

Das Magazin für
die Generation 55+

SeMa

Senioren Magazin Hamburg

Gratis
zum
Mitnehmen



Organspende –
auch im Alter geht noch was



Vor 125 Jahren –
Eröffnung des Hamburger Rathauses

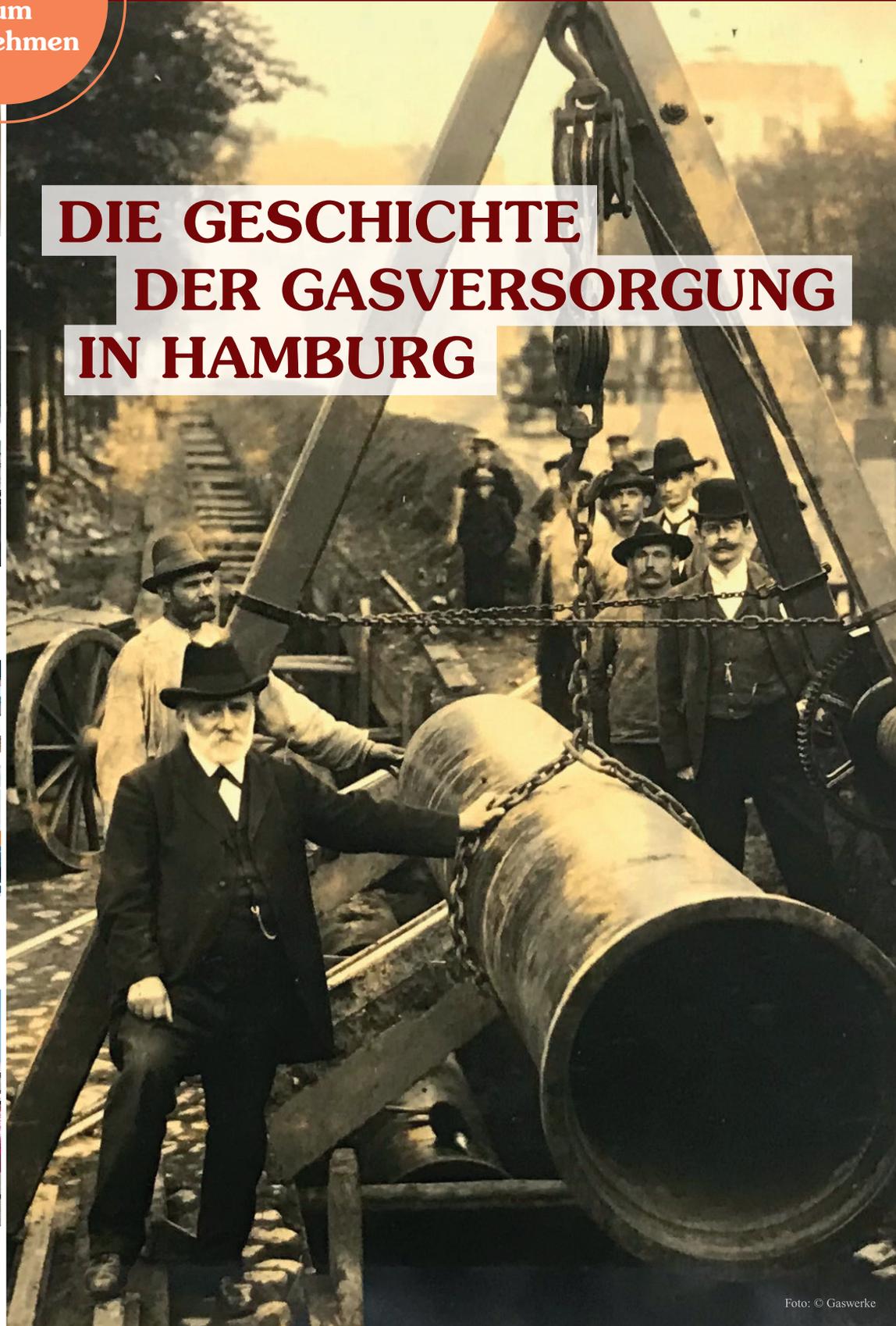


Sasha live 2022
This Is My Time – Die Show!



Bettina Eichblatt
und die OAKLEAF-Stelzenkünstler

DIE GESCHICHTE DER GASVERSORGUNG IN HAMBURG



FAMILIE & DAHEIM

Menüpreis
8,50€
inkl. Lieferung
und Dessert

Mittagessen

täglich frisch gekocht

- Von Mo. – Fr. 7 frisch zubereitete Menüs zur Auswahl
- Eine vegetarische Menülinie
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Wechselnde Spezialitäten in unseren Aktionswochen
- Wochenend- und Feiertags-Versorgung



Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5
lokale Tel. 04107-851 908 0 • www.meyer-menue.de

Noch wenige freie Plätze im modernisierten Wohnbereich!

DSG | Deutsche Seniorenstift Gesellschaft



Mein Zuhause in Hamburg-Fuhlsbüttel

Pflegewohnstift Alsterkrugchaussee

- Überwiegend Einzelzimmer
- Abwechslungsreiche, hauseigene Küche
- Vielfältige Betreuungs- und Freizeitangebote

.....

Wir informieren Sie gern. Sprechen Sie uns an!
Alsterkrugchaussee 614 | 22335 Hamburg
Telefon 0 40 / 51 20 88-0
www.pflegewohnstift-alsterkrugchaussee.de

Inhalt

- 3 **Herzlich willkommen** | Worte unserer Herausgeberin
4 **Die Geschichte der Gasversorgung in Hamburg**
10

12 Organspende

Auch im Alter geht noch was

- 14 **Quetschkommode auf der Roten Liste**
15 **SoVD-Sozialtipp**

16 Vor 125 Jahren wurde das Hamburger Rathaus eröffnet

- 18 **Chris Andrews – ein Rock 'n' Roller wird 80**
20 **Hamburger Hausbesuch für Seniorinnen und Senioren – ein kostenloses Informations- und Beratungsangebot**
22 **Krimiserie (Teil 9)**
Die vielen Tode des Hauptmanns Berthold
24 **Ein Herz für Straßenbahnen**
Der Infekt, der sich Straßenbahn nennt
25 **Französisch, Skat oder ein Ausflug nach Husum: Mitmachen und Neues lernen beim LAB Hamburg**
26 **Kleinanzeigen**
28 **Kämpfer ohne Waffen**
Die Heilsarmee auf der Seite der Schwachen St. Paulis und der Stadt
30 **Der Star der frühen Fernsehzeit – vor 125 Jahren wurde Henry Vahl geboren**

32 Sasha live 2022

This Is My Time – Die Show!

- 34 **Rätsel**
36 **Seniorenspaß im Skagerrak – Mini-Kreuzfahrt von Kiel nach Oslo ist auf die ältere Generation zugeschnitten**
38 **Rezepte**

40 Bettina Eichblatt und ihre OAKLEAF-Stelzenkünstler sind weltweit gefragt

- 42 **Leser schreiben – „Der Milchmann kommt ...“**
42 **Pflanzenporträt Oktober 2022 – gewöhnliche Grasnelke**
44 **Freilichtmuseum am Kiekeberg**
„Vom Acker in den Topf – Erntezeit im Museum“
45 **Alltag wieder im Griff**
Motorisierte MyoPro® Orthese bewegt gelähmte Arme und Hände
46 **Coaching für berufliche Neuorientierung**
Mit Unterstützung noch einmal etwas Neues wagen
48 **Veranstaltungen**
50 **Virtuelle Zeitreise mit Kaiser Wilhelm**
Ein erlebnisreicher Städtetrip nach Wilhelmshaven an der Nordsee
50 **Impressum**

Nächste SeMa-Ausgabe: Verteilung ab dem 01.11.22

Liebe Leserinnen und Leser,

Erdgas – eine für unsere Gesellschaft notwendige Substanz – ist zurzeit täglich in den Schlagzeilen. Wir betrachten in unserer Titelgeschichte die Anfänge der Gasversorgung in Hamburg. Dies war damals ein gewaltiger technischer Fortschritt, der Versorgungssicherheit und mehr Lebensqualität bedeutete.

Nun ist der wichtigste Energieträger am deutschen Wärmemarkt umweltpolitisch in Ungnade gefallen und hat sich explosionsartig verteuert (warum auch immer), sodass nun ein deutlich größerer Anteil des verfügbaren Einkommens für die Wärmeversorgung einzuplanen ist. Ein nicht unerheblicher Teil der deutschen Rentenbezieher wird dies im Verbund mit stark steigenden Preisen in anderen Bereichen, wie zum Beispiel bei den Lebensmitteln, in eine finanziell kritische Situation bringen. Irgendwelche Einmalzahlungen versprechen hier keine nachhaltige Linderung, sondern sind nur ein Tropfen auf dem heißen Stein. Politisches Ziel muss es sein, die Inflation zu stoppen, sodass man von dem zur Verfügung stehenden Einkommen leben kann.



125 Jahre ist es nun her, dass unser Hamburger Rathaus eröffnet wurde. Entdecken Sie doch mal bei einem geführten Rundgang das Zentrum der Hamburger Politik. Es lohnt sich.

Ich wünsche Ihnen nun einen goldenen Oktober und verabschiede mich bis zur November-Ausgabe die ab dem 01.11.22 verteilt wird.

Ihre Silke Wiederhold

Patientenvortrag

„Hüftarthrose – Behandlung und ENDOprothetik“



Zeit: Mittwoch, 19. Oktober, 17:00 Uhr
Ort: Helios ENDO-Klinik Hamburg,
 Holstenstraße 2, 22767 Hamburg
Referent: Dr. med. Michael Hook,
 Oberarzt Gelenkchirurgie
Anmeldung: HHE.Vortrag@helios-gesundheit.de
 Telefon: (040) 3197-1225



Immer informiert mit dem ENDO-Newsletter!
 Anmeldung über unsere Webseite:
www.helios-gesundheit.de/endo/newsletter

 Helios

www.helios-gesundheit.de



Seniorengerechter Umbau in Ihrem Zuhause

vom Badumbau bis zu technischen Hilfsmitteln

Überzeugen Sie sich selbst:

-  kostenlose Wohnberatung bei Ihnen Zuhause
-  professionelle Umsetzung mit eigenem Handwerks-Meisterbetrieb
-  Abrechnung der Kosten über den Zuschuss der Pflegekasse
-  genießen Sie unseren Rundum-Service von der Erstberatung bis zur Planung und Umsetzung

Rufen Sie uns an! Und vereinbaren Sie ein kostenloses Informationsgespräch.

 **Telefon: 040 - 69 63 85 400**

Mo. – Fr. 09.00 – 18.00 Uhr.
 Wir beraten Sie gern und unverbindlich!



besserzuhause.com





Alte Gaslaternen am Brandenburger Haus in den Hohen Bleichen.
Foto: stahlpress



Der Gasometer auf dem Grasbrook war jahrzehntlang ein Wahrzeichen des Hafens.



Vom Aufschwung der Gaswerke in den 1920er Jahren profitieren die Arbeiter kaum.
Foto: Gasnetz Hamburg



Bei Bohrungen nach Wasser in Neuengamme wurde 1910 zufällig die erste Erdgasquelle Deutschlands entdeckt. Foto: Gasnetz Hamburg

Vom Licht im Vergnügungslokal zur „Energie der Zukunft“

Die Geschichte der Gasversorgung in Hamburg

Plötzlich ist Gas ein Riesenproblem. Ein „Gasnotstand“ droht, und Politiker überbieten sich mit Ratschlägen zum Energiesparen. Plötzlich erscheint es wahrscheinlich, dass im Winter das Gas rationiert wird. Werden Privathaushalte bevorzugt, und welche Unternehmen, die auf Gas angewiesen sind, werden als systemrelevant eingestuft? Bundesweit stammten rund 55 Prozent des Gases aus Russland, das wegen des Ukraine-Krieges boykottiert wird und selbst die Lieferung drosselt. Die stadteneigene Gasnetz Hamburg GmbH kann keine Angaben über die Herkunft des in der Hansestadt verbrauchten Gases machen. Es wird von deutschen Handelspartnern bezogen, und bisher bestand keine Notwendigkeit, sich über deren Quellen Gedanken zu machen. Sicher ist, dass in Hamburg mehr Energie in Gasform verbraucht wird als durch Strom und Fernwärme zusammen.

Dass die Versorgung mit Gas einmal überlebenswichtig werden würde, hätte sich vor rund 180 Jahren niemand träumen lassen. Tatsächlich fing die Geschichte in Hamburg mit „Hopsern und Galoppaden“ an, als entbehrlicher Zeitvertreib. Der Gastwirt Peter Ahrens hatte eine neue Einnahmequelle erschlossen: das Leuchtgas. Entdeckt worden war der „Kohlegeist“ bereits im 17. Jahrhundert. Er entstand, indem Steinkohle unter Luftabschluss erhitzt wurde. In England, dem Mutterland der industriellen Revolution, in England wurde Gas seit den 1790er Jahren zur Beleuchtung eingesetzt; an der

Elbe sprach man daher auch vom „englischen Steenkohlenlicht“. Peter Ahrens füllte das Gas in Stahlflaschen, die er an Wohlhabende verkaufte, die ihre Wohnräume damit beleuchteten. Durch die Entgasung verwandelte sich die Kohle in Koks, der als Brennstoff weniger Rauch, Ruß und Schwefel entwickelte. Vor allem aber illuminierte Ahrens sein Tanz-Etablissement in der Neustadt seit 1823 mit Leuchtgas und machte es damit zu einer Attraktion. „An den Ballabenden umstanden hunderte neugieriger Zuschauer den Eingang zum Salon und warteten auf das Anzünden der dort angebrachten Kandelaber“, heißt es in einem zeitgenössischen Bericht. Die Gäste tanzten umso ausgelassener ihre „Hopser und Galoppaden“. Das Lokal war eine Sehenswürdigkeit, die Publikum von jenseits der Stadtgrenzen anlockte. Aus dem „Heini mit dem Gas“, wie Ahrens von denen genannt wurde, die seinen Namen nicht kannten, wurde später die volkstümliche Bezeichnung für die Hamburger Gaswerke „Hein Gas“.

Ahrens war seiner Zeit voraus – wenigstens in Hamburg. Denn obwohl das Gaslicht gegenüber Kerzen und der Beleuchtung durch mit Waltran und Öl befüllte Lampen den Vorteil hatte, nicht zu flackern oder zu rußen, blieb es auf die Verwendung in Gaststätten und Hotels beschränkt und ein Luxus für Begüterte. In London war bereits 1807 die Straße Pall Mall mit Gaslaternen ausgestattet worden, und 1812 eröffnete das erste kommerzielle Gaswerk.

Ich singe und spiele für Senioren

Denken Sie an Ihre Planung...

Die Weihnachtszeit kommt!

Musik für Senioren
Michael Kleppin
04101 - 7 40 10
michaelkleppin@t-online.de

mit Akkordeon und / oder Keyboard

www.musik-für-senioren.de

In der Pariser Oper brannte seit 1822 Gaslicht. Die erste deutsche Gasanstalt nahm 1825 in Hannover den Betrieb auf. Berlin, Dresden, Frankfurt am Main, Aachen und Leipzig folgten und bestückten die Straßen mit Gaslaternen.

Johann Georg Heise (1779–1860), der Kaufmann und Herausgeber des „Politischen Journals“, hatte in Hamburg in seinem Haus, unweit der Kirche St. Katharinen, von der noch zu reden sein wird, Kerzen und Ölfunzeln durch Leuchtgas ersetzt. Am 14. April 1817 schickte er dem Senat „nachstehende Proposition in betreff der uns vom Auslande her bekannten Gaß-Erleuchtung für unsere Stadt hiermit zu eröffnen“. Doch der Senat zögerte und gab erst einmal bei „Kunstverständigen“ ein Gutachten in Auftrag. Federführend dabei war Oberspritzenmeister Johann Georg Repsold, der aus Sicht der Feuerwehr Einwände hatte. Doch Heise ließ sich nicht entmutigen und brachte sein Anliegen immer wieder vor.

Der Senat blieb dem Gas gegenüber umso misstrauischer, als es die heute allgegenwärtigen Entsorgungsprobleme schuf. 1827 wurde der Besitzer eines Hotels am Jungfernstieg ermahnt, „bei Geldstrafe und bei der Verlust der Erlaubnis, die Gaserleuchtung halten zu dürfen, den Abfall aus seiner Gasgewinnung weder in die Alster noch auf die Straße fließen zu lassen“. Unterdessen bohrte Johann Georg Heise weiter das dicke Brett. 1840 stellte er dem Senat wieder einmal „die Vorteile und Annehmlichkeiten der öf-

fentlichen und privaten Gasbeleuchtung“ vor. Für den „augenfällig am vorteilhaftesten“ Standort einer Gasanstalt hielt er „vor dem Sandtor auf dem Grasbrook“. Aber erneut wurde er abgewiesen. Es ist nicht bekannt, wie der Visionär reagierte, als der Senat schließlich tat, wofür er mehr als zwei Jahrzehnte lang geworben hatte. Heise ist heute vergessen, während an den Bedenkenträger Repsold, der 1830 bei einem Brand ums Leben kam, ein Denkmal am Museum für Hamburgische Geschichte erinnert.

Der Senat kam erst in die Gänge, als nach dem Großen Brand vom Mai 1842 außer zerstörten Gebäuden auch die Infrastruktur neu errichtet werden musste. Am 20. Februar 1843 wurde die „Gas-Straßen-erleuchtung mittels Röhrengas“ beschlossen und zu deren Umsetzung 1844 der Verein „Gas-Compagnie“ gegründet. Noch im selben Jahr begann der Bau der Destillationsanlagen des ersten Gaswerks – genau dort, wo Heise es vorgeschlagen hatte: auf dem Grasbrook. Am 4. Oktober 1845 brannten die ersten Gaslaternen in den Straßen.

30 Tage später erloschen sie wieder, denn eine Sturmflut hatte die Kokerei zerstört. Damit schlug die Stunde von William Lindley (1808–1900). Der Ingenieur aus London war bereits damit befasst, die Wasserversorgung auf den neuesten Stand zu bringen. Nun kümmerte er sich auch um das Gaswerk, indem er es auf Eichenpfähle setzen ließ, um es gegen erneute Überflutung zu sichern. Ab September 1846 erstrahlten wieder 2020 Laternen in den Straßen.

Allmählich erhellte das Gaslicht auch öffentliche Gebäude und immer mehr Haushalte von Bessergestellten. Mitte der 1850er Jahre erhielten die damaligen Nachbarstädte Altona, Harburg und Wandsbek eine Gasversorgung. Bis 1864 erreichte der Fortschritt die Vororte Rothenburgsort, Horn, Barmbek, Winterhude und Eimsbüttel. 1870 gab es 9.000 Straßenlaternen.

