■



Hannah folgen auf Instagram @hannah_kue



Am 1. Weihnachtsfeiertag gibt es ein Weihnachtsmenü und am 2. Weihnachtsfeiertag einen Brunch.

Der Piepmatz von Neben

Unsere neuen Nachbarn Kübra und Lars findet ihr in der Bahnhofstraße 57.



Besuch bei den Newbies in der Rahlstedter Bahnhofstraße

Text: CLAUDIA JANSSEN Fotos: JENS WEHDE

Kübra (35) und Lars (24) sind unsere neuen Nachbarn - sie sind die Inhaber von Polly Piepmatz und Nebenan Nahdran.

Polly Piepmatz ist zum 18.9.2021 in die Rahlstedter Bahnhofstraße geflattert und hat sich ein ganz tolles Nest gebaut. Wunderschöne, mit viel Liebe zum Detail ausgesuchte Kleidung für Jungs und Mädchen bis zum Alter von 14 Jahren kann man bei Polly Piepmatz kaufen. Man sieht, dass jemand die Sachen mit Auge fürs Detail aus sucht, aber die Funktionalität nicht außer Acht lässt. Kübra weiß genau, was sie tut, denn sie selber hat zwei Kinder zuhause (3 und 4 Jahre alt) und hat dazu früher in der Bekleidungsindustrie gejobbt. Und so kommt es, dass ich nach dem Interview wie selbstverständlich mit einer Tasche von Polly Piepmatz aus dem Laden spaziere - einfach "nur gucken" scheint mir bei den absolut fairen Preisen und den tollen Stücken unmöglich.

Eigentlich, so erzählt mir Kübra schmunzelnd, hatte sie nur geplant, Kleidung für Babys und Kinder bis zum Schulantritt anzubieten. "Aber die Nachfrage war so groß, dass wir jetzt auch Kleidung bis 14 Jahre mit ins Sortiment aufgenommen haben". Es dauert noch etwas, bis die gesamte Ware angekommen und im Laden



f Wie es zum Namen Polly Piepmatz kam, verraten wir euch übrigens auf Facebook @rahlstedterLeben

verräumt ist - aber es läuft. Außerdem, so verrät mir die Inhaberin, wird es sogar im nächsten Jahr eine eigene Polly Piepmatz Kollektion geben. Was für ein Highlight!

Ich bin begeistert von dieser "Machen" Mentalität und muss schmunzeln, denn genau mit dieser Einstellung hat es eigentlich vor ein paar Monaten mit Nebenan Nahdran auch angefangen.

Lars hat sich entschlossen eine Umfrage online zu stellen und zu fragen, was die Rahlstedter und Rahlstedterinnen sich eigentlich in dem Neubau an der Bahnhofstraße wünschen - und herausgekommen ist der Wunsch nach einem Restaurant. Gesagt getan - denn damit ist auch der Wunsch von Lars in Erfüllung gegangen, der nur allzu gerne als Gastronom arbeiten wollte: Nebenan Nahdran war geboren.

Da auch ein Kinderbekleidungs Geschäft gewünscht wurde, kam Kübras Polly Piepmatz mit ins Spiel. Kübra und Lars kennen sich übrigens nicht erst, seitdem sie in Rahlstedt gemeinsam einen Laden eröffnet haben. Ihre Familien sind schon lange Zeit befreundet und nun freuen sich die beiden, nebeneinander arbeiten zu können. Gemeinsam blicken sie nun in die Zukunft und wünschen sich von Herzen, dass die Rahlstedter und Rahlstedterinnen ihre beiden Geschäfte annehmen, in ihr "inneres Rahlstedt". Denn dass den beiden Rahlstedt gefällt, zeigt ganz einfach die Tatsache, dass sich bald ihr kompletter Lebensmittelpunkt nach Rahlstedt verlagern wird, wenn sie mit ihren Familien hierher ziehen. Was für ein tolles Bekenntnis zu unserem schönen Stadtteil!

Im Nebenan Nahdran wird zukünftig Einiges los sein - denn Lars erzählt, dass bald auch vermehrt Veranstaltungen im Restaurant stattfinden sollen. Den Auftakt hat

das Oktoberfest gemacht und im November spielte Jakob Mueleisen im Restaurant auf. Eine Sache interessiert mich dann aber tatsächlich noch brennend: Was essen die RahlstedterInnen eigentlich am liebsten im Nebenan Nahdran? Lars lacht: "Das ist ganz einfach: das Schnitzel!" Eine gute Wahl, wie wir in der Redaktion finden. Obwohl der Burger sich auch sehr gut anhört..!

Übrigens, es wird ein tolles Gewinnspiel im Dezember geben, verrät mir Lars schon mal. Es lohnt sich also einmal mehr, im Restaurant vorbeizuschauen. Wer noch einen Platz für sein Weihnachtessen haben möchte, sollte schnell reservieren.

Ich kann nur hoffen, liebe Rahlstedter und liebe Rahlstedterinnen, dass Sie Polly Piepmatz und Nebenan Nahdran häufig besuchen - und wir alle dann, in vielen Jahren auf der beliebten Terrasse an die Zeit zurückdenken können, als beide Geschäfte ganz neu in Rahlstedt waren. ■



f Auf facebook @RahlstedterLeben verraten wir euch eine coole Nikolaus-Aktion bei Polly Piepmatz & Nebenan Nahdran



Der Hamburger Mietwohnungsmarkt Hätten Sie es gewusst?

HEUTE: Geförderter Wohnungsbau für Gutverdiener

Die Anzahl der Wohnungen im geförderten Wohnungsbau sinkt stetig, da die Förderprogramme auslaufen oder die Darlehen abgelöst werden. Zudem werden viele Wohnungen durch ehemals Bedürftige bewohnt, die heute zu den Gutverdienern gehören. Sie sind nach wie vor Nutznießer des geförderten Wohnungsbaus und erschweren heute Bedürftigen den Zugang zum bezahlbaren Wohnungsmarkt. Dies wurde bis ins Jahr 2002 durch eine Fehlbelegungsabgabe ausgeglichen, um ehemals Bedürftige zum Umzug in den freien Wohnungsmarkt zu motivieren. Diese Fehlbelegungsabgabe gibt es nunmehr seit fast 20 Jahren in der Hansestadt nicht mehr. Dadurch werden Wohnungen im geförderten Wohnungsbau oftmals durch Gutverdiener genutzt und stehen den Bedürftigen nicht zur Verfügung steht. Weitere Informationen unter:

www.mietenspiegel.de www.mietenspiegel.de

Immobilien-Tipp des Monats

Rat und Hilfe rund um die Immobilie

Informationen aus erster Hand in Mitgliederzeitschrift, Einzelberatung, Arbeitskreisen, Vortragsveranstaltungen oder telefonisch: Erfahrene Juristen, Steuerberater, Bauingenieure und andere Fachleute stehen unseren Mitgliedern kostenlos zur Seite. Wann dürfen wir Sie im Kreis der gut informierten Haus- und Wohnungseigentümer begrüßen?

Ausführliche Informationen rund um das Immobilieneigentum: Schweriner Straße 27 - Tel. 040-677 88 66 - Fax: 040-677 23 13



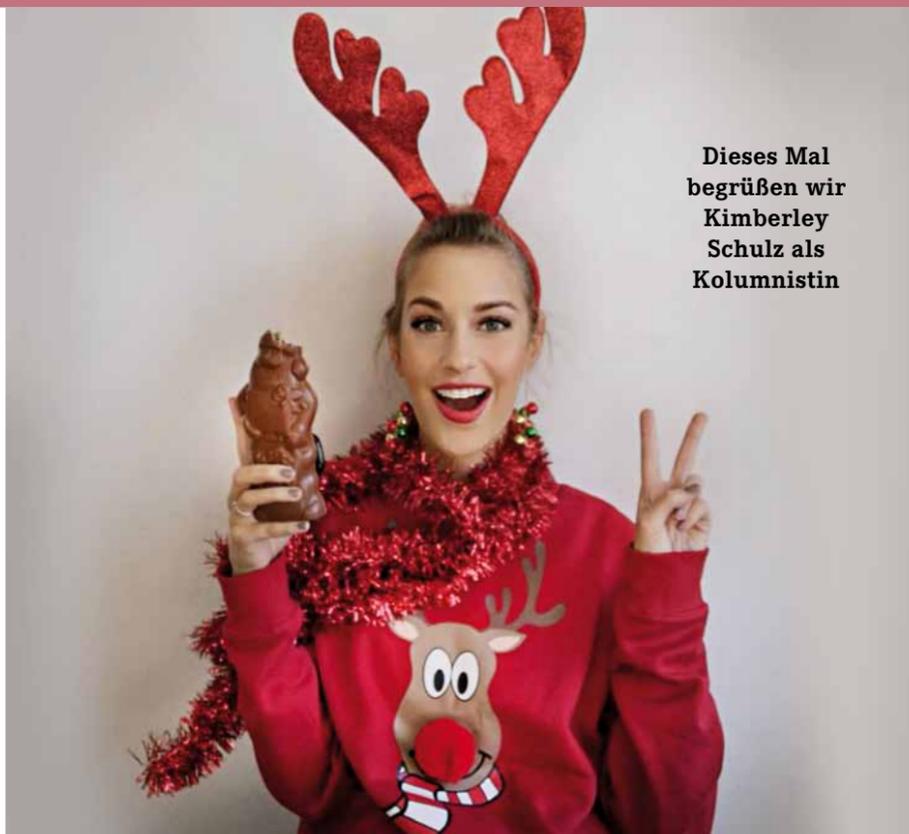
Haus und Grund Eigentümerverein Hamburg-Rahlstedt e.V.

www.hausundgrund-rahlstedt.de

Oh Santa, Baby...

Text: KIMBERLEY SCHULZ

Es ist schon wieder soweit! Weihnachten klopft an die Tür! Wenn wir mal ehrlich sind – eigentlich bereits seit September, denn die ersten Spezialitäten und spätesten Anfang Oktober auch die ein oder andere schokoladene Zipfelmütze starteten uns ja nun wirklich schon eine Weile entgegen. Manche X-Mas-Fans haben die Balkonbeleuchtung einfach gleich mal das ganze Jahr dran gelassen... Sind Sie denn bereit für



Dieses Mal begrüßen wir Kimberley Schulz als Kolumnistin

diese blinkende Jahreszeit? Peace, Love & Harmony? Nicht nur Glühwein, viel Süßes, vielleicht nervige Weihnachtslieder und der Geschenke-Wahnsinn, sondern auch meistens ganz viel mehr oder weniger geliebte Familie kommen auf uns zu!