Das Leuchtgas wurde nun Stadtgas genannt. Der Koks wurde vor allem in der Industrie als Brennstoff eingesetzt. Um die Kohle aus England zu transportieren, schaffte die Gas-Compagnie zwei Dampfschiffe an. Auf dem Gelände am Grasbrook stand als Wahr-



Am Baumwall steht eine Statue von Sir William Lindley, der das erste Gaswerk auf dem Grasbrook wieder aufbaute.

Foto: stahlpress

IMMOBILIEN FAIR-RENTUNG

Immobilie verkaufen und trotzdem wohnen bleiben.
Jetzt Termin vereinbaren! 040/55 00 55 - 5948

SPARDA  IMMOBILIEN

SCHALLPLATTEN – VINYL gesucht: LPs + Singles

Sammler kauft Ihnen Ihre **SCHALLPLATTEN** ab, auch ganze Sammlungen – zahle fair, biete höhere Preise als ein Händler! Bitte alles anbieten (außer Schlager/Stimmungsmusik)!

Tel. 0163 343 66 99 (Mo–Fr, 10–17:00 Uhr)
f.kundt@gmail.com

BEAT + ROCK + BLUES + HEAVY + PUNK + JAZZ
PSYCHEDELIC + POP + PROGRESSIVE + KLASSIK

Atelier

Im-Ohr-Hörsysteme – Maßgefertigt für Ihre Ohren

**GRATIS
HÖRBERATUNG
inkl. Hörtest**

DESIGNED IN GERMANY

Erleben Sie bei uns die Vorteile von Atelier Im-Ohr-Hörsystem – kleine, unauffällige und handgefertigte Unikate, die individuell an Ihr Ohr angepasst werden. In ruhiger, diskreter und ungestörter Umgebung überprüfen wir Schritt für Schritt die Leistungsfähigkeit Ihres Gehörs. Bei Bedarf beraten wir Sie umfassend und wählen mit Ihnen die Hörlösung für Sie aus, die Ihren Alltag optimal unterstützt. Kompetent • Fröhlich • Freundlich

Inhabergeführter Familienbetrieb

Wir hören Ihnen zu!

franz
HörSysteme

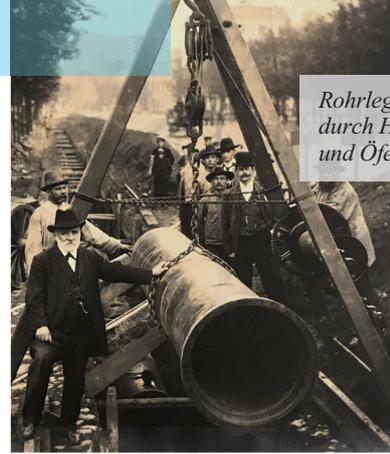
Rathausallee 3B
22846 Norderstedt
Tel. 040/525 37 73
Whats App: 040/52 57 09 75

info@franz-hoergeraete.de
www.franz-hoergeraete.de
Montag-Freitag
9-13 und 14-18 Uhr

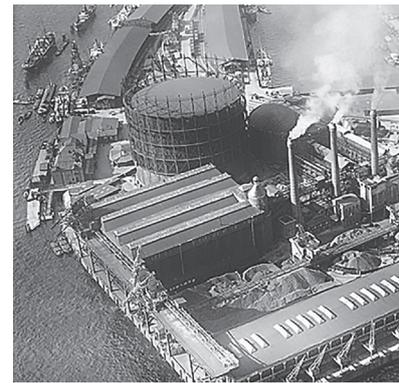


Die Zentrale der HGW befand sich lange an der Spitalerstraße, Ecke Kurze Mühren.

Foto: Gasnetz Hamburg



Rohrleger verlegen ein gewaltiges Netz durch Hamburg, um Gas zu den Laternen und Öfen zu bringen. © Gasnetz Hamburg



Alter Gas-Kandelaber auf dem Großneumarkt. Foto: stahlpress

zeichen des Hafens der „Gasturm“, ein 73 Meter hoher Schornstein, durch den die bei der Destillation entstehenden giftigen Dämpfe entwichen.

1855 hatte Robert Bunsen in Heidelberg den nach ihm benannten Brenner erfunden, der bis heute zur Einrichtung von Labors gehört, aber auch die Möglichkeit eröffnete, mit Gas zu heizen. Die Kirche St. Katharinen war 1856 das erste öffentliche Gebäude in Hamburg,

in dem ein Gasofen installiert wurde, wodurch die Gläubigen bei Gottesdiensten im Winter nicht mehr froren. Bis mit Gas in Privatwohnungen geheizt und gekocht wurde, dauerte es noch ein halbes Jahrhundert.

Die Gas-Compagnie machte glänzende Geschäfte. Bevor der Vertrag mit der Stadt nach 30 Jahren auslief, schüttete die Gesellschaft noch reichlich Dividenden von bis zu 66 Prozent an die Aktionäre aus. 1874 setzte der Senat Carl Haase, den früheren Direktor der Berliner Gaswerke, als neuen Pächter der Anlagen ein. In Barmbek wurde eine zweite große Kokerei gebaut. Das Gasnetz umfasste bis zum Ende der 1880er Jahre fast das gesamte damalige Stadtgebiet und war 327 Kilometer lang. Es versorgte 22.322 Straßenlaternen und 335.000 Flammen in Privathaushalten, außerdem 332 Gasmotoren in der Industrie.

Unter der Regie von Carl Haase erlebten die Gaswerke einen Aufschwung. Aber der ging zulasten der Beschäftigten. „Ich kann nur

bestätigen, dass der Gaspächter von seinen Angestellten bei nur knapp bemessenen Gehältern außerordentlich viel verlangt“, notierte der Finanz-Deputierte des Senats. „Auf längere Dauer lässt sich auf diese Weise nicht weiterarbeiten, ohne Unzufriedenheit unter den Angestellten Platz greifen zu sehen, welche zu vermeiden für beide Teile – den Staat wie die Angestellten – gleich wünschenswert ist.“

Obwohl die Schichten zwölf Stunden dauerten, reichte das Einkommen kaum für den Lebensunterhalt. Und die Arbeitsbedingungen in der Kokerei waren höllisch. Mit dem „Gesetz gegen die gemeingefährlichen Bestrebungen der Sozialdemokratie“, kurz „Sozialistengesetz“ genannt, waren im Deutschen Reich seit 1878 die Versuche der Arbeiterschaft, sich zu organisieren und für ihre Interessen einzutreten, verfolgt und bestraft worden. Mit der Entlassung Otto von Bismarcks als Reichskanzler wurde 1890 auch das „Sozialistengesetz“ abgeschafft. Unter den Gewerkschaften, die sich bildeten, waren der „Verein Hamburger Gasarbeiter“ und der „Verein der Laternenanzünder“.

Für den 1. Mai 1890 wurden Demonstrationen angekündigt. Die Unternehmen drohten, „Arbeiter, welche aus Anlass sozialdemokratischer Demonstrationen am 1. Mai dieses Jahres von der Arbeit fernbleiben oder dieselbe vorzeitig einstellen, als kontraktbrüchig zu entlassen und am 2. Mai abzulohnen.“ Ein Versammlungsverbot wurde verhängt, die Polizei und ein Infanterieregiment waren in Alarmbereitschaft. Etwa ein Drittel der Arbeiter ließ sich nicht einschüchtern, streikte und zog durch die Stadt. Die Firmen antworteten mit Aussperrungen, die etwa 20.000 Arbeiter betrafen. Trotz des Einsatzes von Streikbrechern fiel die Straßenbeleuchtung zeitweise aus. Es kam zu gewalttätigen Auseinandersetzungen mit der Polizei. Nach 20 Tagen, in denen die Arbeitgeber keinerlei Zugeständnisse gemacht hatten, wurde der Ausstand beendet.

Carl Haases Pachtvertrag lief aus, und die Stadt übernahm die Gaswerke in staatliche Verwaltung. Im selben Jahr 1891 erließ

Liebevolle Alltagsbetreuung aus Polen – zuverlässig im eigenen Zuhause

Deutschsprachige und geschulte Betreuungskräfte kümmern sich emphatisch um Ihre Liebsten

Auch in der aktuellen Corona-Krise können wir alle Leistungen für Sie und Ihre Angehörigen erbringen. An- und Abreise der Betreuungskräfte von und nach Polen erfolgt mit unserer eigenen Kleinbusflotte.



PROMEDICA PLUS
Alstertal – Walddörfer

Tel. 0171 / 62 66 018
Wulfsdorfer Weg 108 d, 22359 Hamburg
w.posdziech@promedicaplus.de



STEFAN DEHNS

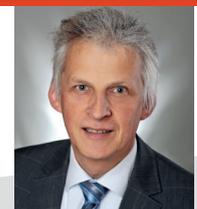
Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Erbrecht

MITGLIED IM



VORSORGEANWALT e.V.

- seit 1994 kompetente Rechtsberatung u. -vertretung
- Erbrecht
- Vorsorgevollmachten
- Patientenverfügungen



Rathausstr. 28, 22941 Bargtheide, Tel.: 04532/28 67 -0
Anwaltsliche Zweigstelle: Berner Weg 31, 22393 Hamburg
Tel.: 040/98 26 999 -95, mail@rechtsanwalt-dehns.de

Gas-Unglück 1909

Seit 1878 stand auf dem Grasbrook der größte Gasbehälter Europas. Dort wurde ein Riesengasometer errichtet, der vier Mal so viel speichern konnte. Am 7. Dezember 1909 ereignete sich beim Befüllen ein Unglück, als Eisenträger brachen, der Behälter umkippte, und sowohl dieser und auch ein danebenstehender Behälter explodierten. Über die Zahl der Opfer gibt es unterschiedliche Angaben. Am verlässlichsten dürfte sein, was Wilhelm Melhop schrieb, der damals in der Senatsdeputation für das Beleuchtungs-wesen tätig war: „Bei dem Bruch des großen Behälters wurden 72 Menschen verletzt, davon fanden 20 infolge der Brandwunden ihren Tod, deren 13 unmittelbar nach dem Unglück, während von den 16 schwer verletzten Leuten nachher noch sieben starben.“

16 Tote zwischen 23 und 62 Jahren, zwölf Arbeiter und Handwerker sowie vier Mitarbeiterinnen der Betriebskantine, wurden auf dem Friedhof Ohlsdorf in einer Gedenkstätte beerdigt, die vergessen war, bis Mitarbeiter von Gasnetz Hamburg sie 2019 wieder herrichteten. Der 1911 wiederhergestellte 71 Meter hohe Gasturm war ein Blickfang im Hafen. Im Zweiten Weltkrieg wurde er zerstört und 1950/51 neu gebaut. 1984 erfolgte sein endgültiger Abriss.

Kaiser Wilhelm II. Gesetze zur Sozialversicherung und erneuerte die Gewerbeordnung, die nun auch Arbeiterausschüsse in den Betrieben zuließ. Es dauerte jedoch noch mehr als ein Jahrzehnt, bis sich die Arbeitsbedingungen verbesserten: bis die Schichten auf acht Stunden verkürzt, der Akkordlohn erhöht wurde und Nachtschichten besser entlohnt wurden.

Am Billwerder Ausschlag wurde 1903 eine Gasanstalt in Betrieb genommen, die seit 1911 Tiefstack hieß. Das Gasnetz war auf rund 600 Kilometer angewachsen. Bereits zwischen 1892 und 1895 entstand an der heutigen Gasstraße in Bahrenfeld ein Gaswerk, von dem ein Dutzend Gebäude erhalten sind und unter Denkmalschutz stehen. Das Areal ist neben der Speicherstadt eines der größten denkmalgeschützten Ensembles in Europa.

Dort erhält man einen Eindruck von den Ausmaßen, die die Gasproduktion bis zu ihrer Einstellung 1938 hatte. Als Lagerstätte wurde das Gelände noch bis 1960 genutzt, 1974 wurden die letzten Gasbehälter abgerissen. Eine Futtermittelfabrik und Kleingewerbe wie Autowerkstätten siedelten sich an. Künstler entdeckten die Schuppen und Hallen als Ateliers für sich, und sie dienten der TV-Serie „Großstadtrevier“ als Kulisse. Seit 2003 entstanden Büros, Geschäfte, Hotels, Fitnesscenter, Restaurants und 250 Eigentumswohnungen. Der Name „Otto von Bahrenpark“ bezieht sich auf einen legendären Ritter Otto von Bahren, der hier im 13. Jahrhundert Ländereien besessen haben soll, und nach dem angeblich auch der Stadtteil benannt wurde.

Ihre Haushalte mit Gas zu versorgen war lange Zeit den Wohlhabenden vorbehalten. Das änderte sich mit Beginn des 20. Jahrhunderts. Im Dezember 1906 wurden die ersten 25 Münzgasmes-seranlagen, sogenannte Gasautomaten, installiert. 1907 waren es bereits 50, und es wurden laufend mehr. Der Erste Weltkrieg unterbrach die Entwicklung dramatisch. Im Juni 1914 stoppte die Belieferung mit Kohle aus Großbritannien. Die öffentliche Beleuchtung wurde reduziert, und der Senat rief zur Sparsamkeit auf. Geschäfte und Gastwirtschaften schlossen früher. Der Gasverbrauch sank um ein Sechstel.

Weil die Männer Kriegsdienst leisteten, wurden die Frauen in Bereichen gebraucht, von denen sie bis dahin ausgeschlossen waren. Also arbeiteten sie erstmals in der Gasproduktion. Nach dem Friedensschluss 1918 erhielten sie dann auch das Wahlrecht. Ein Teil der Versorgung wurde im Krieg durch eine Energieform aufrechterhalten, auf die man am 4. November 1910 zufällig bei Bohrungen nach Trinkwasser gestoßen war: Erdgas. Es entzündete sich und lockte als „Flammenkreuz von Neuengamme“ über Wochen Schaulustige an. Es war die erste in Deutschland entdeckte und erschlossene Erdgasquelle. 1913 wurde eine 15 Kilometer lange Leitung in Betrieb genommen und das Stadtgas mit dem Erdgas gemischt, dessen Anteil bis zu 20 Prozent betrug.

5. Geburtstag

Feiern Sie mit uns!

Kaffee,
Kuchen, Sekt
28.10.
14-17 Uhr

**JUBILÄUMSANGEBOTE
24.-28.10.2022**

Gratis-Hörtest im Hörtrailer 27.10. von 10-17 Uhr

HÖRWELT
NIENDORF
michael braun • hörakustik

+ Passage am Brunnen Niendorf Nord +
+ Rudolf-Klug-Weg 5 + 22455 Hamburg +
+ Tel. 040 – 63 91 40 07 + www.hoerwelt-niendorf.de +

BK Blauer Kreis GmbH
Krankenbeförderung

Erreichbar rund um die Uhr an 365 Tagen
Vertragspartner aller gesetzlichen Krankenkassen



Zuverlässig Kompetent Individuell

Tel: **040 / 40 66 33** Fax: **040 / 40 19 72 93**
leitstelle @blauer-kreis.de
www.blauer-kreis.de

Friedhofsgärtner Genossenschaft Hamburg eG (FGH)

Ihr zuverlässiger Partner für professionelle Grabpflege in Hamburg.



UNSERE LEISTUNGEN

- ☑ Grabpflege & Dauergrabpflege
- ☑ Erinnerungsgärten
- ☑ Gemeinschaftsgräber
- ☑ Themenfelder



Vertrauensvoll – Sicher – Individuell
www.fgh-hh.de

Qualität seit 1966

Besuchen Sie unsere Homepage
www.semahh.de
www.senioren-magazin-hamburg.de
www.senioren-magazin.hamburg

OPTIK DANIEL
hingucken ... reinschauen ... durchblicken



Spezialbrillen bei altersbedingter Makuladegeneration (AMD)

Wir sind spezialisiert auf Menschen mit altersbedingten Sehbeeinträchtigungen und nehmen uns gerne Zeit für Sie.

Jetzt Termin vereinbaren!
Tel. 040 - 40 87 01

SCHWEIZER

Osterstraße 136 | 20255 Hamburg-Eimsbüttel

Alte Laterne von 1896 auf dem Gelände des Altonaer Gaswerks.
Foto: stahlpress



In den 1920er Jahren wurden die Gaswerke zu einer Gesellschaft mit beschränkter Haftung und hießen fortan HGW. In der Presse etablierte sich „Hein Gas“ als Name für das Unternehmen. Es wurde zum größten Versorgungsunternehmen im Norden und belieferte 28 Gemeinden außerhalb Hamburgs. Von diesem Wachstum profitierten die Arbeitnehmer nicht. Infolge der Weltwirtschaftskrise kam es zu Entlassungen, und die verbliebenen Mitarbeiter mussten bis zu 20 Prozent Lohn- und Gehaltskürzungen hinnehmen.

Der Umbau der Gesellschaft unter dem Regime der Nationalsozialisten betraf auch die HGW. Der Geschäftsführer, ein früherer SPD-Abgeordneter in der Bürgerschaft, wurde im April 1933 entlassen und kam in Haft. Sein Nachfolger wurde ein „verdienter Parteigenosse“, der den Betriebsrat abschaffte, Mitarbeiter aus politischen Gründen entließ und durch ein System von Vergünstigungen und Denunziationen für „Gefolgschaft“ sorgte.

Im Zweiten Weltkrieg wurde die wöchentliche Schichtarbeitszeit von 48 auf 52 Stunden erhöht. Zwangsarbeiter kamen zum Einsatz. Eine unbekannte Zahl von ihnen und 70 HGW-Beschäftigte starben bei Luftangriffen. Anlagen wurden durch Bomben zerstört, darunter 1944 auch der Gasbehälter Tiefstack. Die Gasversorgung erfolgte nurmehr im Notbetrieb. Nach Kriegsende fiel sie ein halbes Jahr lang komplett aus. Der Wiederaufbau dauerte bis 1949.

Die HGW setzten fortan auf dezentrale Heizkraftwerke. Das erste entstand in der Wohnsiedlung Hohenhorst. In Deutschland herrschte Vollbeschäftigung, und es wurden Gastarbeiter aus dem Ausland angeworben. 1961 nahmen die ersten Türken die Arbeit bei den Gaswerken auf. Die Flutkatastrophe im folgenden Jahr beeinträchtigte auch die Gasversorgung.

Wenn Gasnetz Hamburg heute nicht angeben kann, woher das Gas stammt, wussten die HGW es am 30. Oktober 1964 genau, als sie einen Liefervertrag über Erdgas unterzeichneten: aus dem Gebiet der Mündungen von Dollart und Ems, wo im selben Jahr ein Erdgasfeld entdeckt worden war. Bereits 1960 war Oldenburg als erste deutsche Großstadt von Stadtgas auf Erdgas umgestiegen. Die Umstellung hatte weitreichende Folgen für die Belegschaft: Produktionsstätten und damit Arbeitsplätze fielen weg. „Mit Erdgas in die Zukunft“, verkündete die Festschrift zum 125. Jubiläum der Gaswerke 1969. Großraumsiedlungen und öffentliche Einrichtungen waren die ersten Abnehmer.

Der Wechsel von Stadt- auf Erdgas dauerte insgesamt 17 Jahre. 1976 wurde die letzte Großkokerei auf dem Grasbrook geschlossen. Dann verschwand das Gas ganz aus dem Bereich, für den es ursprünglich gedacht war. Durch die Erfindung der elektrischen Glühbirne 1880 war das Gaslicht bereits unter Konkurrenzdruck geraten. Die Entwicklung des Glühstrumpfs 1885, der die Lampen bei geringerem Gasverbrauch heller leuchten ließ, sorgte für eine Schonfrist. Bald aber war Schluss mit dem Gaslicht in Innenräumen. Allein in den Straßenlaternen glühte es weiter. In ihnen erlosch die letzte Gasflamme erst 1981. Im Stadtbild sind noch zahlreiche alte Exemplare erhalten, aber sie sind elektrifiziert und werden vorwiegend mit LED-Technik betrieben.

Seit den 1990er Jahren wurden kommunale Betriebe zusammengelegt oder privatisiert. Die Mehrheit der Anteile von Hein Gas gingen an das städtische Elektrizitätswerk HEW; dieses verkaufte Anteile an den Konzern E.ON. Konnte der Markt aber die Versorgungssicherheit gewährleisten? Bei einem Volksentscheid am 22. September 2013 stimmten 50,9 Prozent der Bürger für einen Rückkauf der Energienetze durch die Stadt. Heute ist das Gasnetz 7.900 Kilometer lang und bedient an die 160.000 Hausanschlüsse. Die Versorgung wird plötzlich von ganz anderer Seite bedroht, und die Geschichte des Gases scheint sich dem Ende zuzuneigen. Volker Stahl © SeMa

Wie eine Hamburgerin nun für immer in ihrem Haus bleiben kann



in der Zukunft abgesichert und kann mit dem Verkaufserlös seinen wohlverdienten Lebensabend angemessen genießen. Die alte Dame war von dem netten und professionellen Beratungsgespräch begeistert. Sie schlief noch ein paar Nächte drüber, dann erteilte sie den Verkaufsauftrag. Ein letzter Zweifel blieb: So toll das Modell auch klang, würde sich überhaupt ein potenzieller Käufer finden? Doch diese Sorge verflog schnell. MARTIN ULLRICH IMMOBILIEN verfügt über eine große Datenbank mit Interessenten, die Immobilien zur Kapitalanlage suchen und sich über sympathische und zuverlässige Mieter freuen. Zudem werden, durch hochwertige Vermarktung in Anzeigen, viele potenzielle Kaufinteressenten angesprochen. Somit konnte das Immobilienbüro auch dieser

Das
Original-
Konzept

„Schmuckstück“ gerettet! „Lebensabend-Immobilie“ – mein Zuhause verkaufen & zurückmieten!

Wer sich eine Immobilie anschafft, plant meist auch, bis zum Ende seines Lebens darin zu wohnen. Doch aktuelle Untersuchungen des Institutes für Versicherungswirtschaft der Universität zu Köln haben ergeben: Bundesweit sind Hunderttausende Senioren in der Zwickmühle. Sie wohnen zwar in den eigenen vier Wänden, müssen aber mit einer kleinen Rente auskommen. Zudem hat jeder vierte Haus- oder Wohnungsbesitzer über 69 Jahre seine Immobilie noch nicht abbezahlt und kämpft mit der Verschuldung. Doch ihr Heim zu verkaufen und umzuziehen kommt für viele Senioren nicht infrage.

Vor diesem Dilemma stand auch eine Seniorin aus Hamburg. Seit 1963 wohnte sie in ihrem lieb gewonnenen Haus in Groß Borstel. Doch ihre kleine Rente reichte gerade zum Leben. Eine Unterstützung durch Gärtner oder Putzfrau konnte sich die rüstige Dame nur selten leisten. An nötige Instandsetzungsarbeiten oder einen altersgerechten Umbau war erst recht nicht zu denken. Doch

verkaufen und ausziehen, raus aus ihrem „Schmuckstück“, weg aus der seit Jahrzehnten gewohnten Umgebung und vielleicht sogar in ein Heim? Für die alleinstehende und immer noch rüstige Seniorin ein Albtraum!

In ihrer Not wandte sich die alte Dame auf Empfehlung an MARTIN ULLRICH IMMOBILIEN in Hamburg. Herr Ullrich wusste tatsächlich eine Lösung, wie sie trotz des wachsenden Kostendrucks weiterhin in ihrer Immobilie wohnen bleiben konnte! In einem unverbindlichen und kostenfreien Beratungsgespräch wies er die Seniorin auf ein neues Finanzierungsmodell hin, welches die Seniorin so noch nicht kannte: den Verkauf ihres Hauses unter der Bedingung des lebenslangen Wohnrechtes.

Dieses lebenslange Wohnrecht wird im Zuge des Verkaufs in das Grundbuch eingetragen und sichert den Verkäufer somit vollständig ab. Da der Verkäufer seine Immobilie von dem zukünftigen Eigentümer nach dem Verkauf anmietet, wird die Miethöhe bis zum Ende festgeschrieben. Der Verkäufer ist somit gegen steigende Mieten

Hausbesitzerin binnen kürzester Zeit einen Käufer präsentieren. Natürlich kümmerte man sich um die Erstellung eines rechtskonformen Kauf- und Mietvertrags. Damit wurde sichergestellt, dass die von der Dame gewünschten Bedingungen auch rechtssicher berücksichtigt wurden.

Die Seniorin war dank der kompetenten Hilfe überglücklich. Sie konnte in ihrem geliebten Haus wohnen bleiben, hatte keine Geldsorgen mehr, und die dringend notwendige Instandsetzung des Hauses gab der neue Eigentümer gleich in Auftrag.

Übrigens: Auch wenn Erben vorhanden sind, eignet sich die neue Strategie des Immobilienverkaufs bei gleichzeitig gewährtem lebenslangem Wohnrecht zur finanziellen Absicherung. Sollte dann der Erbfall eintreten, muss sich niemand mehr um den Nachlass bzw. Verkauf der Immobilie kümmern, und das vorhandene Geld kann ohne Streit gerecht verteilt werden.

Erfahren Sie mehr über die erfolgreiche Vermarktung des Modells „Lebensabend-Immobilie“ in einem kostenfreien Beratungsgespräch oder fordern Sie gerne unserer Broschüre an.

PERSÖNLICHER GUTSCHEIN

für eine schriftliche Wertermittlung
Ihrer Immobilie, kostenfrei für Sie!
(Wert = € 1.132,- + MwSt.)



LEBENSABEND-IMMOBILIE

Mein Zuhause verkaufen und zurückmieten

- ▶ Tel. 040/27 14 14 80
- ▶ freiheit@lebensabend-immobilie.de
- ▶ www.martinullrich.eu

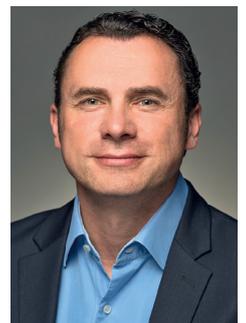




Foto: © Dominik Beckmann

Hamburgs Weihnachtsparty des Jahres 2022!

The Kelly Family: Die Mega Christmas-Show

(pi) Sie sind ein Musik-Phänomen, eine Bank in den Charts und ein wunderbares Beispiel dafür, was Familie alles sein kann. Die Zeit vor Weihnachten war für die Kelly Family immer eine sehr intensive, denn bis vor einigen Jahren waren ganz außergewöhnliche Weihnachtskonzerte ein Bestandteil ihrer Live-Aktivitäten. In diesem Jahr wird die Familie endlich auch wieder in der Vorweihnachtszeit live auf der Bühne zu erleben sein: THE KELLY FAMILY – Die Mega Christmas-Show wird die Weihnachtsparty des Jahres 2022 und ein weiterer Höhepunkt in der Live-Historie der Band, die seit Jahrzehnten immer wieder in unterschiedlichen Besetzungen zusammenkommt. Kathy, Patricia, Jimmy, John, Joey und Paul werden neben weltbekannten Weihnachtssongs natürlich

auch viele der größten Hits der Band spielen. Eine riesengroße Weihnachtsparty mit fantastischer Stimmung, aber auch stillen Momenten – einfach ein großartiger Abend mit der Kelly Family. Und um das vorweihnachtliche Familiengefühl perfekt zu machen, werden Joeys Kinder als Special Guests bei einigen Shows mit auftreten.

Das Album „Christmas Party“ mit neuen Songs wird am 21.10. erscheinen. Wer die Mega Christmas-Show in der Hamburger Barclays Arena miterleben möchte, der sollte sich den 04.12.2022, 18.00 Uhr notieren. Tickets gibt es bei allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie unter www.eventim.de.



Live in Hamburg

Roland Kaiser – Meine große Geburtstagstournee

(pi) Minutenlange ‚Standing Ovations‘, nicht enden wollende Zugabe-Rufe, ein euphorisches Publikum – mit seinen großen, noch immer ungeheuer populären Hits, aber auch aktuellen Songs schafft es der charismatische Ausnahmekünstler nach wie vor mühelos, seinem Publikum einen außergewöhnlichen, hochemotionalen und unvergesslichen Abend zu bereiten – etwas, was Roland Kaiser sehr am Herzen liegt und in dieser Zeit vielleicht noch wichtiger ist als je zuvor: „Meine Aufgabe ist es, die Menschen auf höchstem Niveau zu unterhalten, sodass sie mit einem guten Gefühl wieder nach Hause gehen.“

Ein Anspruch, der dem Gentleman unter den Künstlern selbst das größte Vergnügen bereitet. Und so hat der Grandseigneur der

Unterhaltung einen ganz besonderen Coup geplant: Anlässlich seines 70. Geburtstages in diesem Jahr geht Roland Kaiser ab Oktober 2022 auf große Geburtstagstournee und wird diese bis ins Jahr 2023 fortsetzen. Der Geburtstag ist eine gute Gelegenheit, einen kleinen Blick zurückzuwerfen – zurück auf eine mittlerweile mehr als 47 Jahre andauernde Bühnenkarriere und eine unglaubliche Anzahl an Hits, die heute mehr als drei Generationen begeistern.

Am 03. November 2022 können Sie Roland Kaiser live in der Hamburger Barclays Arena erleben.

Tickets gibt es bei allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie unter www.eventim.de und www.semmel.de.

Fotos: Tom Schulze



JUWELIER EDMUND ARNOLD

**Wir sind umgezogen. Sie finden uns jetzt
Große Bleichen No. 8**



**WEITERHIN FINDEN SIE BEI UNS EINE GROSSE AUSWAHL
AN VINTAGE UHREN UND SCHMUCK.**



**ROLEX • OMEGA • BREITLING
PATEK PHILIPPE • IWC
LOUIS VUITTON • CHANEL
AUDEMARS PIGUET • UVA.
GOLD- & BRILLANT-SCHMUCK
PERLSCHMUCK**



AN- & VERKAUF
VON LUXUSUHREN & SCHMUCK
ALLES AUS GOLD, SILBER & PLATIN
DIAMANTEN ALLE QUALITÄTEN & GRÖSSEN
VERTRAUEN SIE NUR DEM FACHMANN!



**SOFORT BARGELD FÜR NACHLÄSSE,
HAUS & VILLEN-AUFLÖSUNGEN!**

Gerne helfen wir Ihnen bei der Villen- & Haushaltsauflösung durch unser professionelles Fachpersonal. Wir kaufen: Wertgegenstände & Antiquitäten, Schmuck, Silber, Münzen, Diamanten, Porzellan, Kunst, Puppen, Waffen, Militaria, Designer, Gemälde, Bronzen & ganze Sammlungen. Hausbesuche nach Vereinbarung. Kostenlose Beratung vor Ort.

Sofort Bargeld! Tel. 040-357 155 60 & 0151-18849914

**Familien
Tradition
seit
1882***

JUWELIER EDMUND ARNOLD
GROßE BLEICHEN 8 MO-SA 10.00-18.30 UHR

*Seither sind die Vorväter des Geschäftsführers der Edmund Arnold GmbH (gegr. 2001) Uhrmacher und Juweliere.

Organspende – auch im Alter geht noch was



Gerold Söffker.

Dass Ältere grundsätzlich keine Organe mehr spenden können, ist ein Mythos. Es ist wie sonst auch im Leben: Es kommt auf Fitness und biologische

Funktionalität an, nicht auf das numerische Alter. „Der älteste Spender bei uns war 90 Jahre alt, der älteste in Deutschland 99 Jahre“, operiert Dr. Gerold Söffker ein Vorurteil weg, nur Jüngere könnten dank Organspende helfen. Es ist ein Mythos, dass nur Jüngere infrage kommen. Es gibt keine Altersgrenze, es gibt nur die Organfunktion. Wer weit in die Jahre gekommen ist, wird sicher nicht mehr mit einem Herzen helfen können, aber eventuell sind Niere oder andere Teile des Körpers noch fit.“ Söffker muss es wissen. Er ist Oberarzt am Universitätsklinikum Eppendorf in Hamburg und hier hauptverantwortlicher Transplantationsbeauftragter. Im UKE „detektiert“, erkundet er, im Falle einer schwersten Hirnschädigung, wer gewillt und medizinisch geeignet zur Organgabe sein könnte. Der „Kümmerer“ (Söffker) berät Patienten, aber auch Hausärzte, Angehörige oder Notare. „Gerade Angehörige sind nach dem Tod eines geliebten Menschen überfordert.“ Hier im „Entnahmekrankenhaus“ schlägt das Schicksal häufig zu: Schlaganfall, Hirnblutung, Reanimation ... „Wir sind neutral, wir handeln und beraten ergebnisoffen“, nimmt er jedweden Druck von der sensiblen Angelegenheit Organspende.“ Jede und jeder muss selbst entscheiden. Aber er sagt auch: „Organspende hilft, Leben retten.“

So kann die Niere eines 65-Jährigen, die ihren Dienst tut, einem Dialyse-Patienten helfen. Was zählt, ist die Fitness des Organs. Auch die Niere eines Jüngeren kann bereits zu Schaden gekommen sein – und nicht infrage kommen. Ein 30-Jähriger muss nicht zwangsläufig besser mit einer Niere einer 33-Jährigen leben. Doch gibt es eine altersnahe Verwendung. Söffker erläutert das Old-for-Old-Programm: Dabei bekommen ältere nierenkranke Patienten bevorzugt ein Organ von ebenso älteren Spendern. Der Vorteil: Kommt ein Patient im Alter von z. B. 65 Jahren noch auf die Warteliste derer, die ein „neues“ Organ brauchen, wird er so hoffentlich noch ein Spenderorgan bekommen können. Söffker: „Für Ältere ein Segen.“

Sichere Sache

Für eine Organspende ist es also nie zu spät. So mir nichts, dir nichts klappt es jedoch nicht mit der Mitmenschlichkeit über den Tod hinaus. Da ist zum einen die postmortale Organspende. Ganz wichtig sind hier zwei eherne Regeln, die manchen Schrecken nehmen sollen: Zwei Ärzte prüfen unabhängig voneinander, ob ein Hirntod unumkehrbar eingetreten ist. Erst dann wird Hand angelegt. Beide dürfen nichts mit der späteren Transplantation zu tun haben. Und erst, wenn zuvor der Verstorbene oder Angehörige ihr „Ja“ gegeben haben, können Niere, Lunge, Leber und



Passst in jedes Portemonnaie.



Wolfgang Veit.

Co. in einem anderen Körper ihre Arbeit machen. Aber auch eine postmortale Gewebespende, wie Hornhaut der Augen, Herzklappen, Haut oder Blutgefäße, kann helfen.

Auf der anderen Seite gibt es die Lebendspende: Hier haben meist Familienangehörige die Courage, eine Niere oder Teile der Leber abzugeben. Die Entscheidung muss freiwillig sein – und darf nur Ehepartnern, Verlobten, Lebenspartnern, Verwandten ersten oder zweiten Grades oder anderen, die dem Spender nahe stehen, zugute kommen. Hier schiebt der Gesetzgeber einem aus dem Fernsehen bekannten, vermeintlichen fiesem Organhandel einen Riegel vor. Ob Krimis oder Medienberichte zum „Organspende-Skandal“ die Bereitschaft zur Organspende sinken lassen? Angesichts des sensiblen Themas und des Datenschutzes gibt es kaum sichere Zahlen, weder für Hamburg noch für den Rest Deutschlands.

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) meldet allerdings, dass das Herz der Bürger durchaus für Organspende schlägt: Eine Repräsentativbefragung von 2022 zeige, dass „die Einstellung der Allgemeinbevölkerung gegenüber der Organspende positiv ist: 84 Prozent der Befragten stehen der Organspende positiv gegenüber, 73 Prozent wären bereit, ihre Organe und Gewebe nach dem Tod zu spenden. Menschen, die gut informiert sind, sind eher bereit, eine Entscheidung zu treffen. Ängste, dass nicht mehr alles medizinisch Machbare getan wird, wenn zu Lebzeiten einer Organspende zugestimmt wurde, können durch die Information zu den Abläufen ausgeräumt werden“, sagt Diana Schulz von der BzGA. Doch zwischen gutem Willen und der guten Tat klaffen Welten. Bei vielen fehlt der Organspende-Ausweis im Portemonnaie. Fast 9.000 Menschen stehen in Deutschland auf der Warteliste, nur 1.000 Menschen wurden im vergangenen Jahr Organspender.

Warten und Leben

In der Pandemie ging die Zahl der gespendeten Organe zurück. Das meldet auch die Hamburger Sozialbehörde zum Tag der Organspende Anfang Juni 2022. Bundesweit stagnierte deren Zahl, in Hamburg sank sie sogar: 2019 gaben 52 Menschen nach ihrem Tod Organe ab, 2020 waren es (ohne Lebendspender) 48, 2021 nur 37. Manche geben „fast“ alles: 2019 standen 170 gespendete Organe bereit, 2020 waren es 171, 2021 noch 104.

Dabei hoffen nach Angaben des UKE-Transplantationszentrums in Hamburg 733 Menschen auf ein Organ bzw. sind auf der Wartelis-

te. 174 von ihnen sind über 60 Jahre alt. Auch Stefanie Lambernd aus der Sozialbehörde weist darauf hin, dass keine Altersgrenzen für eine Transplantation bestehen: „Jedoch sind für die Aufnahme auf die Warteliste und für eine Transplantation der zu erwartende Erfolg und die Dringlichkeit für das Überleben ausschlaggebend. Eine weitere Grenze stellen Krankheiten dar, die nicht heilbar und bösartig sind oder solche, die ein lebensbedrohliches Risiko bei der Transplantation darstellen oder den längerfristigen Erfolg der Transplantation infrage stellen.“

Entscheiden oder Widersprechen

Damit die Anzahl der verfügbaren Organe und die der dringend gebrauchten nicht weiter auseinanderdriften, hat sich der Gesetzgeber nach jahrelangen Diskussionen zum „Gesetz zur Stärkung der Entscheidungsbereitschaft bei der Organspende“ durchgerungen. Was im Bundestag selten ist: In einer fraktionsoffenen, namentlichen Abstimmung gab es eine Mehrheit für die sogenannte Entscheidungslösung von Grünen und CDU/CSU. Abgeschmettert wurde der Entwurf von Ex-Bundesgesundheitsminister Jens Spahn (CDU/CSU) und Neu-Minister Karl Lauterbach (SPD). Damit wäre jeder automatisch Organspender, es sei denn, er widerspricht zu Lebzeiten.