„Besinnliche Weihnachtszeit“ und „Das Fest der Liebe und Liebsten“ sind nur zwei Bezeichnungen für das, was auf dem Weg oder teils schon voll und ganz am Laufen ist. Doch jetzt einmal Hand aufs Herz – nicht für jede:n von uns ist das Weihnachtsfest ein reinstes Vergnügen. Ganz im Gegenteil. Für manche ist es sogar sehr stressig, sehr einsam, sehr zerstritten und generell sehr belastend. Nicht alles ist immer so harmonisch und perfekt, wie es scheint. Auch die Suche nach dem richtigen Weihnachtsgeschenk betrifft nicht jedes Mal nur den oder die Liebste:n, sondern des Öfteren auch die Zweitbesetzung, nämlich die Affäre. Während dieser kalten Saison ist der Wunsch nach Nähe, sowohl emotional als auch körperlich, bei vielen Menschen äußert hoch. Kuscheln, Zärtlichkeit, Sex und Liebe – sind die Tage kürzer und die Temperaturen kälter geworden, vertreiben sich doch einige leidenschaftlich gerne die dunklen Stunden mit heißen Zeiten in Gesellschaft. In einer Studie von Ashley Madison, der Dating-Plattform für Vergebene, landete Hamburg allerdings nur auf Platz 16 von 20 im Ranking um die Stadt mit der höchsten Wahrscheinlichkeit für einen

heißen Winterflirt. „Sexy Weihnacht“ wird ja auch gerne im Zusammenhang mit dem Weihnachtsfest geflüstert. Doch ist die winterliche Feier automatisch auch die Zündung der Leidenschaft? Bringt Weihnachten wirklich immer die Liebe zum Vorschein oder brennt der Weihnachtsbaum am Ende, weil der Schein nicht zu wahren war? Wer hat vielleicht schon mal ein tolles Geschenk vorweg erschnüffelt und musste dann, ganz wie in einem schlechten Film, ein gespielter Lächeln zum neuen Raclette-Gerät aufsetzen, das anstatt der Musical-Tickets oder an Stelle des funkelnden Rings, welcher doch hinter den Socken lauerte, unterm Bäumchen lag?

Fragen über Fragen...

Aber mal eine ganz andere: Ist Ihnen in diesem Jahr der Hype von Erotik-Adventskalendern ebenso aufgefallen, wie mir? Klar, der typische Adventskalender hat sich in den vergangenen Jahren definitiv verändert. Aus dem einfachen Schokoladen-Exemplar wurde mittlerweile ein Kerzen-Kalender, doch auch Produkte wie Tee, Kosmetik oder gar Socken finden in 24-facher Ausführung ein Plätzchen hinter den Türen. Jetzt haben es aber auch die Sex-Toys in unsere Weihnachtszeit geschafft – und das ganz ohne Tabus oder Scham. Ob dadurch täglich das vorweihnachtliche Liebesleben einiger Paare zum Kochen gebracht wird oder bleibt es beim jährlichen Programmpunkt namens Weihnachts-Sex? *zwinker*

Springen wir zum Thema Weihnachtsfeier. Findet Ihre in diesem Jahr statt, fällt sie aus oder gibt es einen virtuellen Ersatz? Allerdings: Als wir alle noch gemeinsam gefeiert haben, kam es doch zu der einen oder anderen Besprechung der anderen Art... Galt bei Ihnen auch das Motto „Was auf der Weihnachtsfeier passiert, bleibt auch dort!“? Gab es bei Ihnen jemals diesen wild diskutierten und belächelten „Walk of Shame“ am nächsten Arbeitstag und peinliches Gekuschel, weil Sie vielleicht zu tief ins Glas geschaut haben oder sogar ein Techtelmechtel mit der Kollegschaft entstand? Weihnachtliche Firmenfeiern sind ja des Öfteren bekannt für ausschweifende Besäufnisse mit Blackout-Risiko. Ich habe mir die Frage gestellt, wieso plötzlich dieser EINE Kollege für viele anziehend wirkt, der ansonsten eher keines Blickes gewürdigt wird und Tag für Tag seine Blätter im Büro nebenan locht. Oder ist es doch dann DIE Chance, weil man sich eigentlich besser nicht mit dem eigenen

Team im Schlafzimmer trifft, aber schon lange scharf auf Person X ist? Naja, was auf der Weihnachtsfeier passiert, bleibt nicht unbedingt immer dort... Dafür sorgen in der Regel die üblichen Tratschtanten aus der Abteilung Bürogeflüster.

Unabhängig davon, ob Sie in diesem Jahr in trauter Gesellschaft, als Single oder Familie feiern – ich wünsche Ihnen ein wunderschönes, glückliches Weihnachtsfest. Lassen Sie es sich gut gehen und keinesfalls vom Weihnachtsstress anderer anstecken, ganz egal ob frisch verliebt oder alleinstehend.

ICH WÜNSCHE IHNEN HEIßE WEIHNACHT!

STATEMENT
CHRISTOPH KRAEMER,
Ashley Madison-
Europa-Sprecher

„Weihnachten gilt allgemein als eine Zeit der Besinnlichkeit, der Freude und der Familie. Für viele bedeutet dies allerdings vor allem Stress und Belastung. Es gilt Geschenke zu kaufen, Einkäufe zu machen und Essen zu kochen. Außerdem kann die zusätzliche Zeit, die Paare miteinander während der Feiertage verbringen, bestehende Probleme akzentuieren. Wir sehen daher jedes Jahr immer wieder einen starken Anstieg an Neuanmeldungen nach Sylvester, wenn die Menschen den Vorsatz fassen, nicht ein weiteres Jahr ohne die emotionale und physische Intimität zu verbringen, die sie zuhause von ihrer:m Partner:in nicht bekommen.“

KIMBERLY SCHULZ

Die studierte Art Directorin und ausgebildete Sprecherin stammt ursprünglich aus dem Alten Land und fand nach einigen Auslands-Exkursionen vor sechs Jahren in Hamburg ihr Zuhause. Aktuell arbeitet die 28-Jährige in einer Hamburger PR-Agentur, vorher war sie längere Zeit als Lifestyle & People Redakteurin tätig. **Fun Fact: Sie ist kein Weihnachtsmuffel, dafür ein richtiger Silvester-Grinch.**

ANZEIGE



Johann Müller GmbH & Co KG
Bosch Service in Hamburg Rahlstedt

Vielen Dank für Ihre Treue!

Wir wünschen unseren Kunden eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch in das neue Jahr!



ausgezeichnet vom Autofahrer





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

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

Beste Services für nachhaltige Immobilien



Wir wünschen unseren Kunden, Partnern und Mitarbeitern ein frohes Weihnachtsfest und ein erfolgreiches Jahr 2022.

Christian Ellerbrock sagt: Unsere Zukunft ist digital.

Der Digitalisierer – beruflich und privat

nexxtsoft
1. Etage rechts

Christian Ellerbrock will dafür sorgen, dass unsere Welt besser funktioniert.

Text: CLAUDIA JANSSEN Fotos: JENS WEHDE

Nexxtsoft ist vermutlich kein Unternehmen, das jeder hier in Rahlstedt kennt - aber dennoch ist die Firma, die die Digitalisierung von Geschäftsmodellen und Prozessen in Unternehmen vorantreibt, vermutlich einer der großen Player bei uns im Stadtteil. Auf der Website heißt es so schön: "Vom digitalen Büro, über automatische Rechnungserstel-

lung bis hin zur Realisierung von komplexer IoT Anwendungen, Big-Data und KI. Wir digitalisieren und automatisieren Ihre kompletten Abläufe."

Der Kopf des Ganzen ist Christian Ellerbrock. Er hat Nexxtsoft 2012 gegründet - und die Namensgebung ist Programm. Er entwickelt Softwarelösungen der nächsten Generation, um Geschäftsabläufe sei-

ner Kunden zu optimieren. Immerzu und immer wieder gibt es neue Anforderungen in den unzähligen Unternehmen, die eine individuelle Lösung erfordern - ein anspruchsvolles und komplexes Themengebiet, was sicher nicht jedermanns Sache ist. Gut dass es Menschen wie Christian Ellerbrock gibt, die für dieses Business brennen.

Dass Christian es schafft, die Digitalisierung in die Gesellschaft zu bringen, kann ich mir sehr gut vorstellen. Er arbeitet hart und unermüdlich an seinen Ideen und Visionen. Er ist dabei kreativ und weitsichtig. Er will schließlich die Welt ein bisschen besser machen und digitale Wege für die nächste Generation ebnen. Er beschäftigt inzwischen zehn Mitarbeiter und wird in den kommenden Jahren weiter wachsen. Nächte, in denen er selber Codes in den Computer hämmert, um Skripte zu schreiben, gibt es daher nach wie vor. "Wenn mir ein Code nicht gefällt, lösche ich ihn und wir fangen wieder von vorne an, solange, bis er perfekt ist", lacht Christian und fügt augenzwinkernd hinzu, dass ihn vielleicht deswegen auch schon der eine oder andere Mitarbeiter auf den Mond gewünscht hat.

Unternehmen digitaler zu machen, das ist Christians Passion, das merkt man im Gespräch sofort. "Wir müssen dafür sorgen, dass unsere Gesellschaft insgesamt digitaler arbeitet. Angst müssen wir davor

nicht haben", sagt der CEO. "Und ja, wir haben eine Verantwortung unseren Eltern, aber auch der jüngeren Generationen gegenüber. Wir müssen sie auf jeden Fall alle mitnehmen und sie unterstützen."

Und das sind nicht nur leere Worte, denn Christian ist ein Macher. Zu Beginn der Corona Pandemie hat er gezeigt, was es heißt, Dinge anzupacken. Als die Schule seines Sohnes auf einmal - nicht digital und ohne finanzielle Möglichkeiten - an einem Punkt war, an dem sie nicht mehr wusste, wie es weitergehen soll, da hat Christian an einem Wochenende (ohne Vergütung) die Digitalisierung der Schule einfach in die Hand genommen. Nur 48 Stunden hat er mit seinem Team benötigt, um eine funktionstüchtige Software auf die Beine zu stellen und die Schule arbeitsfähig zu machen. War Freitag noch Verzweiflung in der Schule, weil niemand wusste, wie genau Homeschooling funktionieren sollte, so war Montag alles einmal auf links gedreht und der Unterricht konnte online stattfinden. Was für eine tolle Leistung!

Ich kann mir gut vorstellen, wie Christian mit seinem ehrgeizigen 10-Mann-&-Frau-starken Team solche Aktionen wuppt und dabei noch Spaß hat. Auf dem Büro-



Christian Ellerbrock und sein Team werden unsere Zukunft digitalisieren

flur gehen alle freundlich miteinander um, es wird gelacht und gescherzt - es herrscht eine richtig tolle Atmosphäre bei Nexxtsoft.

Überhaupt ist Christian jemand, der schon viele Herausforderungen in seinem Leben gemeistert hat - als Werkstudent leitete er beispielsweise in Boston bereits ein Team aus Entwicklern. Nach seinem Abschluss in Informatik und Mathematik standen ihm die Türen in den Vereinigten Staaten für die nächsten Projekte offen, die er erfolgreich absolviert hat und die ihm viel Erfahrung für seinen weiteren

Werdegang gebracht haben. Auch heute plant Christian noch den Schritt über den großen Teich zu machen und eine Dependence in den USA zu unterhalten. Good luck!