Nach dem neuen, seit Frühjahr 2022 geltenden Gesetz kann jeder in Ausweisstellen erklären, Organspender werden zu wollen, Hausärzte sollen ihre Patienten regelmäßig (alle zwei Jahre) ermutigen, einen Organspende-Ausweis auszufüllen oder sich online voraussichtlich ab 2023 in ein Organspender-Register einzutragen, mehr Aufklärung soll für mehr Mut zur Spende sorgen, im Erste-Hilfe-Kurs für Autofahrer gibt's Infos ... Die Entscheidungslösung, die alles vom Good Will abhängig macht, gab's allerdings grundsätzlich schon vorher.

Wille und Wirklichkeit

Ob das neue Gesetz für mehr Organe und damit für mehr Leben sorgt, bezweifeln Kritiker. Die Politik setzt weiter auf Aufklärung. Die Sozialbehörde nutzt das Fahrgastfernsehen in den U- und S-Bahnen sowie der Stadtinformationsanlagen, legt Postkarten mit integriertem Organspende-Ausweis in der Universität, in Restaurants und Veranstaltungszentren aus; verteilt Info-Materialien mit Spender-Ausweisen in Kundenzentren der Bezirksamter, Dienststellen des Landesbetriebes Verkehr und in der Zentralbibliothek. Zudem wirkt die Sozialbehörde in der „Initiative Organspende“ des UKE-Transplantationszentrums mit. Hier machen sich Ärztekammer Hamburg, Hamburgische Krankenhausgesellschaft und Selbsthilfeorganisationen stark für Organspende.

Reicht Aufklärung?

Schon früher wurde bundesweit die Werbetrömmel gerührt. Die Deutsche Stiftung Patientenschutz kommentierte schon 2016 im Magazin „Spiegel“ die Aufklärungskampagnen der Regierung: Seit 2012 wurden 100 Millionen Euro in die Hand genommen, um alle Krankenversicherten anzuschreiben. Aber sie liefen ins Leere. Auch heute ist Wolfgang Veit von der Regionalgruppe Hamburg und Schleswig-Holstein im BDO – Bundesverband der Organtransplantierten e. V. skeptisch: „Die Politik kann nichts ändern, die Gesellschaft muss sich ändern. Doch der Gesellschaft ist noch nicht klar, wie wichtig Organspende ist – obwohl jeder ja auch ein Organ brauchen könnte. Jeder wird sich dann fragen: Woher kann es kommen. Selbst bei der Widerspruchslösung würden die Zahlen nicht besser. Die Krankenhäuser und Kliniken haben zudem ein organisatorisches Problem. Hier allerdings könnte die Politik helfen. Schon jetzt stehen Kliniken finanziell und personell mit dem Rücken zur Wand – und dann sollen sie auch noch die Organspende bewerkstelligen.“

Im Mai 2022, zwei Monate nach Inkrafttreten des Organspende-Gesetzes, lotete die Barmer Krankenkasse die Bereitschaft der Deutschen zur Organspende repräsentativ aus. Danach würden 34 Prozent Organe spenden. Im Vorjahr waren es 36 Prozent. Im Mai 2022 sagten 9 Prozent klar „Nein“, im Vorjahr waren es 6 Prozent. Bis Ende April 2022 zählte man in Hamburg 9 Organspender.

Dr. H. Riedel © SeMa

Möbelhaus Deubelius

Seniorengerechte Möbel gehobener Qualität!

Bett zu niedrig? Pflege zu Hause?

- Sessel und Betten mit Aufstehhilfe
- Senioreneinrichtungen nach Maß
Maßanfertigung für Sofas, Betten, Sessel und Schränke
- Seniorengerechte Umzüge

Hausbesuche möglich

fitFORM
member of Welltop

Nach Ihren Körpermaßen angefertigt

Hoheluftchaussee 19 · Tel. 420 27 12 · U3 Bhf. Hoheluftbrücke, Buslinie 5 · Mo-Fr 9-18, Sa 10-14 Uhr · www.moebelhaus-deubelius.de

Anzeigenberatung und -annahme

HWWA-Werbeagentur GmbH
Tel.: 040/524 33 40
h.wiederhold@senioren-magazin-hamburg.de

Überrasche Herpes, bevor er es tut!

Die 3-Tage Kur bei Lippenherpes*

- Bei den ersten Anzeichen wie Kribbeln oder Spannungsgefühl einnehmen
- Kein Schmier, sondern schlucken – sehr gut verträglich
- Geschmacksneutral

LyZink®
Zur Ernährung bei HERPES

3 Tage-Kur
15 Kapseln = 7g

www.lyzink.de

* zum Diätmanagement für Patienten mit HERPES simplex labialis.

Weitere Informationen

SFP Pharma Peter GmbH, Lärpening 12, 22419 Hamburg

ZUM ERHALT NORMALER KNORPEL

Langzeitanwendung erspart die Einnahme von Schmerzmitteln.
Nachweislich über 50% Schmerzensenkung bei Knie-Arthrose.

Arthrosamin Kapseln STRONG

90 Kps. = 102g

In Ihrer Apotheke: PZN - 0012061 www.arthrosamin-gelenkkapseln.de

SFP Pharma Peter GmbH, Lärpening 12, 22419 Hamburg



Hans-Dieter Bauer: Maritimer Jungspund mit „Schifferklavier“.



Orchester im Kleinen.



Moderne Zeiten für Ziehharmonikas – auf CD.



Auch im Alter: Finger auf den Knöpfen.

Quetschkommode auf der **Roten Liste**

Wer in den 90ern durch das Alstertal- oder Elbe-Einkaufszentrum schlenderte, hat sie vielleicht gehört: Die Musikanten, die sich bis 2001 Estetaler Harmonikas nannten. Damals zauberten sie den „Hamburger Veermaster“ und mehr aus der Ziehharmonika. Heute steht die Quetschkommode im Duden – und auf der Roten Liste. Jetzt verkauft Hans-Dieter Bauer, Mitgründer der Kapelle, die Instrumente. Mit Wehmut und der Einsicht: „Kaum einer spielt sie noch.“

Angefangen hat eigentlich alles mit Helmut Schmidt“, erinnert sich Hans-Dieter Bauer, der einst in Buxtehude, am Elbe-Nebenflüsschen Este, das Ziehharmonika-Ensemble aus der Taufe hob. Denn der ehemalige Hamburger Bürgermeister verfügte 1970 einen Beförderungsstopp in der Bundeswehr. Betroffen war auch Soldat Bauer. Er stieg nicht auf zum Offizier – sondern um in den Operationssaal. Er wurde im AK Harburg ausgebildet – und landete Anfang der 60 Jahre im (ehemaligen) Kreiskrankenhaus Buxtehude. Den Umzug machte die Ziehharmonika, die er von seinen Eltern geerbt hatte, mit. Einige Zeit blieb sie tonlos in der Stadt, in der die Hunde mit dem Schwanz bellen.

Doch Ende der 80ziger traf der OP-Pfleger, Jahrgang 1938, bei einem Fest in Stade auf Musikanten, die wie er Lust und Luft für die Ziehharmonika hatten. Luft ist nötig, weil der Quetschkasten gedrückt oder gezogen werden muss, damit Luft raus- oder reingelassen wird und auf Knopfdruck hohe und tiefe Töne erzeugt. Eine Ziehharmonika ist von einem Akkordeon „weit entfernt. Ein gewaltiger Unterschied“, fachsimpelt Bauer. „Ein Akkordeon hat eine schwarz-weiße Klaviatur, auf der alle Töne der Tonleitern gespielt werden können. Die Ziehharmonika hat Knöpfe, und ihr kann man Töne der jeweiligen Tonart entlocken.“ Für Fachleute: Der klangliche Unterschied ist der, dass bei einem Akkordeon chromatische Tonleitern gespielt werden können, bei der Harmonika lediglich diatonische.

Ende der 80er Jahre waren sie zu dritt. Aber das Trio bekam

Freundinnen und Freunde. Nach Aufrufen in der Presse versammelten sich immer mehr um den „Kapellmeister Bauer“. „Bis dahin waren wir fast nur ältere Herren, nun kamen auch jüngere, auch drei Frauen.“ Und peu à peu trauten sie sich mehr: zu Anfang hatten sie gespielt, was sie auswendig konnten. Noten waren schwarze Zeichen auf weißem Papier, mehr nicht. „Viele von uns konnte keine Note lesen“, sagt Bauer. Denn: Die Harmonikas beherrschten ihr „Orchester im Kleinen“ aus dem Effeff und konnten aus dem Kopf spielen.

Doch die Zeiten änderten sich. Die Bauer-Combo wurde professioneller. In einem Studio in Maschen wurde ein Master-Tape eingespielt. Es folgten CDs und Live-Spiel – und nicht nur bei Blütenfesten oder geselligen Nachmittagen. Funk und Fernsehen riefen – die Harmonika-Spieler kamen zu 200 Auftritten. Ein Liederbuch wurde gedruckt. 2001 verwandelten 18 der auf 30 angewachsen Harmonika-Fans ihr Instrument in Bordgepäck: Es zog sie von Buxtehude zur Steuben-Parade in die USA. Offenbar machte die weite Welt Lust auf Neues. 2002 nannten sich die Spieler um in Altländer Harmonikas – was der Spiel Freude keinen Abbruch tat.

Doch langsam ging der Kapelle die Luft aus: Nachwuchssorgen. Immer öfter war der Weg zur Probe zu lang oder das Alter forderte einen Tribut, sodass immer mehr die Ziehharmonika aus den Händen legten. Heute sind noch drei dabei: Hans-Dieter (84) in Buxtehude, Elisabeth (90) in Neu-Wulmstorf und Wolf-Dieter, der einst der kaufmännische Kopf war und heute in Hausbruch mit 86 Jahren die Quetsche drückt. Die drei sind Zeugen einer musikalischen Zeit, in der die Ziehharmonika Artenschutz genießt: Sie steht immer öfter auf der Roten Liste – und selten „auf dem Lehrplan der Schulen“, sagt Bauer. Im Norden sieht es mit dem Akkordeon besser aus: Fast kein Shanty-Chor ohne Schifferklavier.

Dr. H. Riedel © SeMa

Am Anfang waren die Altländer Harmonikas.





Deutsche Leibrenten
Verkaufen, um zu bleiben



Mein Lieblingsplatz: Mein Zuhause

Im Alter selbstbestimmt bleiben und besseren finanziellen Spielraum erhalten. Genießen Sie weiterhin das Leben im gewohnten Zuhause – abgesichert mit der Immobilienrente der Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG, Ihrem seriösen und verlässlichen Partner.

- Zuhause wohnen bleiben – ein Leben lang
- Mehr Geld, drei Auszahlungsvarianten zur Wahl
- Keine Instandhaltungssorgen, weniger Aufwand



Informieren Sie sich jetzt – Alexander Gehrman berät Sie gerne über Ihre Möglichkeiten unter der Rufnummer **040.22 85 10 10** oder per E-Mail an hamburg@deutsche-leibrenten.de

www.deutsche-leibrenten.de/hamburg



SoVD-Sozialtipp

SOVD
Sozialverband Deutschland
Landesverband Hamburg

Geld für Gas vom Amt

(pi) Schon bei der Energiekostenpauschale mussten RentnerInnen aufpassen, dass das Geld nicht an ihnen vorbeirauscht. Sie blieben außen vor. Die 300 Euro stehen ihnen aber zu, wenn sie der Mini-job-Zentrale einen Mini-Job oder in der Steuererklärung „selbstständige Arbeit“ melden. Es reicht, in diesem Jahr einen Tag als Minijobber zu arbeiten, um das Entlastungsgeld zu erhalten.

Doch die Pauschale ist nur ein Tropfen auf den heißen Stein, wenn die Nebenkostenabrechnung 2021 ins Haus flattert. Da ist es gut zu wissen, dass auch mit geringen Einkommen ein Antrag auf Leistungen von Jobcenter oder Sozialamt möglich ist. Der Gesetzgeber sagt dazu: „Wer für seinen Lebensunterhalt vorübergehend oder auf Dauer nicht selbst sorgen kann, hat einen Anspruch auf Grundsicherung. Die Leistungen der Grundsicherung werden als Arbeitslosengeld oder als Sozialhilfe auf Antrag gezahlt“.

Stürzt die Nebenkostenabrechnung 2021 MieterInnen in finanzielle Not, können sie also vorübergehend Hartz IV-Leistungen in

Anspruch nehmen. Das gilt auch für Haushalte, die diese bisher nicht erhielten. Wer also die Nebenkostennachzahlung nicht aus eigenen Mitteln berappen kann, sollte sich ans Jobcenter wenden und Unterstützung beantragen. Wichtig: Der Antrag dafür muss pünktlich im Monat der Fälligkeit der Nachzahlung eingehen. Denn: Nachzahlungen aus Neben- und Heizkostenabrechnungen gelten als Bedarf in dem Monat, in dem die Nachforderung ins Haus kommt.

Ein Beispiel: Heinz aus Finkenwerder ist alleinstehend, verfügt über 1.200 Euro netto im Monat und zahlt für seine Zwei-Zimmer-Wohnung 400 Euro warm. Der Hartz IV-Regelsatz liegt für Alleinstehende bei 449 Euro, außerdem übernimmt das Amt die Kosten für die Warmmiete. In normalen Zeiten bekäme Heinz nichts: Sein Einkommen liegt mit 351 Euro über Regelsatz plus Warmmiete. Mit der Nebenkostennachzahlung, die im Oktober in seinem Briefkasten liegt, werden für Heinz 900 Euro fällig. Damit klettern seine Wohnkosten auf einmalig 1300 Euro und der Bedarf für diesen Monat auf 1.749 Euro. Damit hat er für den Oktober einen Anspruch auf mindestens 549 Euro Hartz-IV-Leistungen. Auch Menschen, die nicht mehr arbeiten und in Rente sind, können einen Anspruch auf vorübergehende ergänzende Grundsicherung im Alter geltend machen, für sie ist das Sozialamt zuständig.

Klaus Wicher, Hamburger Vorsitzender Sozialverband SoVD: „Die Inflation schleicht sich an den Mittelstand. Wenn die Kosten für Gas und Betriebskosten nicht mehr zu schultern sind, sollten sich RentnerInnen nicht vor dem Gang zum Sozialamt scheuen und Menschen mit kleinen Einkommen beim Jobcenter einmalig Unterstützung beantragen.“

Mitglieder des SoVD können sich kostenfrei zum Thema Hartz IV beraten lassen. Informationen unter www.sovd-hh.de, Telefon: 040/611 60 70, E-Mail: info@sov-d-hh.de

Keine Damentoilette, aber barbusige Frauen

Vor 125 Jahren wurde das Hamburger Rathaus eröffnet



Macht zu jeder Zeit etwas her – das „neue“ Rathaus an der Kleinen Alster.

Foto © Krause



Es ist das Sechste in der Stadtgeschichte – gleich neun Baumeister haben es geplant und realisiert. Das repräsentative Rathaus der Freien und Hansestadt Hamburg an der Kleinen Alster wurde von 1886 bis 1897 im Stil der Neorenaissance errichtet. Sein Turm hat eine Höhe von 112 Metern und prägt gemeinsam mit den Türmen der Hauptkirchen Hamburgs Stadtbild. Dass es überhaupt fertig wurde, ist fast ein Wunder, denn die Senatoren, die außer ihrer viele Kilo schweren Amtstracht noch etliche weitere Bürden zu tragen hatten, waren mit Änderungs- und Ergänzungswünschen nicht zurückhaltend.

Eine notwendige Ausgabe

Eigentlich war es in Hamburg nicht üblich, nur des schönen Scheins wegen Geld auszugeben, denn das „alte“ Rathaus an der Trostbrücke hatte es ja noch getan. Doch beim „Große Brand“ vom Mai 1842 hatte man – allerdings vergeblich – versucht, durch die Sprengung des historischen Gebäudes das Feuer aufzuhalten. Sehr schnell einigte man sich auf einen neuen Standort auf der Rückseite der „Neuen Börse“, die als einziges Gebäude in diesem Gebiet den Brand heil überstanden hatte. So konnte die 1765 gegründete „Patriotische Gesellschaft“, deren eigenes Haus in der Großen Johannisstraße ebenfalls dem Brand zum Opfer gefallen war, auf dem Grundstück am Nikolaifleet ein neues Gebäude errichten. Bereits im Dezember 1847, nur fünf Jahre nach dem Brand, feierten die Patrioten die Fertigstellung ihres Neubaus. Für die des Rathauses vergingen weitere 50 Jahre. Denn vorrangig musste die Stadt wieder aufgebaut werden. Nicht förderlich für das Projekt Rathausneubau waren auch die politischen Umbrüche der Revolution von 1848/49, die Wirtschaftskrise von 1857 sowie die Auseinandersetzungen der Großmächte bis zur Reichsgründung 1870/71.

Wer die Wahl hat, hat die Qual

Um sicher zu sein, das architektonische Optimum zu erhalten, kam es zu zwei Entwurfs-Wettbewerben: 1854 gingen 43 Entwürfe und 1876 sogar 128 Entwürfe ein. Doch der Senat „kam nicht in die Puschen“. Die konkrete Planung erfolgte schließlich durch die Architektengruppe „Rathausbaumeisterbund“ unter der Leitung von Martin Haller. Als Sohn des 1876 verstorbenen Hamburger Bürgermeisters Nicolaus Ferdinand Haller – dem Namensgeber der Hallerstraße – konnte er den Senat von dem ohne Auftrag 1880 erstellten Entwurf 1884 überzeugen, sodass 1886 endlich mit den Bauarbeiten begonnen werden konnte. Mehr als 4.000 Eichenpfähle waren nötig um den Baugrund zu stabilisieren. Die Bauarbei-

ten verliefen schleppend. Ein Streik der Bauarbeiter 1889 und die Cholera 1892 in Hamburg bremsten den Baufortschritt. Nach über einem halben Jahrhundert erhielten die Hamburger am 26. Oktober 1897 ihr neues Rathaus: Mit einem Volksfest wurde es offiziell eingeweiht. Dr. Lehmann übergab als Vorsitzender der Rathausbaukommission Bürgermeister Dr. Versmann den Schlüssel, „als sichtbares Zeichen, dass das neue Rathaus so weit fertiggestellt ist, um dem Zweck, für welchen es errichtet ist, dienen zu können.“ Gekostet hat der Neubau letztlich rund elf Millionen Goldmark.