Ich bin mir sicher, als ich den Firmensitz im Höltigbaum wieder verlasse: Nexxtsoft ist ein Name, den wir Rahlstedterinnen und Rahlstedter uns definitiv merken müssen - denn wir werden noch von großen Erfolgen in den nächsten Jahren hören. ■

Mehr Infos: www.nexxtsoft.com

ANZEIGE

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

ANZEIGE

WEIHNACHTSZAUBER IM RAHLSTEDT CENTER!

Unsere Weihnachtsaktionen:

27.11.2021 von 12 bis 17 Uhr
Gestaltet mit unseren Bastelsets euren Weihnachtsschmuck für Zuhause. Zwei Weihnachtswichtel verteilen diese an euch!

04.12.2021 von 12 bis 17 Uhr
Obwohl er so kurz vor Weihnachten viel in seiner Spielzeugwerkstatt zu tun hat, besucht uns der Nikolaus im Center und hat eine kleine Überraschung für euch dabei.

10. & 11.12.2021 von 14 bis 18 Uhr
Fotografin Katrin Schöning ist bei uns im Rahlstedt Center zu Gast und macht Weihnachtsfotos von dir und deinen Liebstem (Vor Anmeldung über den QR-Code).

18.12.2021 von 12 bis 17 Uhr
Lasst euch von unserem Weihnachtsengel verzaubern und halt euch einen funkelnden, süßen Glückstaler ab.

WWW.RAHLSTEDT-CENTER.DE
@/RAHLSTEDTCENTER • /RAHLSTEDTCENTERHAMBURG

Weihnachten 2021 wird anders als 2020 - so unser aller Wunsch. Wir verzichten dieses Jahr lieber auf Geschenke, die wegen Lieferengpässen nicht verfügbar sind, als auf die Zeit mit unseren Familien. Das Beisammensein, das hat letztes Jahr gezeigt, ist das höchste Gut, dass wir an Weihnachten haben. Einige Menschen haben sich aber vor einiger Zeit entschieden das gewohnte Weihnachten außerhalb von Deutschland einzutauschen – gegen Weihnachten in Rahlstedt. Ein paar Geschichten dazu lesen wir heute. Text: CLAUDIA JANSEN

Merry Christmas, glædelig jul, sretan Božić, god Jul, щасливого Різдва!

Unsere Fragen:

- 1 Was sind die schönsten Traditionen, die sich vom deutschen Weihnachtsfest unterscheiden?
- 2 Welche deutschen Traditionen gefallen Dir?
- 3 Welches ist Dein liebstes Weihnachtessen?



MARELIZE 37, SÜDAFRIKA

1 Weihnachten ist in der Sommerzeit, wir treffen uns als Familie und haben viel Spaß. Dazu gehören kalte Schwimmbäder, eiskaltes Bier, kalte Getränke und Knabberkram während des Wartens auf die Hauptmahlzeit. Ein Familienmitglied verteilt, als Weihnachtsmann verkleidet, Heiligabend um 24 Uhr die Geschenke. Natürlich gibt es einen großen Weihnachtsbaum.

2 Weihnachtslieder singen, Weihnachtsspaziergänge, die Schuhe vor der Tür für Süßigkeiten, Weihnachtsmärkte, Glühwein trinken und das wunderbare Essen:

3 Ente oder Gans mit Rotkohl und Kartoffelknödeln. Und dann der Apfelstrudel!



ANNA 48, KROATIEN

1 In meiner Kindheit, habe ich es geliebt, wenn wir Kinder am 25.12. ganz früh morgens in unserem Dorf von Haus zu Haus gegangen sind und dann Süßigkeiten von den Nachbarn bekommen haben.

2 Die Adventszeit in Deutschland finde ich sehr schön. Seit ich Kinder habe, ist das tägliche Öffnen der Adventskalender eine besondere Freude.

3 Lachsbraten mit französischem Salat.

DIE TOP 3 WEIHNACHTSSESSEN DER DEUTSCHEN 2020



19% Bockwurst & Kartoffelsalat
17% Fondue oder Raclette
9% Schweine- / Rinderbraten

DIE TOP 5 WEIHNACHTSHITS 2020

1. Stille Nacht, Heilige Nacht
2. Last Christmas
3. Leise rieselt der Schnee
4. White Christmas
5. Driving Home for Christmas

Der Weihnachtsstrohbock darf als Dekoration nicht fehlen



KATARINA 51, SCHWEDEN

1 Am 13.12. beginnt die Weihnachtszeit, mit dem Lucia-Fest, der heiligen Lichtkönigin. Der schwedische Heiligabend ist im Vergleich ein sehr viel fröhlicheres Fest mit Tanz, Gesang (nicht nur Weihnachtslieder!) und Spielen wie Beruferaten. Meine Mutter hat noch an den Weihnachtsbock geglaubt, der mit den Hufen an die Tür geklopft (klappa) und die Geschenke hineingeworfen hat, daher das Wort julklapp. Weihnachten endet mit Knut: am 13.01. werden die geplünderten Bäume aus dem Fenster geworfen. Als Kind habe ich die Tannenbäume rausfliegen sehen.

2 Mir gefällt die deutsche Nikolaus-Tradition, als Kind habe ich mich über dieses „zusätzliche“ Fest gefreut.

3 Ich liebe das Julbord, ein Buffet mit vielen Spezialitäten z.B. Weihnachtsschinken oder gravad Lachs. Wer die im Milchreis versteckte ganze Mandel hat, muss spontan ein Gedicht vortragen. Wichtig: Nachts muss etwas für die fleißigen Weihnachtswichtel (tomte) hingestellt werden.



ANETTE 67, DÄNEMARK

1 Es gibt keinen Nikolaus aber am 1.12. zieht ein kleiner, geheimnisvoller Kobold (Julenisse) in jedes Haus. Am 13.12. ist das Luciafest (urspr. Schweden), am 23.12. der kleine Heilige Abend (lille juleaften) mit Baumschmücken, Freunden und „Jule gløgg“. Heiligabend beginnt traditionell mit festlichem Essen (häufig Gans) und festlicher Kleidung. Wer die im Nachtisch versteckte Mandel findet, bekommt ein Extra-Geschenk (mandelgave). Nach dem Essen wird gesungen und um den Weihnachtsbaum getanzt. Erst danach ist Bescherung, die Kinder müssen sehr geduldig sein.

2 Traditionelle, nicht kommerzielle Weihnachtsmärkte, leuchtende Kinderaugen, die beleuchteten Häuser und Straßen.

3 Gänsebraten mit Rotkohl und braunen karamellisierten Pellkartoffeln und als Nachtisch Risalamande, ein kalter Mandelmilchreis mit warmer Kirschoße. Das ist dann ein wenig wie zuhause in Dänemark.



IRYNA 42, UKRAINE

1 In der Ukraine bringen die Patenkinder ihren Pateneltern ein Teil des festlichen Abendessens (oft Kutja). Die Patenkinder bekommen dann von den Pateneltern Geschenke. Gemeinsam werden insgesamt 12 Gänge gegessen. In dörflichen Gegenden mochte ich immer das Weihnachtssingen (Koljady) mit einem Stern: Eine Gruppe geht in traditioneller Tracht von Haus zu Haus um Glück, Gesundheit und Wohlstand zu wünschen. Für das Singen bekommen die Kinder Süßigkeiten.

2 Die märchenhafte Adventszeit mit geschmückten Häusern, Weihnachtsmärkten mit heißem Punsch und gemeinsamem Keksebacken ist für mich die schönste Zeit des Jahres. An Weihnachten das Krippenspiel, das gemütliche Abendessen und den Kindern beim Auspacken der Geschenke zuzuschauen.

3 „Kutja“, eine Süßspeise aus gekochten Weizenkörnern gemischt mit eingeweichten Mohnkörnern, Nüssen, Rosinen und Honig. Die gibt es nur an Weihnachten.

Was feiern wir eigentlich an Heiligabend – und warum nicht am 25.12.?

An Weihnachten feiern die Christen die Geburt von Jesus Christus vor gut 2000 Jahren. Das erste Weihnachtsfest wurde vor

ca 1700 Jahren gefeiert, also erst gut 300 Jahre später. In vielen Ländern ist heute der 25. Dezember der wichtigste Festtag an Weihnachten – zum Beispiel in den USA, Russland oder England.

Warum aber feiern die Deutschen am 24. Dezember mit Heiligabend ein

großes Fest und andere Länder erst am 25. Dezember *Weihnachten*?

Feiern wir unterschiedliche Feste?

Nein, denn es sind sich alle Christen einig, dass der Geburtstag von Jesus Christus am 25.12. stattfindet. In Deutschland hat sich allerdings die Lesart durchgesetzt, dass der Feiertag

mit dem Sonnenuntergang des Vortages beginnt, unserem Heiligabend. So kommen wir in den Genuss, bereits am 24. zu feiern, am 25. feiern wir weiter und selbst am 26. haben wir in Deutschland, Österreich und der Schweiz noch einen zweiten Weihnachtsfeiertag.

TOP 5 Checklisten und Kräutertee – fünf Tipps für entspannte Weihnachten

1 Rechtzeitig mit den Vorbereitungen beginnen.

2 Aufgaben verteilen - Weihnachten ist für alle. Niemand sollte „alles“ übernehmen.

3 Erwartungshaltungen bremsen. Das schon die Stimmung.

4 Auszeiten einplanen! Die Stimmung bleibt entspannter, wenn man Pausen voneinander hat.



5 Gegen Völlegefühl nach dem Festmahl hilft KräuterTEE besser als Kräuterschnaps.

Rahlstedter

ALLE AKTUELLEN TERMINE UNTER
WWW.RAHLSTEDTER-LEBEN.DE

Kosmos

GERBITZ-GARTENBAU

Weihnachts-Shoppen im Hofladen

Auf dem Gelände von Gerbitz-Gartenbau werden in der Vorweihnachtszeit kleine Manufakturen ihre besonderen Artikel anbieten: Lassen Sie sich inspirieren von ausgesuchten Geschenkideen wie selbst hergestellte Holzprodukte, weihnachtliche Dekorationen wie Kränze und Floristik, hochwertige kuschelige Schurwolldecken aus eigener Herstellung, bemaltes Porzellan, Zinn-Engelchen, Weihnachtsgebäck, Marmeladen, hochwertige Weine, Dekorationen für den Außenbereich wie Wachsblener und Accessoires für Haus und Garten.

Verbinden Sie den Besuch bei uns mit dem entspannten Kauf Ihres Weihnachtsbaumes oder buchen Sie einen Termin bei der Firma Gerbitz-Gartenbau ab 10. Dezember, wenn Sie Ihren Baum selbst schlagen möchten.

Am 3. und 4. Advent wird es besonders vorweihnachtlich mit Lagerfeuer, Glühwein und Grillen.