Kanal für den Opa – Insel für den Enkel

Der Hamburger Reeder Hermann Dahlström, Spitzname „Kanalström“ (1840–1922) legte 1878 einen detaillierten Plan vor, mit einem Kanal die Ostsee mit der Nordsee zu verbinden. Kaiser Wilhelm I. legte den Grundstein für den später nach ihm benannten Kanal – sein Enkel, der marinebegeisterte Kaiser Wilhelm II. reiste im Juni 1895 über Hamburg an, um die Wasserstraße mit einem dreitägigen Fest in Kiel-Holtenau zu eröffnen. Doch wohin in Hamburg mit dem Kaiser? Immerhin gab es schon einen Saal im Rathaus, der vorzeigbar war. Dort wurde der hohe Gast mittags bewirtet. Seitdem trägt er den Namen Kaisersaal. Für die Kaffeetafel am Nachmittag griff der Senat ganz tief in die Tasche. Inmitten der Binnenalster errichtete man auf 760 Pfählen eine 6.000 Quadratmeter große Inse, auf der dann der Kaiser gemeinsam mit 1.600 Gästen die schöne Aussicht genießen konnte. Danach ging es zum Hafen, wo schon die kaiserliche Jacht „Hohenzollern“ darauf wartete, den Monarchen nach Kiel zu bringen.

Was war – was ist

So fortschrittlich sich die Hamburger im 19. Jahrhundert auch gaben – Frauen hatten in der Politik, also auch im Rathaus, nichts zu suchen. Sie durften zwar als allegorische Gestalten gern barbusig und aus Stein oder in Öl an den Wänden Platz nehmen. Aber in der Bürgerschaft und gar im Senat war kein Platz für sie. So erübrigte sich auch der Einbau von Damentoiletten. Heute besteht die Möglichkeit, im Rathaus zu heiraten. Das wollte Martin Haller den Bürgern schon vor 125 Jahren ermöglichen. Deshalb gibt es im Innenhof des Hauses auf der Senatsseite eine künstlerisch reich geschmückte „Brautforte“ samt Brauttreppe und Brautdiele. Tauben schnäbeln dort – Adam hat einen Hund und Eva die unvermeidliche Schlange samt Apfel. Doch weiter ging es damals nicht. Von einem Standesamt wollte die Rathausbaukommission nichts wissen. Denn es traf zwar zu, dass sich durch Heirat einer Senatorentochter gelegentlich auch der Weg in den Senat öffnete – doch so genau sollte das wohl nicht dargestellt werden.





Würdige Herren unter sich. Der Einzug des Senats in das neue Rathaus, wie ihn der Historienmaler Hugo Vogel sah.

Foto © Wikipedia / Christoph Braun



Mann trägt Zylinder. Herren unter sich beim Richtfest am Sonnabend, den 7. Mai 1892. Foto © Staatsarchiv

Die Sache mit der Demokratie

Bei aller Herausstellung von Bürgerstolz im Rathaus gilt es sich vor Augen zu führen – nicht nur Frauen hatten dort bestenfalls als Putzfrauen etwas zu suchen. Denn ein überwältigender Teil der damals in Hamburg lebenden Menschen waren keine Bürger, sondern steuerpflichtige Bewohner, die nicht wählen durften. Politik, die machten in Hamburg die „oberen Zehntausend“ unter sich aus. Am 16.03.1919 fanden in Hamburg die ersten allgemeinen, gleichen, unmittelbaren und geheimen Bürgerschaftswahlen für Männer und Frauen ab dem 21. Lebensjahr statt. Wahlsieger war die SPD mit 50,4 Prozent. Die Bürgerschaft arbeitete eine neue Verfassung aus. 1921 trat sie in Kraft. Seitdem sind die gewählten Volksvertreter alleinige Gesetzgeber. Seitdem erst wird Hamburg demokratisch regiert.

Unterwegs in einem Wimmelbild

Unmöglich ist es, mit Worten alle großen und kleinen Sehenswürdigkeiten des Rathauses zu beschreiben. Vieles erschließt sich erst beim zweiten oder dritten Hinsehen. Das trifft schon für die frei zugänglichen Baubereiche zu – bei Führungen gibt es noch viel mehr zu entdecken. Deshalb sind Rathausführungen unter kundiger Leitung immer ein Gewinn. Für die „Jubelwoche“ hat sich die Historikerin Dr. Rita Bake ein besonderes Schmankerl einfallen lassen. In ca. zweistündigen szenischen Rundgängen mit den Schauspielerinnen Herma Koehn und Hanka Schmidt und dem Schauspieler Olaf Kreutzenbeck lässt sie Rathausgeschichten lebendig werden.

Hier die Termine im Oktober:

Sa., 22.10., 16 Uhr; So., 23.10., 11 Uhr; Mo., 24.10., 10 Uhr; Di., 25.10., 13 Uhr; Mi., 26.10., 12 und 17 Uhr; Do., 27.10., 14 Uhr

Eintrittskarten zum Preis von 12, erm. 6 Euro, gibt es ab dem 4. Oktober im Infoladen der Landeszentrale für politische Bildung, Dammtorwall 1, 20354 Hamburg, Tel.: 040/428 23 48 02. Öffnungszeiten: Mi., 12.30–17 Uhr; Do., 12.30–17 Uhr; Fr., 12.30–16.30 Uhr; Mo., 12.30–17 Uhr; Di., 12.30–17 Uhr

„Normale“ Führungen sind dann möglich, wenn der Politikbetrieb es zulässt. Es gibt sie nicht nur auf Hoch- sondern auch auf Plattdeutsch sowie auf Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Russisch oder Chinesisch. Termine und Kosten finden sich im Internet unter www.hamburg.de/rathausfuehrung F. J. Krause © SeMa



Auch Mitglieder der Bürgerschaft führen gelegentlich durch das Rathaus. Ihr Insiderwissen macht den Rundgang besonders spannend. Hier der SPD-Abgeordnete Gulfam Malik (li. neben der Dame mit der roten Hose) mit einer Gruppe aus seinem Wahlkreis.

Foto © Krause

„LEBENSFREUDE“

Großes Grundstück und doch ist das Geld knapp??

Sie müssen Ihr Zuhause nicht verlassen, um besser zu leben. Lassen Sie sich von uns beraten, wie Sie durch Grundstücksteilung oder andere Möglichkeiten wieder an Liquidität gewinnen und mehr Freude am Leben haben.

Telefonische Sonderberatung jeden Montag und Donnerstag

Die Beratung, Wertermittlung und Marktübersicht ist natürlich **kostenfrei** und **unverbindlich!**



Ich berate Sie gern:

d.i.i. Hamburg
Wir sind Wohnimmobilien

Stephan Füllmich
Niederlassungsleiter
T. 040 – 35 71 80 05
www.dii-hamburg.de

Auch in der kalten Jahreszeit aktiv bleiben!



Fitness auf schonende und gesunde Weise in den eigenen vier Wänden

Heimtrainer ab
€ 479,-

- effektives Herz-Kreislauf-Training
- gelenkschonend und fettverbrennend
- Stärkung der Muskulatur
- seniorengerechte Modelle

Persönliche Fachberatung nach individueller Terminvereinbarung



Die Fahrradbörse

... der bessere Service für's Rad!

www.die-fahrradboerse.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9-12.30 u. 14-18.30, Sa. 9-13 Uhr
Langeloh 65 | 25337 Elmshorn | Tel. 04121 764 63

CHRIS ANDREWS

– ein Rock 'n' Roller wird 80

In Deutschland erreichen immer mehr Menschen ein sehr hohes Alter, aktuell sind es 5,9 Millionen. Es ist heutzutage nicht ungewöhnlich, dass auch Sänger, die bereits ihr 80. Lebensjahr erreicht haben, mit Schwung und kräftiger Stimme ihr Publikum immer noch begeistern können, wie z. B. Heino, Jonny Hill, Frank Zander, Tony Marshall, Roberto Blanco, Peter Kraus. Auch Frank Schöbel, einer der erfolgreichsten Interpreten der DDR, erreicht den 80. Geburtstag am 11. Dezember. Noch in diesem Jahr wird er viele Termine nachholen, die wegen Corona ausfallen mussten.

Am 15. Oktober kann sich der gebürtige Engländer Chris Andrews in diese Riege einreihen. Er wird seinen Ehrentag mit Ehefrau Alexandra, Familie und Freunden feiern. Auch frühere Weggefährten und Musikerkollegen, die aus England anreisen, werden bestimmt mit ihm auf die Gesundheit und ein langes Leben anstoßen.

Wir trafen den Pop-Sänger zu einem Exklusiv-Interview und Foto-termin schon ein paar Tage vor dem runden Geburtstag in seinem Haus in der Nähe von Dortmund. Seine Frau Alexandra und er zeigten uns dann auch noch ihre Lieblingsplätze in Olfen in der Nähe ihres Wohnortes.

Chris Andrews: „Das Schönste ist für meine Frau und mich eine Fahrt in den Sonnenuntergang auf einem kleinen Floß auf der Stever zwischen den paradiesischen Auen oder auch eine Kutschfahrt durch unsere Heimat. Die Ruhe und die Natur geben uns Kraft und Inspiration für unser Berufsleben.“

Alexandra Andrews ist Physiotherapeutin und arbeitet mit ihrer Reittherapie „Huf und Hand“ gemeinsam mit Heilpferden, um dadurch Körper, Geist und Seelen der Kinder zu stärken. Zu diesem

Chris und Alexandra Andrews am 15. Hochzeitstag auf einem Floß auf der Stever bei Olfen.



Chris Andrews, Sandy Shaw und Sänger Adam Faith Anfang der 60er. Chris schrieb für beide viele Hits.



Carlo von Tiedemann u. Chris Andrews Auftritt im Monzartsaal.



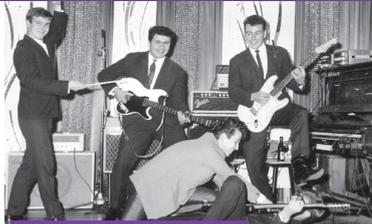
Chris Andrews spielt und singt mit den Theraphiekindern und Nichte Luana (im rosa T-Shirt)



Chris Andrews und Toni Wille (li.) von der Gruppe PUSSYCAT und Sally Carr von der Gruppe MIDDLE OF THE ROAD im Haus von Chris.



Die erste Auszeichnung für „Yesterday Man“ auf einem Schiff in Griechenland 1961.



Chris Andrews 1961 erster Auftritt in Deutschland mit seiner Band Chris and the Ravers.



80. Geb. am 15.10.22 von Chris Andrews – mit seiner Frau Alexandra.

Thema brachte sie jetzt ihre erste CD auf den Markt. Sie erklärte uns dazu: „Diese CD besteht aus Erlebnissen, Ausritten, Spaziergängen, die auch durch die Originalgeräusche der Pferde und der Natur lebendig gemacht werden.“

Seit 2016 besitzt der Weltstar Chris Andrews einen deutschen Pass. Die berufliche Laufbahn des Musikers fing schon vor über sechs Jahrzehnten in London an. Bereits als 13-Jähriger sprang er auf die Bühne, um seiner Leidenschaft zu folgen.

Im legendären Hamburger Star Club begann Anfang der 60er Jahre die Deutschland-Karriere des „Mister Yesterday Man“. Der namensgebende Song „Yesterday Man“ wird noch heute von vielen Radiosendern gespielt. Die Debüt-Single aus dem Jahr 1965 schaffte es gleich auf Platz drei der britischen Charts. In den deutschen Hitparaden landete er sofort auf Platz eins. Weltweit verkaufte sich dieser Titel über 100 Millionen Mal. Der darauffolgende Song „Pretty Belinda“, wurde in neun Sprachen übersetzt und ist ebenfalls ein oft gewünschtes Lied in den Musik-Sendungen.

Sowohl in der ZDF-Hitparade als auch in der Fernsehsendung „Beat-Club“ war der sympathische Sänger oft zu Gast. Er komponierte ca. 800 Titel für sich und auch für namhafte Kolleginnen und Kollegen wie u. a. für Agnetha von Abba, Sandy Shaw, Cher, Suzi Quatro und auch Peter Orloff.

Noch heute sind seine Auftritte ein Erlebnis. Nach der ungewollten Corona-Pause reißt er jetzt wieder mit seiner Musik das Publikum von den Stühlen. Auch mit 80 rockt und singt er seine Hits stimmungsgewaltig wie vor vielen Jahren. Und, wenn er nicht gerade auf der Bühne steht, greift er zur Gitarre und spielt und singt auch für die Therapiekinder seiner Frau oder komponiert neue Lieder am Flügel in seinem Haus im Münsterland.

Wir wünschen ihm alles Gute zu seinem runden Geburtstag und bedanken uns für die Zeit, die er und seine Frau sich für uns genommen haben. Text © Marion Schröder/Fotos © Marion Schröder + Chris Andrews privat

Ihr Partner für Barrierefreiheit mit Firmensitz in Hamburg – Sitztreppenlifte, Hublifte und Plattformlifte

Probefahrten
im Ladengeschäft



040 • 851 807 03

Wellingsbüttler Weg 117 • 22391 Hamburg

www.hamburg-lifte.de • info@hamburg-lifte.de

EIMSBÜTTELER SENIORENTAG im Hamburg-Haus unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“

Am Montag, 10. Oktober, von 10 bis 16 Uhr, lädt der Seniorenbeirat Eimsbüttel zum Eimsbütteler Seniorentag 2022 ein. Den Besuchern werden interessante Vorträge und Diskussionen zum Wohnen im Alter und zur Internet-Nutzung geboten. Im Foyer stehen 25 Beratungsstellen und Organisationen für Informationen und Gespräche bereit. Im Großen Saal beginnt das Programm um 10.30 Uhr. Zum ersten Themenschwerpunkt berichten zwei Vertreter von Wohnungsbaugenossenschaften über altersgerechte Wohnungen und Wohnungstausch. Holger Detjen von der Köster-Stiftung erläutert das Servicewohnen. Anschließend tritt eine kroatische Folkloretanzgruppe auf und es folgt ein kostenloser Mittagsimbiss. Danach bringt Heiko Stender die Gäste mit Sitztanz in Bewegung. Um 13.30 Uhr startet das Digitalisierungsthema. Lena Baltes vom Albertinen-Haus informiert



über das neue Hamburger Projekt „digital dabei“, das mit freiwilligen Mentor:innen Schulungen und Kurse zur Web- und Smartphone-Nutzung für Senior:innen anbieten wird. Wie der Verein Wege aus der Einsamkeit „das Netz versilbert“, berichtet Dagmar Hirche.

Wer als älterer Mensch Rat zu Unterstützung und Hilfen im Alltag sowie Tipps zur Lebens- und Freizeitgestaltung sucht, erhält auf dem Seniorentag ab 10 Uhr kompetente Antworten. Eine Vielzahl von Ausstellern, die im Bezirk tätig sind, ist im Foyer auf dem „Markt der Möglichkeiten“ vertreten, darunter die Wohlfahrtsorganisationen, die Sozialverbände, Anbieter von Pflege und Alltagsbegleitung, Kulturanbieter sowie Beratungsstellen des Bezirksamts.

Die Veranstaltung ist kostenlos und endet um 15 Uhr. Im Internet steht unter www.lsb-hamburg.de/eimsbuettel das Faltblatt mit dem Programm des Seniorentags bereit. Kommen Sie vorbei – es lohnt sich.

Hamburger Hausbesuch für Seniorinnen und Senioren – ein kostenloses Informations- und Beratungsangebot



Auch im höheren Alter aktiv und selbstbestimmt leben – das wollen die allermeisten Menschen. Und dazu gehört fast immer auch der Wunsch, so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung wohnen bleiben zu können. Die Angebote und Dienstleistungen im Stadtteil sind dabei wichtige Helfer. Um sie geht es beim Hamburger Hausbesuch.

Besuchsangebot für Seniorinnen und Senioren in Hamburg

Das Projekt „Hamburger Hausbesuch für Seniorinnen und Senioren“ wurde von der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz (heute Sozialbehörde) der Freien und Hansestadt Hamburg mit dem Albertinen Haus – Zentrum für Geriatrie und Gerontologie, als Fachstelle im Januar 2018 gestartet. Die Idee: In einem persönlichen Gespräch sollen Seniorinnen und Senioren über unterstützende und gesundheitsfördernde Angebote in ihrem Umfeld informiert werden.

Anlässlich ihres 80. Geburtstags erhalten alle Bürgerinnen und Bürger in unserer Stadt ein Gratulationsschreiben der Sozialsektorin mit einem konkreten Besuchsangebot.

Auch wer jünger oder älter ist und Informationsbedarf zu altersspezifischen Fragestellungen hat, kann das Besuchsangebot auf eigene Nachfrage hin gerne in Anspruch nehmen.

Das Angebot ist kostenlos und freiwillig. Wer das Angebot annimmt, wird von einer geschulten Besuchsperson im Auftrag der Fachstelle aufgesucht und individuell informiert und beraten, zum Beispiel über präventive gesundheitliche Angebote, Hilfen bei gesundheitlichen Problemen, bei Pflegebedürftigkeit oder Unterstützungsbedarf. Das Gespräch kann im eigenen Zuhause, in der Wohn- bzw. Pflegeeinrichtung oder im Bezirksamt stattfinden. Eine Person des Vertrauens ist bei dem Gespräch willkommen. Selbstverständlich kann der Besuch jederzeit beendet oder abgesagt bzw. verschoben werden. Anstelle eines Hausbesuchs ist auch ein informatives Telefongespräch möglich.

Individuelle Informationen und Beratung stehen im Mittelpunkt

Die Themen, die während des Hamburger Hausbesuchs angesprochen werden können, sind vielfältig und auf die individuellen Bedürfnisse der Seniorinnen und Senioren abgestimmt, dazu gehören:

- Wohnumfeld und Wohnsituation
- Digitale Kommunikation (Smartphone, Tablet, PC, Internet etc.)
- Finanzielle Situation
- Soziale Kontakte, gesellschaftliche Einbindung, ehrenamtliches Engagement
- Mobilität und Bewegung
- Ernährung und gesundheitliche Situation
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Sich abzeichnende Unterstützungs- und Pflegebedarfe sowie Angehörigenhilfe

Auf Wunsch und mit schriftlicher Einwilligung stellt die Besuchsperson den Kontakt zu passenden Angeboten sowie den Pflegestützpunkten und Beratungszentren für ältere, pflegebedürftige und körperbehinderte Menschen (PBM) her. Zugleich können besuchte Seniorinnen und Senioren ihre Anliegen und Vorstellungen für eine altersgerechte Quartiersgestaltung einbringen.

Ein Netzwerk zum Wohle der Seniorinnen und Senioren

Ausgewählte Besuchskräfte mit fachlichem Hintergrund überwiegend aus dem Gesundheits- und Sozialwesen wurden speziell für die Besuche geschult. Das Schulungskonzept inkl. eines Gesprächsleitfadens hierfür hat federführend der Kooperationspartner Deutsches Institut für angewandte Pflegeforschung (DIP) erarbeitet. Mit allen Bezirksamtern besteht eine enge Kooperation.

Projekt auf Erfolgskurs

Ziel des Hamburger Hausbesuchs ist es, ein aktives, selbstbestimmtes und selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung und im vertrauten Quartier zu fördern und Zugänge zu bestehenden Angeboten im eigenen Bezirk je nach Interesse und Bedarf zu vermitteln und zu erleichtern. Nach erfolgreicher Erprobung in den Pilotbezirken Eimsbüttel und Harburg wurde der Hausbesuch 2020 auf ganz Hamburg ausgeweitet und 2021 vorerst um weitere zwei Jahre – bis zum 31.12.2023 – verlängert.

Zurzeit werden die Ergebnisse des Modellprojektes evaluiert – selbstverständlich anonym und unter Wahrung aller Datenschutzaufgaben – um zu überprüfen, an welchen Stellen sich das Angebot zum Wohl der Seniorinnen und Senioren in Hamburg noch weiterentwickeln kann.

Ihre Sicherheit und Gesundheit sind uns wichtig

Die Besuchspersonen tragen bei ihren Besuchen spezielle Ausrüstung mit sich, um Ihnen die nötige Sicherheit zu geben und Betrugsversuche von vornherein auszuschließen. Wegen der Corona-Pandemie unterliegen die Hausbesuche einem strengen Hygienekonzept. Die Besuchskräfte sind geimpft oder genesen und haben am Besuchstag einen Corona-Test durchgeführt. Außerdem sind während des Besuchs die bekannten AHA+L-Regeln einzuhalten: Abstand wahren, auf Hygiene achten, Maske tragen und in Innenräumen regelmäßig lüften.

Kontakt:

Fachstelle Hamburger Hausbesuch für Seniorinnen und Senioren,
Mo.–Do.: 10–12 Uhr und 14–16 Uhr, Fr.: 10–12 Uhr,
E-Mail: hamburger-hausbesuch@hamburg.de

Büro in Schnelsen

Albertinen Haus – Zentrum für Geriatrie und Gerontologie,
Sellhopsweg 18–22, 22459 Hamburg, Tel.: (040) 55 81-47 25



Ob zuhause oder unterwegs – Hilfe ist immer nur einen Knopfdruck entfernt.

Sicherheit auf Knopfdruck.

Der Johanniter-Hausnotruf.

Jetzt bestellen!

johanniter.de/hausnotruf-testen

0800 32 33 800 (gebührenfrei)

*Gültig bis 06.11.2022

4 Wochen gratis testen und Preisvorteil sichern!*



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Krimiserie (Teil 9)

Die vielen Tode des Hauptmanns Berthold

Beim Kapp-Putsch kam es 1920 in Harburg zu einem Massaker und einem Meuchelmord

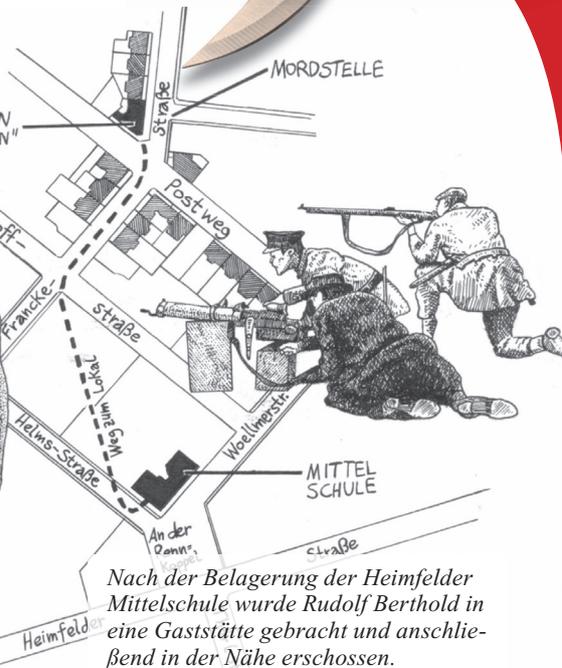
Nackt und blutüberströmt, die Kehle durchschnitten, den verkrüppelten Arm ausgerissen oder buchstäblich zertreten: Die Legende lässt den 28-jährigen Rudolf Berthold viele grausige Tode sterben. Scheußlich war sein Ende, aber anders als in Büchern, Broschüren und auf Dutzenden Websites dargestellt.

Die Jahre nach dem Ersten Weltkrieg waren von Gewalt geprägt: Serienmörder gingen um, kleine Einbrecher trugen Knarren, Parteisoldaten lieferten sich Straßenschlachten. Oft war kaum zu unterscheiden zwischen kriminellen und politischen Motiven. Den Mord an Rudolf Berthold konnte die Justiz auch nach mehrjährigen Ermittlungen nicht aufklären und keinen Täter namhaft machen.

Der 15. März 1920 ging als „Harburger Blutmontag“ in die Geschichtsbücher ein: ein Putschversuch, ein Massaker und ein Meuchelmord. 17 Menschen starben bei Kampfhandlungen, neun wurden ermordet. Es gab Tausende Zeugen, von denen Polizei und Staatsanwaltschaft Hunderte nur zu einem, dem letzten Ereignis, vernahmen, dem Tod des Hauptmanns der Putschisten. Mit 44 Abschüssen zählte Rudolf Berthold zu den „Fliegerhelden“ des Weltkriegs. Aus seinem letzten Luftkampf ging er mit zerbrochenen Gliedern und zerschossenem rechten Arm hervor. Ein Korsett hielt seinen Körper zusammen, ohne Morphium überstand er die Tage nicht. Berthold setzte den Krieg fort, als Anführer des Freikorps „Eiserne Schar“, das sich dem Putsch anschloss, den der Regierungsbeamte Wolfgang Kapp für drei Tage anzettelte. Neben Berlin und dem Ruhrgebiet konzentrierten sich die Kämpfe auf Hamburg.

Bertholds Truppe sollte in Kehdingen an der Unterelbe bei der Landarbeit helfen, als der Umsturzversuch begann. 600 Mann stiegen in Hausbruch aus dem Zug, den sie in Stade gekapert hatten, um das „rote Harburg“ einzunehmen. „Wer uns nicht liebt, soll sterbend unterliegen!“ Singend marschierten sie zur Mittelschule in Heimfeld und quartierten sich ein. Sofort wurden sie von der „Einwohnerwehr“ belagert – einer tausendköpfigen Menge, die vom örtlichen Bataillon der Reichswehr mit Waffen versorgt worden war. Erst fanden Verhandlungen statt, bei denen Honoratioren wie der Harburger Oberbürgermeister ebenso mitredeten wie ein vorbestrafter Bootsmann. Dann schoss man mit Maschinengewehren aufeinander. Nach 18 Stunden Belagerung gab Berthold endlich auf.

Den Putschisten wurde freier Abzug zugesichert. Aber als sie vor die Schule traten, fielen Schüsse. Der entfesselte Mob erstach, erhängte oder trat acht von Bertholds Männern zu Tode. Der Legende nach



Nach der Belagerung der Heimfelder Mittelschule wurde Rudolf Berthold in eine Gaststätte gebracht und anschließend in der Nähe erschossen.

Zeichnung: Uwe Ruprecht © stahlpress

starb Rudolf Berthold in diesem Tumult. Er „entriß einem Matrosen die Pistole, schoss ihn nieder, sie stürzten sich auf ihn, ein Messer gleißte, zerschnitt ihm die Kehle. Langsam verröchelte er, einsam, kämpfend, in den Kot getrampelt“. Oder er wurde, im Internet bevorzugt, „erwürgt mit seinem Blauen Max“, seinem Orden „pour le Mérite“. Das Sektionsprotokoll vermerkte weder einen ausgerissenen Arm noch eine durchschnitene Kehle, vielmehr Schüsse in Kopf, Brust und Bauch. Die passten zum Tatablauf, soweit ihn die Staatsanwaltschaft belegen konnte. Berthold kam nicht beim Massaker an der Mittelschule um, sondern mehr als drei Stunden später, ein paar Hundert Meter entfernt.

Er wurde in eine Gastwirtschaft geschleppt. Fünf bis sieben Mann stellten im Hinterzimmer ein Verhör mit ihm an. Die schriftliche Erklärung, die Berthold in seinen letzten Stunden abgepresst wurde, tauchte nie auf. Hatte man vor, ihn freizulassen, um sie politisch einzusetzen? Die etwa 50 Mann, die sich in der Gaststube drängten, kamen dem zuvor. Ungeduldig geworden, stürmten sie in das Hinterzimmer, um Berthold zu lynchen. „Kinder, macht mit mir, was ihr wollt“, soll der noch gesagt haben, als sie über ihn herfielen. Mit „Kinder“ sprach er auch seine eigenen Leute an. Er wurde auf die Straße getrieben und mit Gewehrkolben geschlagen. Jemand richtete seine eigene Pistole auf ihn. „Nicht schießen“, rief ein anderer – vom Pflaster könnten die Kugeln abprallen. Also zerrte man Berthold zu einem Sandplatz mit Wäscheleinen zwischen Wohnblocks. Es war nach 21 Uhr und stockdunkel. „Er wurde dann weiter in der rohesten Weise misshandelt“, schrieb der Staatsanwalt; „man trat mit Füßen auf ihm herum, schlug und stieß ihn; andere riefen, man solle ihn noch leben lassen, der müsse noch gepiesackt werden! Schließlich schoss man auf ihn.“

Die Leiche wurde zurück in die Gastwirtschaft gebracht und geplündert: „Seine Mörder teilten sein Geld.“ In dem Punkt stimmt die Legende beinahe. Ein Dieb wurde dingfest gemacht, aber er gehörte nicht zu den unerkannt gebliebenen Mördern. Volker Stahl © SeMa



In der Kaserne am Schwarzenberg (heute Technische Universität) wurde die Einwohnerwehr mit Waffen versorgt.

Foto: stahlpress

IMMOBILIENTAUSCH

ALT GEGEN NEU

Ihr Altbau gegen
einen Neubau + Geld

IHR ALLTAG

Haus, Garten, manchmal ist es zu viel. Träumen Sie dann von einer modernen, barrierefreien und energieeffizienten Eigentumswohnung? Doch Sie möchten in Ihrer vertrauten Umgebung bleiben?

EINE SORGENFREIE ZUKUNFT – ALLES INKLUSIVE

Sie können mitentscheiden, was und wie gebaut wird. Sie entscheiden auch, ob Sie Eigentümer oder Mieter werden möchten.

- › Ihre Neubauwohnung entspricht den neuesten Energieparklassen und aktuellen Standards in Bezug auf Heizung, Elektrik etc.
- › Sie können zukünftig in einer barrierefreien Wohnung leben.
- › Um die Gartenpflege, das Schneeräumen, die Treppenhäusereinigung etc. kümmern wir uns.
- › Während der Bauzeit wohnen Sie auf unsere Kosten in einer unserer Neubauwohnungen, speziell für diesen Zweck ausgestattet. Es entstehen für Sie keine Umzugskosten.
- › Alle administrativen Dinge werden von uns erledigt, wir kümmern uns wirklich um alles.
- › Vielleicht ist Ihnen auch das wichtig: Sie organisieren schon zu Lebzeiten Ihren Nachlass.

UNSER VORSCHLAG

Wir kaufen Ihr Grundstück und bebauen es neu mit mehreren Wohneinheiten. Sie suchen sich die für Sie passendste Wohnung aus und bekommen zusätzlich Geld. Plus: Sie wohnen weiter in Ihrem Umfeld.

DIE ACCENTIS BAU GRUPPE – IHR IMMOBILIENPARTNER

Wir sind ein erfahrener Hamburger Bauträger und haben in Hamburg bisher circa 80 Wohnungsbauprojekte erfolgreich realisiert. Auf www.accentis24.de bekommen Sie einen ersten Eindruck über unsere vielfältigen Bauprojekte.

Als einziger Hamburger Bauträger bauen wir standardmäßig hochenergieeffiziente Häuser in der sogenannten „KfW-40-Klasse“. Dabei unterwerfen wir uns freiwillig einem strengen TÜV-Baucontrolling.

Für Sie als Eigentümer oder Mieter bedeutet das eine hohe Zukunftssicherheit Ihrer Immobilie und eine sehr geringe Mängelquote. Sollte es doch einmal ein Problem geben, so sind wir im Rahmen unserer Gewährleistung umgehend vor Ort und beheben es.

Dieses Versprechen gilt selbstverständlich für unsere Eigentumsobjekte und für unsere Mietobjekte.

KFW-
EFFIZIENZHAUS
EXPERTEN



Details würde ich gern mit Ihnen persönlich und ganz unverbindlich besprechen. Rufen Sie mich einfach an.

Marc Christian Stein, Geschäftsführer

Telefon: 040 286681-20 | E-Mail: info@accentis24.de

 **ACCENTIS**



Ein Herz für Straßenbahnen

Der Infekt, der sich Straßenbahn nennt

Kümmern sich seit 2016 liebevoll um die Straßenbahn des Typs V7E 3363: Johanna und Ingo Naefcke.



Ausgestattet mit Galoppwechsler, Fahrschein drucker und der entsprechenden Mütze, tritt Ingo Naefcke fürs Foto noch mal als Schaffner an.



Die Kabine des Fahrers: Originalgetreu erhalten, sogar die „Klingel“ funktioniert noch einwandfrei.

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber als ich in die alte Straßenbahn des Typs V7E 3363 steige, fühle ich mich ungewohnt „angekommen“. „Es riecht wie früher“, meint eine Dame, die gerade auch die zwei Stufen zum holzgetäfelten Innenraum des stählernen Gefährtes hochgestiegen ist. „Bitte festhalten!“, steht auf einem Schild, das – wie dieser Straßenbahn-Oldtimer – aus dem Jahr 1957 stammt. Man spürt fast, wie sich der Wagen in Bewegung setzt, sanft durch die Kurve schlingert und mit einigem Geruckel an der nächsten Haltestelle zum Stehen kommt. Mit der Klingel in der Fahrerkabine („Bitte während der Fahrt nicht mit dem Fahrer sprechen!“) wurden Fußgänger*innen und andere Verkehrsteilnehmer*innen vor der Abfahrt der V7E gewarnt. „Fahrgäste ohne gültigen Fahrschein werden gebeten, beim Fahrer zu zahlen“ steht in roter Schrift auf einem weiteren Schild, das unübersehbar über dem Gang angebracht ist.

Auf der rechten Seite stehen vier, auf der linken Seite 14 Einzelsitze, insgesamt 31 Sitzplätze gibt es in der alten Straßenbahn. Das Gros der Leute – Platz gab es für 78 – stand demnach, wenn die Bahn voll war. Und eine Wehmut beschleicht mich, dass damals möglicherweise nicht so viele Menschen ständig unterwegs und die Busse und Bahnen nicht so oft überfüllt waren? Diese und andere Fragen kann Ingo Naefcke beantworten. Seit seiner frühen (!) Kindheit schlägt sein Herz für Stadtbahnen oder ursprünglich Straßen-Eisen-

bahnen. Wenn es um das Thema Straßenbahn geht, kriegt der 83-Jährige Puls.

Ein Freund spricht von „Infektion“, wenn er nach dem Verhältnis von Naefcke zur Straßenbahn gefragt wird. Und Ingo Naefcke schmunzelt: „Schon als kleiner Knirps war ich ganz vernarrt in Gleise“, erzählt er, „ich habe immer aus der Karre geschaut und meine Mutter musste möglichst dort langschieben, wo es Gleise gab. Sonst hat der Kleine Terror gemacht“, erinnert sich amüsiert der Straßenbahn-Fan.

Das Fieber hat ihn nie losgelassen. So heuerte Naefcke nach einem Abstecher ins Speditionsgeschäft als Schaffner bei der Hamburger Hochbahn an. Wenn er von „Galoppwechsler“ (die Geldwechsler für die Schaffner) oder „Fahrschein drucker“ spricht, merkt man ihm seine Leidenschaft an. Seine zahlreichen Detailkenntnisse hat Naefcke auch dazu verwendet, die alte Straßenbahn des Typs V7E 3363 aus dem Hannoverischen Straßenbahnmuseum vor dem Verschrotten zu retten, zu restaurieren und schließlich als begehrtes Museumsstück fest in Hamburg-Winterhude zu installieren. Mit der Unterstützung einiger Mitstreiter wurde die Bahn mit einem Tieflader aus Wehmingen hergeholt. „Die Geschäftsführer von Rewe hier in der Dorotheenstraße 116 sind wirklich großartig und unterstützen uns, wo sie können“, lobt Naefcke Holger Stanislawski und Alexander Laas. „Inzwischen haben sie ihren gesamten Supermarkt mit einem Touch der Straßenbahn versehen“, sagt er und deutet auf die alten Fotos, die kurz unter dem Dach des Supermarktes hängen und die Schilder, die anzeigen, wo es welche Waren zu kaufen gibt: Überall prangt das Logo der alten Straßenbahn.

Dass sich der Hamburger Senat von 1958 („auf Betreiben der Autowirtschaft“, so Naefcke) für eine schrittweise Stilllegung seines Schienennetzes entschied und seit 1978 in Hamburg nur noch Busse fahren, bedauert der 83-Jährige sehr. Wenn es nach ihm ginge, würden die an vielen Stellen noch vorhandenen Gleise wieder freigelegt und ergänzt, sodass die Straßenbahn in Hamburg wieder Teil des Stadtbildes würde.

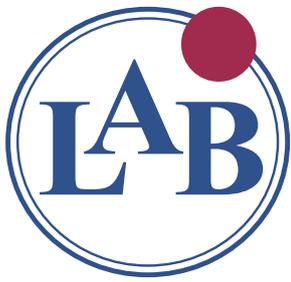
Ingo Naefcke und seine Frau Johanna sind jeden Mittwoch von 13.30 bis 16:30 Uhr und Samstag von neun bis 17 Uhr bei der Straßenbahn V7E im Rewe-Parkhaus (ehemaliger Straßenbahnbetriebshof von 1927) im Krohnskamp 31. Ein Besuch lohnt sich – sei es aus technischen, historischen oder einfach nostalgischen Gründen.

Text und Fotos:
Corinna
Chateaubourg ©
SeMa

So sah die alte Straßenbahn vor der aufwendigen Restauration aus. Ursprünglich sollte sie verschrottet werden.



Von hier aus in die Stadt: Der alte Straßenbahnbetriebshof in Winterhude.



Am LAB-Standort in Groß Borstel (Borsteler Chaussee 49) gibt es für Menschen 60+ eine Menge Aktivitäten und Kurse. Auch neue Kursleiter*innen sind willkommen.

Donnerstags treffen sich Interessierte zwischen 10.15 Uhr und 14.30 Uhr zum Bridge – in Eigenregie.