Wir freuen uns auf Sie!

www.gerbitz-gartenbau.de

Gerbitz-Gartenbau
Nornenweg 9
22145 Hamburg
Telefon:
0162 - 300 4283
Tannenbaumverkauf:
Tel. 040-6785090



20.11. bis
23.12.2021
Täglich von
10 bis 18 Uhr

Tannenbaum-
verkauf täglich
von 10 bis
16 Uhr



SKETCHING

Stephan Zörnig zeichnet unser Rahlstedt,
hier eine der Tankstellen an der Rahlstedter Straße

**Weihnachts-
träume**
4. + 5. Dezember
11 - 19 Uhr



Timmerhorn
22941 Jersbek-Timmerhorn freies Parken
Heideweg 1 Eintritt: 4 € / Kinder frei
www.selekt-veranstaltungen.de

ANZEIGE

WEIHNACHTSMARKT JERSBEK

„Weihnachtsträume“

Für diesen stimmungsvollen Weihnachtsmarkt haben Aussteller aus Nah und Fern ihre festlich dekorierten Verkaufsstände drinnen und draußen aufgebaut. Hier findet der Besucher wunderschöne Geschenke für das kommende Weihnachtsfest: Kunsthandwerkliches aus Holz, Leder, Wolle, Stoff, weihnachtliche Dekoration für Haus und Garten, Mode und Schmuck, Kunst, außergewöhnliche Wohnaccessoires, handgefertigte Weihnachtskarten, Spezialitäten und vieles mehr, für jeden Besucher ist auf unseren „Weihnachtsträumen“ etwas dabei.

Genießen Sie kulinarische Leckereien in der vorweihnachtlichen Atmosphäre! Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim bunten Markttreiben!

Eintritt: 4 Euro/Kinder frei
Ausreichend kostenlose Parkplätze
Heideweg 1, 22941 Jersbek-Timmerhorn
Selbstverständlich findet die Veranstaltung unter den für Schleswig-Holstein gültigen Hygienevorschriften statt.



KULTURWERK RAHLSTEDT

Kleine Schätze

aus unseren Kunst-
Ateliers zu kaufen!
Mo-Fr von 11-19 Uhr,
Samstags + Heiligabend
von 10-14 Uhr
Boizenburger Weg 7



BUCHTIPP

Schmücken, basteln, genießen

Zwölf liebevoll
inszenierte Weihnachts-
bäume werden mit
Schritt-für-Schritt-
Anleitungen vorgestellt.

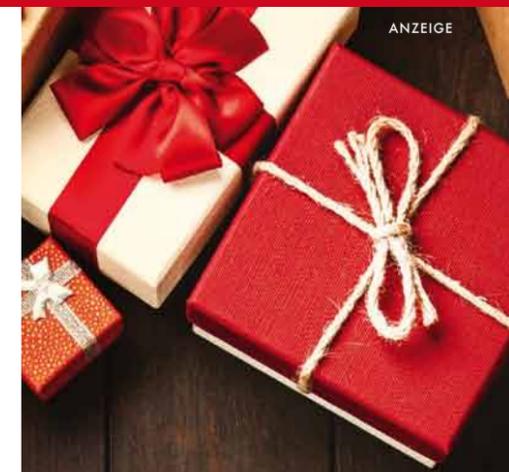
Mein wunderbarer
Weihnachtsbaum
von Heike Rath, 29,95€

ZITAT

„Die meisten
Leute feiern
Weihnachten, weil
die meisten Leute
Weihnachten
feiern.“

Kurt Tucholsky

ANZEIGE



RAHLSTEDTER NETZWERK

Mach mit!

Auch dieses Jahr wollen wir wieder in Kooperation mit Hinz&Kunzt Weihnachtsgeschenke für Obdachlose packen.

Alle Rahlstedterinnen und Rahlstedter sind herzlich eingeladen mitzumachen.

Idee: Bitte packen Sie einen Karton – maximal in der Größe eines Schuhkartons – mit Leckereien und praktischen warmen Sachen wie z.B. Socken, Mützen oder Schals und legen Sie gerne einen persönlichen Weihnachtsgruß bei.

Die Päckchen können Sie bis zum 18.12.2021 bei unseren Sammelstellen abgeben:

Optiker Höcker Rahlstedter Bahnhofstr. 19 Mo-Fr 9-18:30 und Sa 9-13 Uhr	Copyfuchs Rahlstedter Str. 67 Mo-Do 9:30-12:30 und 15-18 Uhr Fr 9:30-12:30 Uhr
---	--

Wir kümmern uns um die Weitergabe an Hinz&Kunzt.

www.rahlstedter-netz.de





Voller Stolz zeigen die MietgärtnerInnen ihre Ernteerfolge und Erlebnisse jedes Jahr bei einem Fotowettbewerb.

MIETGARTEN BARSBÜTTEL
Warum Gärtnern?

Laut unserer Kundenumfrage ist der Hauptgrund die Versorgung mit gesundem, unbelastetem Gemüse. Unsere Mietgärten sind **fix und fertig vorbereitete Gemüsegärten**, in denen bereits über 20 verschiedene Kulturen vor Saisonbeginn gepflanzt und gesät sind. Wasser, Gartengeräte und regelmäßige Unterstützung wie den Digitalen Gärtnerbrief, Gemüsehotline, Gärtnersprechstunden, Lernvideos, Online-Liveevents sowie eine Chatgruppe gibt's inklusive. Geerntet wird von Frühjahr bis zum Herbst. Seit Anfang Oktober ist die Buchung für die Gemüsegärten zum Mieten von *meine ernte* für die Saison 2022 möglich. Schon jetzt haben einige alten Hasen und Gartenanfänger ihren Garten gebucht, einfach in unserem Onlineshop:

www.meine-ernte.shop/mietgaerten



RAHLSTEDT CENTER
Wir wünschen uns, dass jedes Kind ein Geschenk bekommt

Damit in diesem Jahr jedes Kind die Möglichkeit hat, ein schönes Weihnachtsfest mit Geschenken unter dem Weihnachtsbaum zu verbringen, haben wir wieder unsere Wunschbaumaktion ins Leben gerufen. Gemeinsam mit dem FRKS e.V., (Förderung Rahlstedter Kinder und Jugendlicher), wollen wir jedem Kind ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

Der Wunschbaum, an dem die Wunschkarten hängen, ist vom 27.11. bis 10.12.2021 im EG des Rahlstedt Centers aufgestellt. Erfülle einen kleinen Wunsch und zaubere damit ein noch größeres Kinderlächeln. So einfach geht's:



- Wunschzettel am Weihnachtsbaum aussuchen und abnehmen.
- Wunsch erfüllen und schön verpackt bis zum 10.12.2021 beim Center Management im 1. OG abgeben (den Wunschzettel gut sichtbar anbringen).
- Das Center Management überreicht in der Woche vor Weihnachten persönlich, mit der Einrichtungsleitung die Geschenke an die Kinder.
- Damit jedes Kind ein schönes Geschenk mit gleichem Wert erhält, bitten wir den Maximalbetrag von 30 Euro einzuhalten.

RAHLSTEDTER NETZ
Weihnachtsgeschenke für die Kleinsten

Das Rahlstedter Netzwerk setzt sich regelmäßig für soziale und kulturelle Projekte ein. In diesem Jahr ergänzt die Unternehmerrgemeinschaft die Wunschbaumaktion im Rahlstedt Center und sponsert die Weihnachtsgeschenke der Kinder im Alter bis 4 Jahre, die noch keine Karte ausfüllen können. So bekommen alle Kinder bis 17 Jahre der Einrichtung „Fördern und Wohnen“ ein eigenes Weihnachtsgeschenk. Fröhliche Weihnachten!



ANZEIGE



Entspannte Weihnachten

Wir sind auch am 1. und 2. Weihnachtsfeiertag für Sie da!

2 Enten für 4 Personen
Knusper-Enten mit Sauce, ohne Beilagen

95,00 €

2 Knusper-Enten mit geschmortem Apfel-Rotkohl, kräftiger Orangenjus, Serviettenknödel

110,00 €

GANS TO GO
FERTIG ZUM AUFKNÜSPERN



WIR bereiten vor, SIE holen ab. Gerne auch vor & nach Weihnachten. Wir bitten um rechtzeitige Vorbestellung!

Am 24.+ 25. & 26.12. nur KALT Abholung möglich!

Gans für 4 Personen
ca. 4,5 kg knusprige Weihnachtsgans mit Sauce, ohne Beilagen

115,00 €

Knusper-Gans
mit geschmortem Apfel-Rotkohl, Festtagssauce, Serviettenknödel

130,00 €

Dwenger Catering & Events • Merkurring 38 - 40 • 22143 Hamburg • Tel. 040 / 67 59 86-0 • info@dwenger.de • www.dwenger.de

ANZEIGE

Wir suchen Lageristen!

[m/w/d]



TOP JOB

Arbeitgeber 2021



Bewirb dich jetzt!

meyle.com/lageristen

Wir sind Hersteller für hochwertige Autoersatzteile im Freien Teilemarkt. Die MEYLE AG ist ein inhabergeführtes Familienunternehmen. Gemeinsam arbeiten wir für eine nachhaltige Welt der Mobilität.

DRIVER'S BEST FRIEND

Folge uns auf




MEYLE



Ein Tandem aus Alt & Jung beim Spielen

KULTURISTENHOCH2 KH2spielt!, das Kultur-Dialog-Spiel

Mit einem im wahrsten Sinne des Wortes spielerischen Herangehen feiert KULTURISTENHOCH2 (KH2) den fünften Geburtstag. KH2spielt! heißt das neue PLUS-Projekt, das viele verschiedene Elemente vereint: Ein eigens entworfenes Spielfeld, klassische Spielfiguren, Frage- & Wissenskärt-

chen - und ebenso den Sprung in die virtuelle Welt. Generationsübergreifende Tandems begeben sich auf Entdeckungsreise - immer rund um Kultur, im Dialog und mit viel kreativem Freiraum. Vor allem heißt es: Gemeinsam Gewinnen! Mit KULTURISTENHOCH2 wurde 2016 eine gemeinnützige Initiative ins Leben gerufen, die von Einsamkeit bedrohten älteren Menschen gesellschaftliche Teilhabe ermöglicht.

www.kulturisten-hoch2.de



ANZEIGE

doreaFAMILIE HAMBURG-RAHLSTEDT

Ihr Zuhause in Hamburg-Rahlstedt

Lebensfreude im Alter

Genießen Sie Ihren Lebensabend in familiärer Atmosphäre - selbstbestimmt, liebevoll umsorgt und fundiert betreut.

Kommen Sie vorbei, wir führen Sie gern durch unsere Einrichtung.

DOREAFAMILIE HAMBURG-RAHLSTEDT
Am Hegen 29
22149 Hamburg

t. 040 673704-0
info@doreafamilie-hamburg.de
www.doreafamilie-hamburg.de



Gesundes aus der hauseigenen Küche

DOREAFAMILIE-RAHLSTEDT

Gesunde Gewichtszunahme im Alter

Im Rahmen des stetigen Generationswechsels, erhält das Thema gesunde Ernährung einen immer wichtigeren Stellenwert unserer zu Pflegenden, in der DoreafamilieHamburg-Rahlstedt.

In den Medien wird überwiegend von Diäten zur Gewichtsabnahme gesprochen. Doch was ist mit denjenigen, die zu Untergewicht neigen oder sogar haben? Dies kann viele Ursachen haben, wie ein längerer Krankenhausaufenthalt, eine Erkrankung, genetische Veranlagung, nicht ausreichende Kalorienzufuhr oder eine erhöhte körperliche Aktivität.

Es ist immer leicht gesagt, „na dann essen Sie doch einfach mehr“, denn so leicht lässt es sich oft nicht umsetzen, wenn Appetit oder Hunger fehlen. Wir in der DoreaFamilie-Hamburg Rahlstedt bieten ein vielfältiges und individuelles Angebot an Aktivität im Freien. Eine ausgewogene Ernährung spielt eine entscheidende Rolle und lehnt sich an den täglichen Grundbedarf des Einzelnen an. Das Angebot richtet sich nach Vorlieben und Abneigungen der BewohnerInnen, sie werden im Austausch mit der hauseigenen Küche aktuell gehalten.

Wurden krankheitsbedingte Ursachen ausgeschlossen, muss festgestellt werden: Was und wieviel nehme ich zu mir? Es reicht nicht aus, einfach auf fettreiche und einseitige Ernährung umzustellen. Effektiver und gesünder ist es, auf die Vielfalt gesunder Ernährung mit vielen Ballaststoffen zurückzugreifen: Kartoffeln, Vollkornnudeln und Reis haben viele Kalorien und liefern Kohlenhydrate. Fleisch und Fisch bieten wichtige Eiweiße für die Zellneubildung (Muskeln). Obst und Gemüse liefern Vitamine und Mineralstoffe. Diese Mischung, verteilt auf mindestens fünf Mahlzeiten am Tag, gewährt eine physiologische Gewichtszunahme. Ausdauersport wie Kraftsport (Muskelaufbau) steht bei der gesunden Gewichtszunahme an zweiter Stelle.

Wir in der Doreafamilie Hamburg-Rahlstedt unterstützen die bei uns lebenden älteren Menschen, indem wir ihnen beratend und kompetent zur Seite stehen.

Thomas Fischer, Leitung

www.seniorensitz-am-hegen.de

SCHULINSPEKTION Sehr gute Noten für die GS Neurahlstedt
Die Schulinspektion der Stadt Hamburg hat Anfang November die Grundschule Neurahlstedt intensiv besucht. Drei Tage lang haben vier Inspektoren unsere Schule von morgens bis abends als Beobachter begleitet. Im Vorfeld mussten wir Berichte über unsere Schule schreiben, unsere Arbeit dokumentieren und es gab eine umfangreiche Online Umfrage mit allen Schulbeteiligten. Es wurden Interviews mit SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern und der Schulleitung geführt. Wir freuen uns nun sehr über den Gesamtbericht, der uns ein sehr gutes Ergebnis beschert. Der Bericht ist selbstverständlich öffentlich einsehbar und auch auf unserer Homepage zu lesen: www.grundschule-neurahlstedt.de



SchulLeben

Neues von der Grundschule Neurahlstedt



AKTIONSTAGE VOM 27.09. BIS 01.10.2021 „Zu Fuß zur Schule“

Auch in diesem Jahr haben wir uns wieder an den Aktionstagen „Zu Fuß zur Schule“ beteiligt! Die Kinder hatten sehr viel Spaß in der Woche beim „Zu-Fuß-Gehen“ mit ihren Freundinnen und Freunden. Alle Schüler haben mitgefiebert, wer wohl die meisten Punkte sammelt und den begehrten „Zu-Fuß-zur-Schule-Pokal“ im jeweiligen Jahrgang gewinnen wird. Entsprechend groß war die Aufregung am Dienstag nach den Herbstferien, als die Siegerehrung stattfand: Alle Kinder hatten sich auf dem Pausenhof mit ihren Lehrerinnen und Lehrern versammelt. Der Schulleiter Herr Lechel und Frau von Heyden haben unter großem Jubel die viel bewunderten Pokale an die Klassen VSK b, 1d, 2c, 3a/ 3c und 4a/ 4c übergeben. Alle Kinder freuen sich auf das nächste Jahr, wenn es wieder heißt „Wir alle gehen zu Fuß zur Schule“! FRAU V. HEYDEN



Das Auto durfte in dieser Woche zuhause bleiben.

BAUARBEITEN

Wir freuen uns über ein neues Schulgelände!

Unser schönes, großes und naturnahes Schulgelände wird nun bald noch schöner: Wir freuen uns auf viele interessante neue Spielgeräte, einen Schulgarten, einen neuen Fußballplatz, einen Schulgarten, einen neuen Amphitheater auf unserer großen Wiese. Auch in unserem Fachraumgebäude werden die Räume gerade neu gestaltet. Hier wird es - neben den renovierten Räumen bald eine neue Bibliothek und einen neuen Naturwissenschaftsraum geben. Wir wünschen uns sehr, wenn die Entwicklung des Infektionsgeschehens es zulässt, im Sommer ein großes Einweihungs-fest mit der gesamten Schulgemeinschaft zu feiern. JAN LEHEL (SCHULLEITER)



ANZEIGE

Wir ♥ Lebensmittel.

Hauslieferung

Öffnungszeiten:
Mo - Fr. 7:30 - 18 Uhr
Samstags 7:30 - 13 Uhr



Feinkost Hinrichs

Brockdorffstraße 94-96, 22149 Hamburg
Tel. 040/67391 353, Fax: 040/67391 354
Mail: hinrichs.nord@edeka.de



Noch mehr von Schlippe? „Mehr als Unsinn“: Eine kleine Erkenntnistheorie des Witzes. 136 Seiten, 20 Euro

Ich glaube, das bekommt ihr auch ohne mich hin!

Hört bitte auf zu streiten!

Wie wir die Geschwisterbeziehung stärken können.

Text: JESSICA ROTHER

Im letzten Heft habe ich beschrieben, wie sich Kinder in verschiedenen Geschwisterkonstellationen fühlen und welche Strategien sie wählen könnten, um ihren Platz in der Familie zu finden. Heute geht es darum, die **Geschwisterbeziehungen zu stärken** und mit Konkurrenz, Streit und Rivalität umzugehen.

Konkurrenz kann leise stattfinden. Manchmal nur dadurch bemerkbar, dass Kinder sich unterschiedlich entwickeln und sehr verschieden sind. Rivalität wird meistens offen ausgetragen: Neid, petzen, streiten, versuchen, Eltern gegeneinander auszuspielen. Häufig geht es dabei um das „Gesehen werden“, um die Aufmerksamkeit der Eltern.

Geschwister kennen sich genau und wissen daher, wie sie sich gegenseitig auf die Palme bringen können. Es kann sein, dass die Kleinen die Großen so lange triezen, bis diese ausrasten und dafür Ärger bekommen (andersherum geht es natürlich auch). Erkennen Eltern das nicht und wird immer der oder die Älteste gemaßregelt, kann er:sie dies als ungerecht empfinden und mit „schwierigem“ Verhalten reagieren. **Wie kann ich mit meinen Kindern**

so umgehen, dass sie möglichst wenig rivalisieren (müssen)?

Nun, zunächst ist es gut, **Machtkämpfe** zu erkennen und sich möglichst **rauszu-**

JESSICA ROTHER



Diplom-Pädagogin, individualpsychologische Beraterin und Logopädin. Sie bietet Kurse, Coachings und Supervision zu erzieherischen, beruflichen oder persönlichen Themen für Fachkräfte und Eltern an. Mit ihrer Familie lebt sie in Hamburg-Rahlstedt.

Infos auf www.Jessica-Rother.de und [facebook: Jessica Rother - Erziehungscoaching](https://www.facebook.com/JessicaRother-Erziehungscoaching). Email: Mail@Jessica-Rother.de

ziehen. Denn oft wollen Kinder, dass wir eingreifen, wenn sie streiten. „Mama, Mira hat mich gehauen!“ Hier ist es gut, erst zu beobachten, ob die Kinder eigene Lösungsstrategien haben und ob der oder die Kleine wirklich unseren Schutz benötigt.

Wenn Geschwister sich hauen, ist das schwer auszuhalten. Es hilft, darauf zu vertrauen, dass sich Geschwister meistens nicht ernsthaft wehtun wollen. Oft geht es um unsere Aufmerksamkeit. Gehen wir darauf nicht ein, kann der Kampf schnell vorbei sein. Dann wissen wir: „Es ging eigentlich um uns“. Wenn es nicht um uns gehen sollte, finden Kinder auch Möglichkeiten, sich zu hauen, wenn wir nicht da sind, um es zu verhindern.

Was können wir tun, wenn wir uns nicht rauhhalten möchten?

Zu Beginn ist es besser zu fragen, ob die Kinder Hilfe möchten, statt danach, wer Schuld hat. Wichtig ist es, beide zu trösten, denn beide haben Not, egal was vorgefallen ist. Wir können uns berichten lassen, was sie gerade stört und ihre **Gefühle benennen**. Oft hört der Streit auf, wenn Kinder in ihren Gefühlen gesehen und gehört werden. Sie lernen außerdem,

sich gegenseitig zu verstehen und ihre Gefühle zu verbalisieren: „Ich war sauer und dann hab' ich dich gehauen.“ Wir können **Lösungswege** aufzeigen: „Wenn es dich stört, dann sag, dass du das nicht willst oder gehe weg. Ihr müsst euch abwechseln, euch einigen was ihr spielt, wer zuerst darf, usw.“ und unsere **allgemeingültigen Regeln nennen, ohne Partei zu ergreifen**.

Um Konkurrenz und Rivalität zu vermeiden ist es gut

- keine Vergleiche zwischen Geschwistern zu ziehen. Vergleiche wirken entmutigend für das Kind, das dabei schlechter wegkommt. Manchmal sind Vergleiche gut gemeint und sollen aufbauend sein, sie wirken aber trotzdem entmutigend: „Wenn du dich mehr anstrengen würdest, könntest du genauso gut Rad fahren, wie dein Bruder.“ Besser ist es, die speziellen Fähigkeiten, Interessen und Neigungen jedes einzelnen Kindes zu erkennen und wertzuschätzen.

- die eigenen Erwartungen zu reduzieren. Geschwister müssen sich nicht (immer) liebhaben. Sie haben sich nicht freiwillig dafür entschieden.

- Bei Eifersucht Verständnis zu haben und ein Gespräch über das eigene Empfinden zu führen: „Weißt du, auch ich muss Mama/Papa mit euch teilen und ich verstehe, dass das nicht immer schön ist.“ Eifersucht darf sein und sie geht nicht einfach weg, nur weil Eltern sagen, dass sie nicht da sein braucht oder soll.

- Umsichtig mit dem Wort „der*die Große“ umzugehen. Oft ist damit der Anspruch verbunden, der:die Erstgeborene müsse es schon selbst können, sich zurückhalten, Rücksicht nehmen, usw. was dazu führen kann, dass Groß-Sein negativ behaftet wird. Und nicht vergessen, die Jüngeren wollen auch gesehen werden und sich groß fühlen und die „Großen“

sind auch Kinder und müssen nicht alles können.