Französisch, Skat oder ein Ausflug nach Husum: mitmachen und Neues lernen beim LAB Hamburg

„Als ich vor sechs Jahren nach Groß Borstel gezogen bin, hatte ich ursprünglich vor, bei Lange Aktiv Bleiben (LAB) einen Englischkurs zu buchen. Ich ging hin, um mich persönlich in der Borsteler Chaussee 49 anzumelden. Dort wurde mir gesagt, dass gerade eine neue Leiterin gesucht wurde. Ja, und zack – bin ich es dann geworden“, erinnert sich Lenore Schneider, seit sechs Jahren Leiterin des LAB Groß Borstel. Die gelernte Altenpflegerin und Mutter von vier Kindern organisiere gern und mache eigentlich auch lieber selber etwas, als sich von anderen bespaßen zu lassen, sagt sie. Deshalb ist sie auch sehr motiviert für ihren Job. Acht Stunden in der Woche sind für die Leiterinnen und Leiter vom Verein vorgegeben, meist ist sie aber länger mit ihrem Job beschäftigt. „Ich mache das, weil ich das gern mache und einen guten Job machen will“, so die 75-Jährige, die für ihre Tätigkeit eine Aufwandsentschädigung erhält. Wie einen großen Haushalt beschreibt sie die Organisation des LAB Groß Borstel. Zu ihrem Job gehören unter anderem das Verschicken der Programmflyer, die Aufnahme neuer Interessent*innen und auch, Mitgliederbeiträge zu kontrollieren und abzurechnen. Neue Kurse oder auch Kursleiter*innen oder Kursteilnehmer*innen müssen akquiriert und neue Programme erstellt werden.



Seit sechs Jahren Treffpunktleitung beim LAB Groß Borstel: Lenore Schneider. Sie kümmert sich um zahlreiche organisatorische und administrative Dinge.



Am Sonntag, 23. Oktober, wird im LAB Groß Borstel unter Anleitung von Michela Kunz (li.) gemeinsam gekocht: Kürbissuppe, und Flammkuchen mit Kürbis stehen auf dem Programm. (Bitte anmelden!)

Am LAB-Standort in Groß Borstel (Borsteler Chaussee 49) gibt es für Menschen 60+ eine Menge Aktivitäten und Kurse. Auch neue Kursleiter*innen sind willkommen. Kontakt/Tel. 38 65 21 13 oder per Mail: grossborstel@labhamburg.de (Bürozeiten: montags bis freitags 9.30 bis 11.30 Uhr)

Manchmal tätigt sie zum Beispiel auch Einkäufe für Kaffeenachmittage oder andere Veranstaltungen.

Skatspieler*innen gesucht

Das aktuelle Programm des LAB Treffpunktes Groß Borstel reicht von verschiedenen Gymnastikkursen am Dienstag über Yoga am Mittwoch und Malen & Zeichnen sowie Bridge am Donnerstag bis zu einem Englisch-Konversationskurs am Freitag. „Für unseren Französisch-Kurs am Montag suchen wir dringend wieder einen Kursleiter und neue Teilnehmer*innen“, sagt Lenore Schneider. „Den Kurs gab es sehr lange, nur leider sind uns jetzt die Kursleiterin und ein paar Teilnehmer*innen abhandengekommen.“ Auch für die Skatrunde jeden dritten Sonntag im Monat ab elf Uhr werden noch Mitspieler*innen gesucht. Überhaupt ist es jederzeit möglich, weitere Kurse zu gründen und anzubieten. „Wer sich engagieren möchte, ist jederzeit willkommen“, meint Schneider.

Gut genutzt wird die Computer-Sprechstunde am Montagnachmittag (15 bis 18 Uhr). Gegen eine Kostenbeteiligung kann sich hier jedermann oder -frau Rat und Unterstützung in Sachen Tablet oder Smartphone holen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Für Mitglieder des Vereins gibt es auch noch weitere Angebote: In vielen Hamburger Stadtteilen gibt es seit Jahren LAB Treffpunkte. Mitglieder und Interessierte können auch dort an Aktivitäten teilnehmen. In Lokstedt zum Beispiel gibt es besonders viele Ausflugs- und Reiseangebote. „Die werden auch von Mitgliedern hier oder aus Eppendorf gern genutzt“, berichtet Schneider.

Kostenlos schnuppern ist jederzeit möglich

Alle Kurse können mindestens einmal kostenlos – zum Kennenlernen – besucht werden. Eine Jahresmitgliedschaft kostet 60 Euro. Die Kurse können gegen eine geringe Kursgebühr besucht werden. Die Kursleiter*innen arbeiten auf Honorarbasis. Unter Menschen kommen, etwas Neues kennenlernen, seine Kenntnisse weitergeben – bei den LAB Treffpunkten kann man sich auf vielerlei Art beteiligen und mitmachen. Und wer weiß? Vielleicht wollen auch Sie sich „nur“ zu einem Kurs anmelden und geben auf einmal selbst einen Kurs oder übernehmen gleich die Leitung? Neue Engagierte sind beim LAB an fast allen Standorten sehr gern gesehen, unter „Mitmachen & Helfen“ auf der LAB-Homepage finden Sie eine kleine Auswahl.

LAB Lange Aktiv Bleiben Landesverband Hamburg e. V., Kollastr. 6, 22529 Hamburg, Tel.: 040 55 77 93 -80, Fax: -74, www.labhamburg.de, info@labhamburg.de



Gefördert durch die Freie Hansestadt Hamburg



LAB 14 x in Hamburg! 10 Treffpunkte & 4 Freizeitgruppen:

- **LAB Treffpunkt Altona (in der MOTTE)**, Eulenstraße 43, 22765 Hamburg, Tel. 39 76 71, altona@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Eimsbüttel (im HH-Haus)**, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg, Tel. 28 78 43 17, eimsbuettel@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Eppendorf**, Eppendorfer Weg 232, 20251 Hamburg, Tel.: 50 09 85 90, eppendorf@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Fuhlsbüttel**, Fliederweg 7, 22335 Hamburg, Tel. 59 24 55, fuhsbuettel@labhamburg.de

- **LAB Treffpunkt Groß Borstel**, Borsteler Chaussee 49, 22453 Hamburg, Tel. 386 52 113, grossborstel@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Hamm**, Fahrenkamp 27, 20535 Hamburg, Tel. 21 59 08, hamm@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Lokstedt**, Vogt-Wells-Straße 22, 22529 Hamburg, Tel. 58 43 82, lokstedt@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt Mümmelmannsberg**, Oskar-Schlemmer-Str. 21, 22115 Hamburg, Tel. 715 34 18, muemmelmansberg@labhamburg.de
- **LAB Treffpunkt St. Georg**, Hansaplatz 10, 20099 Hamburg, Tel. 24 14 90, st.georg@labhamburg.de

- **LAB Treffpunkt St. Pauli**, Beim Grünen Jäger 10a, 20359 Hamburg, Tel. 43 55 45, st.pauli@labhamburg.de
- **LAB Freizeitgruppe Ohlsdorf**, Böckelweg 21, 22337 Hamburg, Tel.: 55 77 93 80, info@labhamburg.de
- **LAB Freizeitgruppe Stellingen**, Spannskamp 30c, 22527 Hamburg, Tel.: 55 77 93 80, info@labhamburg.de
- **LAB Freizeitgruppe Uhlenhorst**, Finkenau 11, 22081 Hamburg, Tel.: 55 77 93 80, info@labhamburg.de
- **LAB Freizeitgruppe Wilhelmsburg**, Jungnickelstraße 21a, 21109 Hamburg, Tel.: 55 77 93 80, info@labhamburg.de

BEKANNTSCHAFTEN

Hamburgerin, 80 Jahre, sucht nette Dame mit ähnlichen Interessen, wie Spaziergänge, Kurzreisen, Klönschnack usw., **Chiffre 17922**

Einsam bin ich, weiblich, nicht, aber oft alleine, spazieren gehen, bummeln, etwas Kunst und Kultur erleben, Feste besuchen, Klönen über dies und das, kurz Geselligkeit pflegen, das fehlt. Welcher Frau im Raum HH-West geht es auch so? **Tel./SMS/W'App: 0151/53 79 36 41**

Mut steht am Anfang des Handelns; Glück am Ende ... Würde gern seriösen, zuverlässigen Witwer mit Rückgrat und Tiefgang für ein vertrauensvolles Miteinander kennenlernen, mit Anspruch auf innere und äußere Werte, der auch noch an gelegentlichen kulturellen und kulinarischen Unternehmungen und einigem mehr interessiert ist. Witwe, Mitte 70, lebensbejahend, schlank, unabhängig, freut sich auf Ihre Zuschrift. **E-Mail: joha222@gmx.net oder Chiffre 18022**

Sie, 67, wünsche mir einen Freund. Spazieren, gute Gespräche. Wichtig: Grips, Freude am Leben + Humor. Der auch gut allein sein kann. Sinn für Natur. **zicke1000@web.de**
Neu-Witwer, junggeblieben, fit, Haus mit Garten im Hamburger Westen, wünscht sich mit natürlicher, fröhlicher und ehrlicher Frau eine Partnerschaft für immer. Nur Mut! **Chiffre 18122**

Er, 78 J./172/NR/NT, fit, sucht zuverlässige Partnerin mit Herz und Verstand, ab 70 J., für eine harmonische Zweisamkeit mit Interesse für die Natur, Radfahren, weite Reisen, **Tel.: 0175/206 22 60**

War es das oder geht noch was? Witwe, 65 J., wünscht sich ehrlichen, liebevollen, schlanken NR, bis 65 J., für eine gemeinsame Zeit. Kein Sex. **E-Mail: sellymaus@live.de**

Witwe, 73 J., sucht Nestwärme bei einem Partner bis max. 68–70 Jahre und ab 180 cm Größe, nicht streitbar, angenehm im Umgang und liebevoll, mit Foto u. Tel.-Nr., bitte an **Chiffre 18222**

Frau mit Hund su. Mann mit Herz. Die Chance, eine nette, humorv., schlk. Frau m. Hund (65/164) kennenzulernen. Ich su. einen zuverlässigen Mann mit Herz, Hirn u. Humor für Freundschaft u. vielleicht auch mehr. Ich mag Spaziergänge, gute Gespräche, Rad fahren, die Elbe u. Nordsee, ein gemütl. Zuhause, wohne in HH-West u. freue mich auf die Begegnung mit dir. Zuschriften unter **Chiffre 18322**

Ich, w., 60, liebe die Natur und suche Frau mit Lust auf Obst- und Gemüseanbau, gern auch als Mitbewohnerin für einfache DHH in Norderstedt. **leguanschneck@web.de**

Für die freie Zeit suche ich (w./68) einen netten Menschen. Ich mag Natur, Kultur, Ausflüge, Gespräche, Spiele etc. Ich freue mich auf Deinen Brief an **Chiffre 18422**

Sie, 73 J., sucht eine nette Sie für gemeinsame Unternehmungen wie Alster und Elbe, Kurzreisen und Theater. Wohne im Nordwesten von Hamburg. **Chiffre 18622**

Der Herbst ist da – Du leider noch nicht! Ich, w./170/NR, freue mich auf Dich! Älteres männliches Wesen. Melde Dich einfach, dann sehen wir weiter. **Chiffre 18822**

M, 74/184, schlank, mit vielen Interessen. Ich möchte mit einer Frau passenden Alters den goldenen Herbst zusammen erleben und genießen. Gerne auch getrennte Wohnungen. Bild später. **Chiffre 18922**

Symp., junggebl., schl. Er, 70+/182 cm/fit/NR, sucht natürliche, liebevolle Partnerin für eine gemeinsame, gute Zukunft. Mag Natur, Reisen u. Kultur. Freue mich auf Deine Zuschrift. **Chiffre 19022**

Ing., 70/177, schlank, su. SIE, NR, 58–67, SPORTL., naturverb., tiefgründig, gebildet, ehrl., 50:50, locker, politisch, solidar. ÖKO, meine volle schriftl. Bewerbung an Dich: **rojan45@gmx.de**

Ich, w./72/NR, suche gleichgesinnte, unabhängige, feminine Frau (Bi/L) für gemeinsame Aktivitäten in Freizeit/Kultur, Raum Nor./HH. Lust auf mehr, dann melde Dich! **Chiffre 19222**

Alleinsein ist doof. Ich, 74/162 cm/schlank, kein Omatyp, suche einen Partner auf Augenhöhe. Er sollte zw. 70 und 76 Jahre sein, naturverbunden, vielseitig interessiert, Spaß an Theater und essen gehen, gemeinsame Unternehmungen sowie Freude an einem gemütlichen Miteinander haben – für ein erstes Kennenlernen bietet sich das Handy an **Tel.: 01520/462 44 88**

Ich, wbl., verwitwet, 75+ Jahre alt, schlk., NR, wünsche mir einen gebildeten und seriösen, niveaувollen, lieben Freund für gemeinsame Unternehmungen wie Kultur und Natur usw. Habe ich Ihr Interesse geweckt? Dann freue ich mich über eine Antwort. **Chiffre 19522**

Aparte Frau, 57, studiert und kultiviert, sinnlich u. s. attr., ersehnt. charismat., stilv. M. m. Geist und Herz, der Weltgewandt u. attr. ist. Genuss, Kultur etc., **SMS: 0160/92 36 83 93**

FREIZEIT

Private englische Konversationsgruppe – ohne Lehrer – sucht noch 1–2 Personen zur Verstärkung. **Tel.: 040/41 91 01 38**

Englisch für Senioren. Ideale Gedächtnisschulung! Kleingruppen in Norderstedt und Eppendorf. Elke Frey berät Sie montags 18.30–20.00 Uhr: **Telefon: 040/22 14 75, E-Mail: ef@elkefrey.eu**

Sie sucht Frauen, ab 68 J., für kl. Tagesausflug, spazieren gehen, nette Gespräche oder auch fürs Kartenspielen, SMS/Handy, **Tel.: 0178/376 51 50**

Sie, 75 J., natur- und tierlieb, sucht eine nette Freundin für Spaziergänge, Kino, Stadtbummel, aus dem Raum Pinneberg/HH-West, **Chiffre 19122**

Der HH-Kultur- und Freizeitclub braucht Verstärkung, d. h. Damen ab 55+ aus HH/Umgeb. mit versch. Interessen. Unsere Treffen finden einmal im Mon. in ansprechenden HH-Rest. statt – plus Kulturabende, Theater/Museen, Tagesf., Kreuzfahrtschiff-/Hotel-Besichtig. Haben Sie Lust bekommen? **Tel.: 0175/144 87 80**

5 Stimmen für ein Halleluja! Engagierte, flexible und gesellige ChorsängerInnen (sw. Vocalcoach) zur Gründung eines Quintetts gesucht. **magmsth@gmail.com o. Tel.: 040/571 26 70 (AB 7x)**

Zauberkurs für Senioren in HH-Niendorf am Sa., 29.10.22, 10–16 Uhr, keine Vorkenntnisse erforderlich, individuelle Anleitung, kleine Gruppe, **Tel.: 0176/37 57 56 50**

Der Freizeitverein Interaktion e.V. bietet seit 45 Jahren attraktive Freizeitgestaltung für Menschen in Hamburg und Umgebung, bei € 8,-/Monat. **Tel: 040/24 82 25 62, www. freizeitverein-interaktion.de**

Urostoma, m., Ü70, suche Kontakt zu Betroffenen u. Ihren Angehörigen für gelegentliche oder auch regelmäßige Treffen. HH zentral. Es gibt leider keine Selbsthilfegruppe mehr. **Kontakt: urostoma@mail.de**

Immer sonntags, Kreis Pinneberg, Seniorin – vielseitig kreativ, wünscht sich etwa 2 x im Monat einen Tagesgast – zusammen frühstücken, kochen, Kaffee trinken, wer wünscht Ähnliches? Näheres unter **Chiffre 18522**

Sie, 67 J., sucht zuverlässige Freundin für div. Unternehmungen, Stadtteilrundgänge, Museum, Flohmärkte, Tagesausflüge, Mittagstisch, Raum HH-Nord, **Chiffre 18722**

Die Seniorentheatergruppe! Wir suchen noch zwei Spieler:innen. Nur Mut, denn Mut tut gut und Theaterspielen auch – und ein neues Stück gibt es auch! **Kontakt/ Tel.: 0177/465 59 28**

Musiker gesucht! Für eine Weihnachtsfeier am So., 4 Dez., HH-West, suche ich noch 2 Pers., die Lust haben, 3–5 Weihnachtslieder mit Gesang und Instrument vorzutragen. Leider keine Gage ... Bitte **Tel.: 0163/481 12 24**

Malen lernen/therapeutisches Malen, Farbe & Freude ins Leben zaubern ... indiv. Einzelunterricht bei Ihnen zu Hause, **Tel.: 040/68 78 04, www.schneegans-art-hamburg.de**

Welche-r Frau/Mann mit Interesse an Kultur, Natur, Weltgeschehen, ... möchte sich mit mir (w., NR) gelegentlich treffen? Essen gehen, Spaziergänge, ... gerne Alster, Elbe, Stadtpark. **Tel.: 040/81 99 42 91**

Portugal '23 – ein Jahr spannende, unterhaltsame Reisevorbereitungen in geselliger privater Runde (Muttersprachler willkommen!), Mitreise nicht obligatorisch. **Chiffre 19322**

Kleine Radtouren, größere Spaziergänge, Hamburg kennenlernen, Gespräche und anderes – wer hat Lust dazu (m.) Sie 81, schlank, fit, mobil, an vielem interessiert, ohne körperliche Einschränkungen. **Chiffre 19422**

STELLENANZEIGEN

Zuverlässiger, engagierter Marktmeister (m./w./d.) auf 520-€-Basis gesucht! Haben Sie Interesse, unser tolles Marktmeisterteam auf dem Bio-Wochenmarkt und Regionales zu ergänzen? Sie wohnen in HH-West, -Mitte oder -Eimsbüttel? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Anne Faika: **info@bio-wochenmarkt-regionales.de** oder **Tel. 040/67 38 41 81**

Hilfe gesucht für div. Post- und Schreibsachen von behinderter Seniorin, Adresse: Neumühlen, **Tel.: 0170/344 07 67**

Haushaltshilfe in Eppendorf für 2 bis 3 Std. pro Woche gesucht. **Tel.: 040/46 07 25 72**

FERIENWOHNUNG

Hahnenklee, Harz! FeWo – bis 4 Personen – komplett eingerichtet. € 15,- pro Tag für die Wohnung. **Tel.: 040/422 06 31**

IMMOBILIEN

Frau (42) mit Baby sucht ruhige 1 Zimmer, € 370,- warm (VB), ohne WLAN. Wichtig ist mir Nachtruhe wg. dzt. lauter Nachbarn. Wer weiß etwas? **Tel.: 0176/99 72 05 98** oder **E-Mail: hh126@web.de**

1 bis 2-Zi.-Whg. gesucht v. ehemals pflegender Tochter (siehe NDR-Doku „Kostenfalle Pflege“ > YouTube), bis ca. € 600,- warm, mit Gartennutzung oder Balkon. Bin 58, Heilpraktikerin, hilfsbereit. **Tel.: 0176/20 51 38 60**

Rentnerin sucht WG (m., w.), ruhige Lage, lebe umweltbewusst, bin kulturell vielseitig interessiert, ernähre mich mediterran – wenig Fleisch, liebe Musik, Radfahren und Lesen, **Tel.: 0176/25 24 65 24**

VERKAUF

Ein schönes, kleines Zweier-Sofa zu verkaufen, € 50,-, **Tel.: 0151/28 93 36 30**

Friesenübertöpfe/Vasen, versch. Gr., umst.halber zu verkaufen, VB, **Tel.: 04101/733 79**

Krimis von Sebastian Fitzek, Jo Wesbo, Stieg Larson, Rita Falk u.v.m., Bücher (neu) € 2,- pro Buch, **Tel.: 040/46 07 25 72**

Kämpfer ohne Waffen

Die Heilsarmee auf der Seite der Schwachen St. Paulis und der Stadt

„Küsse niemals St. Pauli“ – diesen Rat erhielt Mareike Walz von einem Obdachlosen, der immer wieder den Vorsatz fasste, sein Leben zu ändern und den Kiez zu verlassen. Doch er schaffte es nicht. Immer wenn er glaubte, dass es nun gelingen würde, fehlte ihm die Kraft. Der Stadtteil lässt ihn nicht los. Der Kuss ist sein Verhängnis.