Das Beste ist, jedem Kind einzeln **Extrazeit mit uns** zu ermöglichen. Und zwar regelmäßig und gerade dann, wenn ein Kind „schwierig“ wird. Denn dann ist es häufig entmutigt und versucht, durch negatives Verhalten Aufmerksamkeit zu erlangen. D.h. Alleinzeit mit Papa und mit Mama und bestenfalls auch mit beiden zusammen, ohne Geschwister. Es reichen schon ein paar Minuten am Tag. Wichtig ist, dass es regelmäßig, verlässlich und freiwillig stattfindet, ohne dass die Kinder darum „betteln“ müssen.

Es ist gut herauszufinden, was welches Kind gerne macht, denn das kann unterschiedlich sein. Das eine möchte kuscheln, das andere Fragen des Lebens besprechen. So können wir jedem Kind das geben, was es braucht, auch ohne Riesenaufwand. Wir müssen nicht mit jedem Kind einen Wald-Spaziergang planen, wenn eines das gar nicht gerne macht.

Um die Geschwisterbeziehung zu fördern und zu stärken könnten Eltern:

- positive gemeinsame Erlebnisse ermög-

lichen, wie gemeinsames Baden, in den Wald gehen, Kekse backen. Das verbindet und liefert gemeinsame Erinnerungen.

- kooperative Spiele spielen. Es verbindet und verringert Konkurrenz. Wir stellen z.B. Aufgaben, die sie nur gemeinsam lösen oder auch gegen die Eltern spielen können.

Zum Schluss wünsche ich allen Eltern einen positiven Blick auf die vielen Momente, in denen die Kinder gut miteinander umgehen. Und die Fähigkeit, auch im Stress zu erkennen, was Geschwister aneinander haben: Sie erwerben Konfliktlösefähigkeiten und soziale Kompetenzen: Rücksicht nehmen, Warten, Teilen, Trösten, Impulskontrolle, sich entschuldigen, diskutieren, andere Meinungen gelten lassen. Sie haben immer jemanden zum Spielen, können sich auch mal gegen die Eltern verbünden und die Verantwortung teilen. Sie lernen miteinander anders als durch Erwachsene, können zusammen kichern und Quatsch machen, den Erwachsene nicht nachvollziehen können

Diese schönen Augenblicke sollten wir möglichst nicht unterbrechen und dürfen sie aus vollem Herzen genießen. ■

ANZEIGE



Helge Schoof
Regionalleiter Privatkunden
Telefon 040 710001-74310

Raphael Krause
Leiter Filiale Rahlstedt
Telefon 040 710001-55010

Unsere Teams und wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit, besinnliche Weihnachten und ein gesundes neues Jahr. Auch im nächsten Jahr sind wir gern für Sie da – für alle Finanzthemen, die Sie bewegen.

sparkasse-holstein.de



Sparkasse
Holstein



Wenn ich tanze, springt mein Herz

Einmal Tabaja, immer Tabaja - eine Tanzschule, wie man sie sich vorstellt

Text: CLAUDIA JANSSEN Fotos: JENS WEHDE

Neun strahlende Kinder springen in zauberhaften rosa Ballettkleidchen, weißen Strumpfhosen und passenden Schuhen durch den Ballettsaal, der die Hoheit von Trainerin Jaqueline ist. Einmal in der Woche treffen sich die jungen Mädchen zum Ballettunterricht in der Tanzschule Tabaja, die unter der Inhaberin Andrea Harings bereits seit 2011 bei der neuen Münze angesiedelt ist.

Ich darf Zeugin einer Ballettstunde für vier- bis fünfjährige junge Mädchen sein, die ihre ersten Schritte machen auf den Brettern, die die Welt bedeuten. Und dies hat seinen ganz eigenen Charme. Denn die Kinder hängen förmlich an den Lippen von Jaqueline, wenn sie ihnen Tanzpositionen an der Stange erläutert. Und ein Strahlen geht über beide Wangen, wenn sie ihre Füße in Grundhaltung korrekt auf den Boden bringen und ein Lob von der jungen und liebevoll strengen Trainerin erhalten. Denn Regeln müssen beim Ballett sein.

Trotzdem verabschieden wir - Inhaberin Andrea Harings und ich - uns nach einigen Minuten von der fröhlichen Truppe. Wir ziehen uns in dem kleinen Tanzstudio in

die gemütliche Ankleide für ein Gespräch zurück.

Andrea Harings ist eine äußerst sympathische Frau, die für ihre Tanzschule brennt - mit jeder Faser ihres Körpers. Das



Die Macherinnen: Andrea Harings und Bettina Meinckle

merke ich in unserem Gespräch sofort. Deshalb bin ich auch etwas überrascht, als sie mir verrät, dass sie eigentlich Juristin und Kriminologin ist und gar keinen tänzerischen Background hat.

Angefangen hat alles damit, dass ihre Kinder in der Tanzschule Tabaja getanzt haben. Als dann aber recht plötzlich die ursprüngliche Besitzerin verstarb und sich niemand anschickte, die Tanzschule zu übernehmen, fasste sich Andrea ein Herz und wurde so zur neuen Inhaberin des Tanzstudios. Von der engagierten Mutter, die unterstützte, hin zur Eigentümerin - eine tolle Entwicklung.

Tatsächlich wird die Tanzschule in 2022 bereits 20 Jahre alt. Dieses Alter hätte Tabaja nie erreicht, wenn Andrea nicht damals eingeschritten wäre und die Tanzschule übernommen hätte. Sie hat einen klaren Wunsch, was sie mit Tabaja erreichen möchte: "Jeder der tanzen will, soll tanzen können". Es geht nicht darum, die Tanzschule möglichst groß und gewinnbringend aufzubauen, sondern im familiären Charakter von Tabaja möglichst vielen Menschen die Leidenschaft des Tanzens zu vermitteln.

Dass Andrea Harings nicht die ursprüngliche Gründerin der Tanzschule ist oder gar keine tänzerische Ausbildung hat, merkt man in keinsten Weise. Ihre Augen strahlen freudig, wenn sie über das Tanzen spricht: "Wer tanzt ist glücklich", sagt sie strahlend. "Und außerdem lernen Tän-

zer und Tänzerinnen ihren Körper und Geist viel besser kennen."

Den freien Geist ihrer jungen Schüler und Schülerinnen fördert die Tanzschule übrigens auch dadurch, dass Eltern beim Tanztraining keinen Zutritt haben. Die jungen Schülerinnen ab vier Jahren gehen alleine in die Tanzstunde mit Trainerin Jaqueline. Einmal im Jahr können die Eltern einen Eindruck gewinnen: Es gibt eine Aufführung an der alle Eltern die Künste ihrer Kinder bewundern können.

Neben Kursen für junge Kinder, die über ihre Kreativität hin zum Tanzen geführt werden sollen, gibt es selbstverständlich auch Kurse für ältere Tänzer und Tänzerinnen. Egal ob Jazztanz, Steptanz, Ballett oder andere Tanzarten: Auch für Erwachsene ist immer etwas dabei. Tatsächlich, so verrät mir Andrea, ist es aber so, dass Kinder, die früh beginnen zu tanzen, auch gerne als Erwachsene wieder zurückkehren, zu Tabaja. Die Verbundenheit zu dieser wundervollen Tanzschule hält also an. Und: "Wer tanzt, tanzt immer", lächelt die stolze Inhaberin.

Nach 45 Minuten Tanztraining öffnen sich dann die Türen zum Ballettsaal wieder und neun junge Mädchen strömen in die Arme ihrer Mütter und Väter. Die Mädchen laufen lachend auseinander und irgendwie, so denke ich, wäre es doch schön, wenn es wirklich so ist, wie Andrea es gesagt hat: Wer tanzt ist glücklich. Die kleinen Ballerinas sehen auf jeden Fall so aus. ■

Mehr Infos: www.tabaja.de



Jaqueline bringt ihren jungen Tänzerinnen spielerisch Ballett näher.

ANZEIGE

Polly Piepmatz
COOLE • KINDER • KLEIDUNG

www.pollypiepmatz.de

Größen: 56 - 164

Rahlstedter Bahnhofstraße 57, 22143 Hamburg

20%

Diesen Coupon an der Kasse abgeben und 20% Rabatt auf Ihren Wahl-Artikel erhalten.

Dieser Coupon ist gültig bis einschließlich 8.1.2022. Pro Person und Einkauf nur ein Coupon gültig. Gilt nicht für den Verkauf von Gutscheinen. Gilt nicht im Onlineshop.



Prozessionsspinner

Geschichten aus Rahlstedt Text: ALEXANDER POSCH Foto: PIXABAY

Es klingelt, inzwischen habe ich aufgehört mitzuzählen. Adventszeit. Ich öffne dennoch die Tür, und vor mir steht ein magerer Mann. Er wirkt grau wie ein Buchenblatt vom Vorjahr. Hinter ihm auf dem Bürgersteig steht ein Lama, dessen Rippen ich zählen kann. Er erinnert mich an Charlie Chaplin und Buster Keaton und an all die anderen Zirkusmenschen, die ich in meiner Kindheit bewunderte und von deren prekärem Aufwachsen ich erst als Erwachsener erfuhr. Ich drücke dem Mann zehn Euro für das Winterquartier in die Hand. Überschwänglich bedankt er sich und ich bin unschlüssig, ob ich mir seine Dankbarkeit verdient habe.

Kaum sitze ich wieder auf dem Sofa, da klingelt es erneut. Bevor ich öffne, nehme ich einen Zehn-Euro-Schein aus dem Portemonnaie. Vor der Tür steht Wuttke, der Studienfreund meiner Frau.

„Ich dachte, es sei jemand vom Zirkus“, begrüße ich ihn.

„Nicht ganz“, sagt er. Wuttke hatte uns im Frühjahr wegen der Nacktschneckenplage beraten. Aber seine Tipps halfen nicht. Meine Frau kommt in den Flur.

Zu dritt gehen wir in den Garten, folgen den Schnecken Schleimspuren. Der Garten ist grau wie der Lamamann. Nur der Schuppen schimmert blau, und neben der Tanne hängen rosarote Früchte im Geäst. Wuttke doziert: „Seht, da leuchtet das Pfaffenhütchen! Die Pflanze ist giftig, die Griechen meinten, dass die Blüten nach Mord riechen, die Früchte jedoch, die sind die Lieblingspeise von Rotkehlchen und anderen Vögeln.“

„Manche nennen den Baum deshalb auch Rotkehlchenbrot“, ergänzt meine Frau, die als studierte Ornithologin die eigentliche Fachperson ist.

„Krass“, sage ich, um mich irgendwie am Gespräch zu beteiligen. Meine Frau und Wuttke gucken mich an. „Wirklich krass, das mit dem Brotbaum“, sage ich. Vorsichtig fasst Wuttke in die Tanne und legt eine Zweigspitze auf seine flache Hand, so als führe er den Zweig zur Tanzfläche.

„Diese Tanne ist außerordentlich zartnadelig und formschön“, sagt er. Meine Frau lächelt stolz, so als sei sie verantwortlich für diese Zartheit.

„Ich dachte, du bist eher sowas wie ein Schneckentyp“, sage ich zu Wuttke.

Da hustet etwas neben dem Schuppen. Etwas hechelt direkt beim Kompost. Es hört sich an, wie ein Obdachloser mit Raucherhusten.

„Oh, ihr habt Igel“, sagt Wuttke. „Habt ihr ihn gehört, den Igel?!“

„Ich bin weder ein Schnecken- noch ein Komposttyp“, sage ich. „Lieber nutze ich die Grüne Tonne.“

Es klingelt. Diesmal ist es Frau Engelmann. Mit ihr gehe ich zu den anderen in den Garten.

„Ich helfe Frau Engelmann mal mit den Kostümen“, sage ich. Seit Jahren bessert sie die Kostüme für die Prozessionsteilnehmer aus. Sie flickt Löcher und geplatze Nähte.

„Kostüme? Wofür?“, fragt Wuttke. Ich erzähle ihm von der Prozession.

„Und mein Mann wird, wie ein Baby im Körbchen liegend, durch die Straßen getragen“, sagt meine Frau und lächelt. Wuttke schüttelt den Kopf, Frau Engelmann nickt.

„Und zwischen den Besuchen immer wieder tote Zeit“, sagt Frau Engelmann auf dem Weg zu ihr. Ich denke, dass meine Frau jetzt mit Wuttke im Garten ist und dass die beiden sich über das Igelhecheln amüsieren. Ich hoffe, Frau Engelmann wird mich auch heute mit ihren Geschichten unterhalten und auf andere Gedanken bringen.

In ihrem Wohnzimmer reicht sie mir die ausgebesserten Kleidungsstücke zur Anprobe. Die Prozession, sie ist unsere Stadtteilversion des Weihnachtsmärchens. Sie ist ein Überbleibsel aus der Nachkriegszeit, als sich hier eine Flut von katholischen Schlesiern ansiedelte. In diesem Jahr bin ich das Kindjesulein. Ich werde nackt in einem großen, runden Bastkorb liegen, eingewickelt wie ein menschlicher Igel. Den Korb tragen vier Männer aus dem Sportverein. Der Korb ist mit Schaffell ausgelegt. Aber auch mit Schaffell ist es draußen auf den Straßen sehr kalt. Deshalb trainiere ich seit Ende Oktober täglich zwei Stunden im Garten. Nackt kuschle ich mich an das Pfaffenhütchen und sehe den Rotkehlchen zu.

Im letzten Jahr hatte noch der adipöse Hans-Peter Webknecht die Rolle des Herz Jesulein gespielt, aber Hans-Peter ist im Frühjahr an Corona gestorben.

„Zieh dir doch wenigstens den Pyjama an“, forderte meine Frau den ganzen November über.

„Stör mich nicht. Ich trainiere“, antwortete ich ihr.

Als ich Frau Engelmann verlasse, habe ich wieder Rücken-

LESETERMIN

■ DIENSTAG
30. November
20 Uhr, 8 Euro
Bei Hilde
Brakula, Bramfeld

COTE OBSCURE #5: NEID

Neues
Heft!



Die Kunstzeitschrift mit sechs neuen Geschichten von Lars Dahms und Alexander Posch und Illustrationen von Thomas Tannenberg ist für 10 € (+ Porto 1,45 €) direkt beim Autor erhältlich: appoche@gmx.de

schmerzen. Die kommen bestimmt vom Körbchenliegentraining. Deswegen wollte ich schon länger zum Arzt. Also mache ich einen Schlenker zur Praxis in der Fußgängerzone. Die Sprechstundenhilfe am Tresen sagt, ich soll mich im Behandlungszimmer auf die Liege legen und warten. Das Behandlungszimmer ist ein Rigipskabuff, kaum größer als die Liege. Ich höre alles, was in der Praxis passiert. Eine halbe Stunde, vierzig, fünfzig Minuten vergehen. Ich muss an das Igelstöhnen in unserem Garten denken. Ich denke mir eine Geschichte aus, um endlich von dem Igelstöhnen wegzukommen. Gehe mit einer unbekanntenen Frau in deren Wohnung. In der Küche liegt ein gestreifter Pyjama unter dem Tisch. Als wir uns mit einem Glas Wein gesetzt haben, betritt ein nackter Mann die Küche. Der Mann murmelt unverständlich. Die Frau geht zu ihm, streicht ihm über den Kopf und hilft ihm, den Pyjama anzuziehen. „Mein Bruder“, sagt sie. „Er ist leider sehr krank.“ Sie führt den Mann aus der Küche. Ich blicke in das Glas, nippe am Wein. Er schmeckt metallisch. Plötzlich steht eine alte Frau neben mir. Sie streichelt mir lange zärtlich über den Kopf, wie bei einem kleinen Kind. Die Alte sagt etwas in einer Sprache, die ich nicht verstehe. „Meine Mutter mag dich“, sagt die Frau, die in die Küche zurückgekommen war, während die Alte mich streichelte. „Du bist wie ein Hündchen.“ Meine Geschichte gefällt mir nicht. Ich schüttelte mich. „Hallo?!“, rufe ich. „Ist da jemand?!“ Da niemand antwortet, verlasse ich das Kabuff. Die Praxis ist leer, der Tresen verwaist. Es ist dunkel, als ich die Fußgängerzone betrete. Alle Geschäfte sind bereits geschlossen. Bin ich auf der Liege eingeschlafen, überlege ich.

Auf dem Gehweg vor unserem Eingang liegt Lamakot. Im Haus brennt kein Licht. Wie in der Arztpraxis erhalte ich keine Antwort auf mein Rufen. Schließlich putze ich mir die Zähne. Als ich ins dunkle Schlafzimmer trete, knipst meine Frau ihre Leselampe an. Sie liegt im Bett und lächelt. „Huschhusch, ins Körbchen!“, sagt sie und schlägt ihre Decke zurück. ■

Buchtipps

von RAMONA NICKLAUS:



„Dürre“ Autor: Uwe Laub

Die Verbindung von Realität und Fiktion verpackt in einen Thriller klang für mich sehr interessant. Denn dieses Buch spielt nur wenige Jahre in der Zukunft und im Fokus stehen die Folgen des Klimawandels. Lebensmittel und Wasser sind knapp und das Wetter schwankt in Extremen. Das Leben auf der Erde unterscheidet sich deutlich von dem, wie wir es aktuell kennen. Und dennoch wirkt der Lebensentwurf, den Uwe Laub in „Dürre“ aufzeigt, sehr realistisch. Bedrückend. Macht sehr nachdenklich.

Alle Menschen kontrollieren über eine App ihren CO₂-Fußabdruck. Natürlich gibt es dafür auch eine Kontrollinstanz und es gibt Menschen, die in erster Linie an sich selbst denken. Ein fesselndes Buch, was ich in sehr kurzer Zeit verschlungen habe!

Heyne Verlag, 464 Seiten, 15 Euro

www.kielfeder-blog.de



ALEXANDER POSCH

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

ANZEIGE

JENS WEHDE FOTOGRAFIE

PORTRAIT + BUSINESS + HOCHZEIT

0179-99 607 99

www.wehde.de www.eieiei.de



**Fragen
an Pastor
Matthias Marks**
Ev.-Luth.
Kirchengemeinde
Alt-Rahlstedt

Singen

– auf dass es Weihnachten werde!

Fragen: VIRGINIE SIEMS Antworten: MATTHIAS MARKS Foto: ANDREAS ZIMMERMANN auf PIXABAY



Matthias Marks ist Pastor in der Ev. Kirchengemeinde Alt-Rahlstedt seit Oktober 2019

Virginie Siems: Weihnachten rückt näher. Worauf freuen Sie sich am meisten, Pastor Marks?

Matthias Marks: Am meisten freue ich mich darüber, dass wir wieder singen dürfen. Denn das habe ich, das haben viele, mit denen ich gesprochen habe, im vorigen Jahr am meisten vermisst. Da war wegen der Pandemie vieles nicht erlaubt, was für uns unbedingt zu Weihnachten dazugehört. Und wenn das nicht möglich ist, merkt man erst, wie sehr man

es braucht. Es ist etwas anderes, ob ich zuhause eine CD mit Weihnachtsmusik einlege und alleine dazu mitträllere oder ob ich mit anderen zusammenkommen kann und wir in der vollbesetzten Kirche gemeinsam im großen Chor die Weihnachtslieder singen können.

VS: Wie kommt es, dass das Singen an Weihnachten eine so große Bedeutung hat?

MM: Singen hat ja nicht nur an Weihnachten eine große Bedeutung. Sondern überhaupt. Ich teile, was Martin Luther einmal sagte: „Ich liebe die Musik. Denn sie ist ein Geschenk Gottes und nicht der Menschen; sie macht fröhliche Herzen; sie verjagt Zorn, Begierden, Hochmut.“ Deshalb hat Luther selbst auch Lieder gedichtet, um den neuen Glauben unters Volk zu bringen. Wissenschaftler sind

sich einig: ohne die Musik, ohne die Lieder hätte es die Reformation so nie gegeben. Glaube und Musik gehören untrennbar zusammen. Dazu könnten Sie unsere Kirchenmusikerin mal zum Interview einladen, sie könnte Ihnen mehr darüber sagen. Was Weihnachten betrifft, da sind es wohl die Stimmungen und Gefühle, die für uns zu diesem Fest gehören und die beim Musizieren und Singen auf unübertreffliche Weise zu ihrem Recht kommen.

VS: Besonders beim „O du fröhliche“.

MM: In der Tat. Kennen Sie die Krippenandachten im Michel? Eine Hamburger Tradition, die in diesem Stil europaweit einzigartig ist. Vom 1. Weihnachtstag bis 1. Januar jeden Abend um 18 Uhr. Immer steht ein Oratorium oder Teile daraus im Mittelpunkt, umrahmt von einer schlanke Liturgie. Und zum Schluss dann das

„O du fröhliche“, gesungen im Chor von 2500 Menschen im Allround-Sound aller vier Orgeln und bei der letzten Strophe geht es einen Ton höher und das Orchester und die Zimbeln der großen Orgel kommen dazu. Da wird einem ganz anders. Da geschieht etwas, das man mit Worten kaum beschreiben kann. Sehr ergreifend. Voriges Jahr mussten diese Krippenandachten wegen Corona ausfallen. Auch dieses Jahr wird der Michel sicher noch nicht so vollbesetzt sein dürfen. Und die Masken verschlucken viel ... – Aber es muss überhaupt nicht dieses Mega-Erlebnis im Michel sein. Auch bei uns in Rahlstedt hat die Musik und das gemeinsame Singen in der Kirche eine große Bedeutung – gerade an Weihnachten.

VS: Dieses Jahr wird es – soweit ich informiert bin – wieder Weihnachtsmärkte geben. Natürlich mit Maskenpflicht und je nach dem auch unter 3G. Dieser Rummel ist zwar nicht so mein Ding, aber irgendwie gehört es doch dazu, um ein bisschen in Advents- und Weihnachtsstimmung zu kommen, einen Glühwein zu trinken und so. Da wird man ja auch von allerhand weihnachtlicher Musik umgeben: „Last Christmas I gave you my heart“, und wie diese Lieder alle heißen.

MM: Ach ja. Wie könnte es anders sein? Weihnachten ist so populär und erscheint in so vielen Bereichen zum Teil so schräg und krass kommerzialisiert, dass man es der Musikbranche nicht verübeln kann, dass auch sie Weihnachten als Event nutzt, um Geld zu verdienen. Das Lied von der Gruppe „Wham“ aus den 1980er Jahren, das Sie erwähnen, gilt übrigens als eines der meistgespielten Lieder in der Advents- und Weihnachtszeit. Dabei hat der Text gar nichts mit Weihnachten zu tun.

VS: Was ist Ihr persönlicher Weihnachts-Hit, Pastor Marks?

GOTTESDIENSTE AM 24. DEZEMBER

nur mit Anmeldung unter www.kirche-alt-rahlstedt.de

Martinskirche
■ 11:00 (Krabbelgottesdienst)
■ 14:00
■ 15:30
■ 17:00
■ 23:00

Gemeindezentrum Großlohe
■ 14:00

Kirche Alt-Rahlstedt Open Air auf der Wiese
■ 15:00
■ 17:00

Auferstehungskirche Braak
■ 15:30
■ 17:00
■ 18:00

MM: Vielleicht verwundert es Sie, aber es ist nicht „O du fröhliche“ (lacht). Da gibt es in unserem Evangelischen Gesangbuch so manch anderes Lied, das ich immer wieder gern singe. Zum Beispiel: „Vom Himmel hoch, da komm ich her“. Martin Luther, von dem es stammt, sagte von sich selber, dass er zum Dichten und Komponieren von Liedern nicht genügend Talent habe. Aber er hat uns einen reichen musikalischen Schatz hinterlassen, unter anderem dieses Weihnachtslied, das er 1535 für seine Kinder geschrieben hat. Es ist ein gesungenes Krippenspiel. Vor ein paar Jahren habe ich die Entstehungsgeschichte mal mit Konfirmand*innen in einem Krippenspiel für unsere heutige Zeit inszeniert. Ich hoffe, Corona erlaubt es bald, dass wir es vielleicht auch hier in Rahlstedt mal aufführen können. Natürlich gibt es weitere Lieder, die mir am Herzen liegen. Übrigens kaum die neueren, die textlich oft so flach und melodisch oft so konstruiert daherkommen. Wenn

Sie mich nach meinen Hits fragen, stehen die Weihnachtslieder von Paul Gerhardt für mich nach wie vor ganz oben.

VS: Was haben die, was andere nicht haben?

MM: Darüber wäre viel zu sagen. Dafür reicht der Platz hier im „Rahlstedter Leben“ nicht aus. Versuchen wir´s kurz: Ich spüre beim Singen, dass Text und Musik eine Einheit bilden. Paul Gerhardt war Pastor, der die Gabe hatte, für seine Liedverse Worte zu finden, die im Geist der biblischen Tradition theologisch durchdrungen und zugleich so einfach und persönlich, existenziell bedeutsam und schön gereimt sind, dass nicht nur er und seine Zeitgenossen, sondern auch wir heute sehr tief durch sie berührt werden. Und er hatte das Glück, dass er in den Gemeinden, wo er tätig war, mit Kirchenmusikern zusammenarbeiten konnte, die sein Talent erkannt und seine Verse vertont haben, allen voran Johann Crüger und Johann Georg Ebeling. Ganz große

Wissenschaftler sind

sich einig: ohne die

Musik, ohne die Lieder

hätte es die Refor-

mation so nie gegeben

Musiker und Komponisten, die selbst von dem damals so neuen christlichen Geist beflügelt waren und dies in so einfachen und tief berührenden Melodien ausdrücken konnten.

VS: Haben Sie ein Beispiel?

MM: Mein absoluter Lieblings-Hit ist „Ich steh an deiner Krippen hier“ (Ev. Gesang-

ANZEIGE

„Tannenbaumschlag“ von sieben Christbaumarten 10. bis 22. Dezember 2021
Tannenbaum-Verkauf vom 20. November bis 23. Dezember 2021

Der Hamburger Christbaum
Christbaumkulturen gewachsen in Hamburg
Baumschule Gerbitz
info@gerbitz-gartenbau.de

GERBITZ GARTENBAU

An den Wochenenden 11./12. und 18./19. Dezember wird es besonders vorweihnachtlich mit Lagerfeuer, Glühwein und Grillen. In der Scheune warten Suppe, Weihnachtspunsch nach Art des Hauses und frisch gebackene Crêpes auf Sie. Es gibt auch die Möglichkeit, das Tannenbaumschlagen exklusiv als Gruppe bei uns zu buchen.

Öffnungszeiten: Mo - So. 10 - 16 Uhr, Telefon 040 - 678 50 90, Nornenweg 9, 22145 Hamburg, www.gerbitz-gartenbau.de

ANZEIGE

Weihnachts-Shopping
20. Nov. - 23. Dezember täglich 10 - 18 Uhr

Schönes aus kleinen Manufakturen! Wir freuen uns auf Sie!

Hofladen Gerbitz - Nornenweg 9, 22145 Hamburg

Pastor lässt Kirche im Dorf

buch Nr. 37). Da passt alles zusammen. Wenn ich dieses Lied höre oder am besten mit vielen in der Gemeinde an Heiligabend singe, dann wird es in allen Phasen meines Körpers, meiner Seele und meines Geistes echt Weihnachten. Fast wehre ich mich dagegen, diese Erfahrung genauer zu analysieren, aus Angst sie kaputt zu machen. Denn das Lied berührt etwas äußerst Verletzliches und Zerbrechliches in mir. Und wohl nicht nur in mir. Jede und jeder merkt es, wer es wagt, zu Weihnachten seine Panzer abzulegen und sich im Kern seines Wesens und seiner Lebendigkeit berühren zu lassen. Die Melodie hat etwas Fröhliches und Melancholisches zugleich. Sie trägt und umfängt die Verse, in denen es um die Begegnung mit dem Kind in der Krippe von Bethlehem geht und was das mit meiner eigenen Kindheit zu tun hat. Verse, in denen ich mich selbst wiederfinden kann: mit den Erfahrungen, wo Gott mir in schweren Situationen geholfen hat; wo die zerbrochene Seele wieder zusammengefügt wurde; mit der Hoffnung, dass Gott so auch künftig für mich und für uns



alle da ist und die Welt in seinen Händen hält. Dies alles und noch mehr transportiert dieses Lied, nicht nur über den Text. Die Melodie spricht das ganze Pensum der Gefühlswelt an, die zu Weihnachten gehört. Ursprünglich war es eine andere. Die heutige stammt aus dem Gesangbuch des Zeitzer Schlosskantors Schemelli von 1736. Johann Sebastian Bach war als Berater daran beteiligt. Aber ob Bach, wie es unser Gesangbuch sagt, wirklich allein der Erfinder dieser Melodie ist, wird bis heute bezweifelt. Ich hätte sie auch Johann Crüger oder Johann Georg Ebeling zugetraut. Aber die waren da schon, genau wie Paul Gerhardt, längst nicht mehr unter den Lebenden.

VS: Sie machen mich neugierig auf Ihren Lieblings-Weihnachts-Hit. Können Sie nicht mal darüber predigen? Mir scheint, die meisten Leute, die Heiligabend zum Gottesdienst kommen, wissen gar nicht, welche Schätze solche Lieder in sich tragen. Man singt sie, spürt, dass sie etwas mit einem machen, aber möchte es auch verstehen.

MM: Eine gute Idee, Frau Siems. Die nehme ich mit. In großer Vorfreude darauf, dass wir dieses Jahr – wenn auch noch mit Maske, aber dennoch – wieder singen dürfen!

VS: Vielen Dank, Pastor Marks, für dieses Interview. Ich wünsche Ihnen besinnliche Advents- und Weihnachtstage – wenn ich das so sagen darf, denn im Pastorendienst ist es ja Hoch-Zeit. Auf jeden Fall dann auch einen guten Start ins neue Jahr.

MM: Das wünsche ich Ihnen, Ihrer Familie und der ganzen Leserschaft des „Rahlstedter Lebens“ auch: Ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein gesundes und friedvolles Jahr 2022. ■
www.kirche-alt-rahlstedt.de

ANZEIGE



Der Partner
für Senioren
in Rahlstedt

Die Martha Stiftung wünscht allen Bewohnern, Patienten, Mietern, Angehörigen, Mitarbeitenden und Freiwilligen frohe Weihnachten und ein gesegnetes neues Jahr.

Martha Haus
Am Ohlendorffturm 20–22
Tel. (040) 675 77-0
– Vollstationäre Pflege
– Kurzzeitpflege

Seniorenwohnungen
Brockdorffstraße 57a
Am Ohlendorffturm 16
Am Ohlendorffturm 18
Tel. (040) 6 75 77-155

Ambulante Pflege
Diakoniezentrum
Rahlstedt
Greifenberger Str. 54
Tel. (040) 64 89 99-25



Martha Stiftung

martha-stiftung.de

WAT MUTT, DAT MUTT!®

Feinstes Kribbelwatter zu gewinnen

Knallköm
FEINSTES KRIBBELWATER

Preisrätsel

Ob Weihnachten oder Silvester, ein Sektempfang am Meer oder ein geselliger Abend mit Freunden: Knallköm hat für alle Anlässe den passenden Sekt auf Lager. Knallköm gibt es in den Sorten „drög“, „halfdrög“, „Rosé drög“ und „Rosé halfdrög“. Der Gewinner erhält einen Karton mit sechs Flaschen nach Wahl. Auf geht's nordisch prickelnd ins neue Jahr!

- Bei welchem Sportevent ist Hannah Küchler mitgeschwommen?
- Was heißt Sekt op Platt?
- Was springt, wenn ich tanze?
- Was sollen Geschwister nicht ständig machen?
- Wie heißt die neue Kinderboutique? Polly ...
- Wofür brennt Christian Ellerbock?
- Worauf freut sich der Pastor?
- Was für ein Buch stellt Ramona vor?
- Was hat auf dem Gelände der Grundschule Neurahlstedt begonnen?
- Wohin gehört das Lama in Alex Geschichte?
- Für wen packt das Rahlstedter Netzwerk Päckchen?
- Was steht im Rahlstedt Center und hat Karten dran?



Bitte schicken Sie das Lösungswort mit Ihrer Anschrift per E-Mail an:

v.siems@rahlstedter-leben.de

Unter allen richtigen Einsendungen wird der Gewinner per Los ermittelt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Gewinnerin aus Heft 5/2021: Kathleen K.



*Wir wünschen allen
Rahlstedtern eine
schöne Adventszeit!*

Makler Lambert

Ihr Partner
in Rahlstedt
seit 1985



**Persönliche
Betreuung**

**Diskrete
Vermarktung**

**Mitglied im
IVD und VHH**

**Mitten in der
Fußgängerzone**

**IHR
Makler in
Rahlstedt**

Diplom-Immobilien-
wirtin Carola Lambert
mit ihrem Team
vor ihrem Ladenlokal.



Rahlstedter Bahnhofstraße 11 · 22143 Hamburg · Tel. 040-60 90 47 00

Erfahren Sie mehr unter www.makler-lambert.de