Armee der Pazifisten

Bernard Shaw, der irische Dramatiker, Politiker, Satiriker, Musikkritiker und Pazifist, der 1925 den Nobelpreis für Literatur und 1939 einen Oscar erhielt, setzte im Jahr 1905 einer Organisation ein literarisches Denkmal, die 1865 – knapp zehn Jahre nach seiner Geburt – gegründet wurde. Sein Theaterstück „Major Barbara“ prägt seither bei Bildungsbürgern das Bild einer Armee, die trotz ihrer paramilitärischen Organisation bis auf den heutigen Tag völlig unmilitärisch ist. Dennoch kämpft sie: für Menschen am Rande der Gesellschaft – gegen Diskriminierung und wirtschaftliche sowie seelische Not. Auch wenn die Heilsarmee mit den früher obligatorischen grauen Uniformen heute nicht mehr so häufig auffällig in Erscheinung tritt, ist sie präsent. Weltweit gibt es mehr als 1,2 Millionen Heilssoldaten und rund 27.000 Offiziere und Offizierinnen. Eine von ihnen ist die 44-jährige Kapitänin Mareike Walz. Schon ihre Eltern dienten bei der Heilsarmee. In Hannover geboren, ist sie mit ihren Eltern viel herumgekommen. Als Offizierin muss auch sie jederzeit mit einem „Marschbefehl“ rechnen. Hamburg ist ihre fünfte Station.



Besonders stolz ist Kapitänin Mareike Walz auf die funktional gestaltete Kleiderkammer. „Chic, wie in einem Geschäft“ lobte eine der ersten weiblichen Gäste die optische Anmutung. Das rote T-Shirt ist heute ein gern getragenes Uniformstück. Foto: Krause



„Bei Altona auf der Chaussee ...“ das Denkmal der zwei Ameisen erinnert heute an geplatzte Träume und vergebliche Pläne. Foto: Wikipedia / Hinnerk11

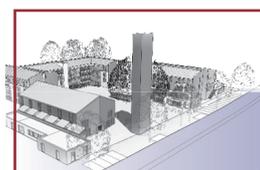


Talstraße 13. Ein geschütztes Baudenkmal das seit 100 Jahren Schutz bietet. Foto: Krause

Auf St. Pauli leitet sie gemeinsam mit Leutnantin Anne Beinker ein denkmalgeschütztes Haus, das nun genau seit 100 Jahren den pazifistischen „Gotteskrieger“ gehört.

Herberge zur Heimath

Gebaut wurde das Haus in der Talstraße 13 in den Jahren 1889–90. Bauherr war der „Verein der Herbergen zur Heimath“, dessen Vorsitzender Adolph Godeffroy, Mitbegründer der Reederei HAPAG, war. Der Entwurf stammte von den Architekten Gustav Zinnow und Hugo Stammann, die als Mitglieder des Rathaubaumeistervereins zu den renommiertesten Architekturbüros der Stadt zählten. Geistiger Vater der „Herbergen zur Heimath“ war Johann Hinrich Wichern, der Begründer des „Rauhen Hauses“. Unter



„Wohnen mit Service“

Seniorenwohnanlage Christuskirche
Norderstedt-Garstedt

Vermietung direkt durch den Eigentümer

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Ev.-Luth. Kirchenkreis
HH-West/Südholstein
Max-Zelck-Str. 1
22459 Hamburg

Telefon:
040/558 22 03 70
E-Mail: wohnen@kirchenkreis-hhsh.de

Unsere 2011 fertiggestellte Senioren-Wohnanlage in 22848 Norderstedt (Garstedt), Kirchenstraße 12b, bietet Ihnen unter dem Motto „Wohnen mit Service“ 68 Wohnungen auf drei Etagen und genau so viel Service, wie Sie gerade brauchen. Sie erreichen Ihre Wohnung komplett barrierefrei.

Die Anlage ist ruhig gelegen, 900 Meter vom Herold-Center und der U-Bahn Garstedt entfernt. Sie ist Teil eines Ensembles von Kirche, Gemeindehaus, Pastorat, Kindergarten, Frühförderung, Tagespflege, einer Dementen-WG und einiger Wohnungen für Familien.

Es gibt Gemeinschaftsräume, eine Dachterrasse und ein Café im Innenhof des Geländes – als Treffpunkt aller Generationen.

3 Zimmer
ca. 85,99 m²
Wohnfläche

Miete
netto kalt:
€ 1.031,88
zzgl. Nk. und
Serviceentgelt
Courtagefrei!

Bedarfsausw.: 38,8
kWh/(m²a) Holzpellets

Das SeMa
auch im Abo!

Direkt nach Hause geliefert



Informationen unter:
Tel.: 040/524 33 40

h.wiederhold@senioren-magazin-hamburg.de
www.senioren-magazin-hamburg.de

Die Ameisen

In Hamburg lebten zwei Ameisen,
Die wollten nach Australien reisen.
Bei Altona auf der Chaussee,
Da taten ihnen die Beine weh,
Und da verzichteten sie weise,
Dann auf den letzten Teil der Reise.
So will man oft und kann doch nicht
Und leistet dann recht gern Verzicht.

christlicher Hausordnung boten „Herbergen“ als einfache Hotels Obdach für Wandergesellen und Handwerker an. Sie schützten ihre Bewohner, so der Gedanke, vor den Gefahren des Alkoholkonsums und Glücksspiels. Auf Initiative Wicherns entstanden im Deutschen Reich etliche spendenfinanzierte „Herbergen“. Geschlafen wurde in der Talstraße im Saal des Erdgeschosses unter der Aufsicht eines Bruders des „Rauhen Hauses“, der als „Hausvater“ fungierte.

Der wohl bekannteste Gast in der Talstraße 13 war Hans Gustav Bötticher – besser bekannt als Joachim Ringelnatz (1883–1934).

Das Männerwohnheim „Jakob-Junker-Haus“ an der Borsteler Chaussee und das PARK-IN in Billstedt als niedrigschwellige Kontakt- und Beratungsstelle für sucht-mittelabhängige und -gefährdete Menschen sind weitere Angebote der Heilsarmee in Hamburg. Foto: Krause

In seinen Lebenserinnerungen schrieb Ringelnatz über seine Zeit als Schiffsjunge auf Stellungssuche 1901 in Hamburg: „Um Geld zu sparen, wohnte ich anfangs für 40 Pfennig pro Tag in der Herberge zur Heimat. Es ging dort recht unordentlich zu, sodass ich meine Briefe lieber postlagernd

bestellte.“ „So will man oft und kann doch nicht ...“ Wegwollen und doch nicht können – so beschrieb Ringelnatz vor 110 Jahren die Folgen des „Kusses“, vor dem der Obdachlose warnte. Ringelnatz' Ameisen an der Ecke Liebermannstraße/Elbchaussee sogar ein Denkmal erhalten.

Ein Haus für andere

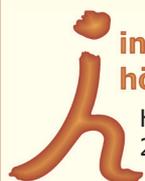
Bis zur Übernahme durch die Heilsarmee 1922 diente das Haus frommen und weniger frommen Zwecken. Die Heilsarmee brachte und bringt bis auf den heutigen Tag Verlässlichkeit und Ordnung in das Haus – heute können die Gäste der Talstraße sie bedenkenlos als Postadresse angeben und tun das auch. Ringelnatz wäre zufrieden. In den vergangenen Jahren wurde das alte Haus grundlegend saniert; die letzten Arbeiten dürften noch in 2022 abgeschlossen sein. In zumeist sozial geförderten Wohnungen finden dann ansonsten am Wohnungsmarkt chancenlose Menschen Unterkunft, Duschen und Sanitäranlagen stehen den Tagesgästen des Hauses zur Verfügung. Ebenso eine Kleiderkammer, eine Ausgabestelle der Hamburger Tafel und ein Frisiersalon. Kommunikationszentrum wird ein Stadtteil-Café sein. Selbst ein kleiner Garten – im eng bebauten St. Pauli eine Kostbarkeit – steht Gästen und Anwohnern offen. Gottesdienste und Bibelstunden finden auch statt; ebenso Sozialberatung und Frauenarbeit. Hamburgs Denkmalschutzamt schützt das historische Haus in der Talstraße – die Heilsarmee schützt und unterstützt die Gäste des Hauses. Und das, mit Unterbrechung in der NS-Zeit, seit 100 Jahren.

Glaube bewegt

Als weltweite christliche Bewegung ist die Heilsarmee eine evangelische Freikirche und Hilfsorganisation. Alles, was sie tut, wurzelt im Glauben ihrer Mitglieder. Das Vertrauen in einen liebenden und fürsorglichen Gott findet seinen Ausdruck im Dienst an den Menschen. Wer diesen Dienst ideell im Gebet oder materiell durch eine Spende unterstützen möchte, ist dazu herzlich eingeladen. Spendenkonto: IBAN: DE82 3702 0500 0004 0777 00, Verwendungszweck: HAHMBRG. F. J. Krause © SeMa

Für mehr Sicherheit im und am Haus: Individuelle Handläufe

- optimale Funktion und Optik an jeder Treppe
- Lösungen für den Innen- und Außenbereich
- auf Wunsch mit LED-Beleuchtung
- Montage-Komplett-Service



**innenelemente
hörnke**

Horster Landstr. 9,
25358 Horst (OT Hahnenkamp)



Tel.: 04121 / 26 24 785 • post@innenelemente-hoernke.de

Schöne Aussichten für Senioren

Service-Wohnen in der Seniorenresidenz Eichtalpark

- selbstständiges Wohnen im grünen Umfeld und in zentraler Lage
- barrierefreie 1 ½- bis 2-Zimmer-Wohnungen (43-58 m²), Bj. 1992
- 5-Tage-Betreuung und 24-Stunden-Notrufservice
- Hilfe bei der alltäglichen Lebensführung
- Gemeinschafts- und Fitnessraum im Haus
- organisierte Ausflüge und Veranstaltungen
- Bus zum Wandsbeker Markt direkt vor der Tür
- V.: 127 kWh(m²a), Gas-HzG. aus 2021, D

Vereinbaren Sie gerne einen Besichtigungstermin.

Nicole Schumacher freut sich auf Sie!

Tel. 040/560 51 90 • schumacher@eichtalpark-reda.de

Seniorenresidenz Eichtalpark, Ahrensburger Straße 4, 22041 Hamburg (Wandsbek)



Sparkasse
Holstein

Immobilienverkauf mit Rundum-Sorglos-Paket



Ihre Sparkassenmakler – fair, kompetent und nah am Kunden

Sie überlegen, Ihre Immobilie zu verkaufen?

Dann nutzen Sie die Erfahrung und Kompetenz eines der führenden Immobilienunternehmen im Norden Deutschlands und profitieren Sie gleichzeitig vom Netzwerk des größten deutschen Maklerverbundes. Wir liefern Ihnen alle wichtigen Informationen.

Vereinbaren Sie gleich einen Termin.

**Speziell für SeMa-Leser:
Kostenlose und professionelle
Werteinschätzung Ihrer Immobilie**

S-Immobilien-gesellschaft Holstein mbH & Co. KG,
Tochtergesellschaft der Sparkasse Holstein
www.sparkasse-holstein.de/makler
Tel. 04531 508-72714 • vertrieb@sig-holstein.de

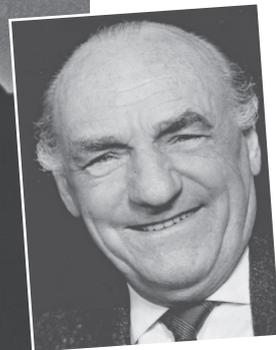
Der Star der frühen Fernsehzeit – vor 125 Jahren wurde Henry Vahl geboren

Es gab Zeiten, da flimmerten Bildschirme nur in wenigen Haushalten, und vor den Fenserscheiben entsprechender Geschäfte versammelten sich Schaulustige bei Fußballspielübertragungen und heiteren Angeboten. Das Wort „Einschaltquote“ war noch nicht erfunden, denn es gab nur einen Anbieter – die ARD mit dem „Deutschen Fernsehen“. Die Popularität des Fernsehens stieg mit Ereignissen wie der Krönung von Elisabeth II. am 2. Juni 1953 und der Fußball-Weltmeisterschaft 1954 in der Schweiz stark an. Erst 1963 kam das ZDF als Wettbewerber hinzu. Auch



Das Traumpaar des frühen Fernsehens: Heidi Kabel und Henry Vahl 1971 in „Mien Mann, de föhrt to See“.

Foto: R. Ohnesorge / Ohnsorg-Archiv



Ein Gesicht, das jeder kannte – Henry Vahl war in ganz Deutschland populär.

Foto: Gesa Carstensen

dieses scherzhaft „Adenauer-Fernsehen“ genannte neue Angebot flimmerte schwarz-weiß, bis 1967 die ersten Farbfernseher das Wirtschaftswunder krönten. Ein Ass im Ärmel der ARD kam aus Hamburg und ist untrennbar mit drei Namen verbunden:

BESTATTUNGSVORSORGE GIBT SICHERHEIT

Spätestens, wenn man zum ersten Mal mit der Organisation der Bestattung eines Familienmitgliedes oder einer sehr nahestehenden Person konfrontiert wird, weiß man, wie wichtig es ist, im Vorfeld miteinander gesprochen zu haben. Nicht nur der bürokratische Ablauf und die Kosten, sondern auch die Frage nach der „richtigen“ Bestattungsart sind Belastungen, die den Hinterbliebenen im Trauerfall schwer zusetzen können.

Es gibt vieles zu bedenken, und oft fehlt durch die Trauer die Kraft, sich detailliert mit Notwendigkeiten auseinanderzusetzen. Einen GBI-Bestattungsvorsorge-Vertrag kann man nicht nur für sich selbst abschließen, sondern auch für Menschen, die einem nahestehen, wie die eigenen Eltern, Großeltern oder enge Freunde. Wereinigen GBI-Bestattungsvorsorge-Vertrag abgeschlossen hat, kann beruhigt sein. Wir sind für Sie da, wenn die Welt stillsteht.

Für einen Abschied, den Sie selbst detailliert und persönlich gestalten können, erhalten Sie eine Preisgarantie auf die Leistungen des GBI. Wer vorsorgt, entlastet seine Angehörigen nicht nur emotional, sondern auch finanziell.

Das GBI finden Sie an 15 Standorten – auch in Ihrer Nähe. Vereinbaren Sie noch heute einen Termin für Ihre individuelle und umfassende Beratung.



Fordern Sie kostenlos den GBI-Bestattungsvorsorge-Ordner an.

040 - 24 84 00
www.gbi-hamburg.de



Immer gepflegt – das Grab der Brüder Vahl mit ihren Frauen auf Ohlsdorf. Foto: Krause

Ohnsorg-Theater, Heidi Kabel und dem am 26. Oktober 1897 in Stralsund geborenen Henry Vahl, der Wert darauflegte, dass sein Name nicht „Vahl“, sondern „Fahl“ ausgesprochen wurde. Als es das Ohnsorg-Theater erstmalig am 13.03.1954 mit „Seine Majestät Gustav Krause“ ins Fernsehen schaffte, spielte Vahl noch „Hochdeutsch“ im Theater im Zimmer von Helmuth Gmelin und außerdem in Friedrich Schütters Jungem Theater. Auf die Bühne des Ohnsorg-Theaters brachte ihn ein Zufall. Im März 1958 sollte dort das Stück „Meister Anecker“ unter der Regie von Walter Scherau mit Karl-Heinz Kreienbaum in der Titelrolle und Otto Lüthje in der Rolle des Schustergesellen Matten aufgeführt werden, als Lüthje kurz vor der Premiere erkrankte. Das Ohnsorg engagierte Vahl als Ersatz. Er kam, spielte und siegte. Nachdem das Stück am 20.09.1958 im Fernsehen ausgestrahlt wurde, war er nicht nur in Hamburg, sondern auch in ganz Deutschland ein Star. In den folgenden Jahren trat er in mehr als 100 Rollen am Ohnsorg-Theater auf, oftmals zusammen mit Heidi Kabel. Er war bald „der“ schrullige Alte des Deutschen Fernsehens. Gastspiele in der ganzen Bundesrepublik, häufige Auftritte in der „Haifischbar“, ja selbst im Krimi steigerten seine Popularität. 1972 kam es zu einem Zerwürfnis mit dem neuen Intendanten des Ohnsorg-Theaters. Was sich kaum einer vorstellen konnte – Vahl verließ die Stätte seiner größten Erfolge. Das St. Pauli Theater wurde bis zu seinem Tod am 21. Juli 1977 seine künstlerische Heimat. Hier versuchte er an seine besten Zeiten anzuknüpfen. 43-mal stand er an der Reeperbahn mit „Meister Anecker“ und ab 1974 sogar 168-mal als „Zitronenjette“ auf der Bühne. Sein Markenzeichen, das meckernde Lachen, kam immer häufiger zum Einsatz und sollte, sehr zum Leidwesen anderer Schauspielerinnen und Schauspieler die auf ein Stichwort warteten, Vahls Texthänger kaschieren. Im Jahr 1975 starb seine Frau, im Februar 1977 erlitt er einen Schlaganfall, von dem er sich nicht mehr erholte und am 21. Juli 1977 starb. Sein Grab (Nr. AD5/158–159) befindet sich neben dem seines Bruders Bruno Vahl-Berg auf dem Friedhof Ohlsdorf.

F. J. Krause © SeMa

ABSCHIED IN WÜRDE

„Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt“ ...

... erklärt Sven Havemeister vom Hamburger Bestattungsinstitut. „Wir sind der Meinung, dass jeder sich in Ruhe und Würde verabschieden können sollte, und genau darum unterstützen wir die Hinterbliebenen in ihrer Trauer, wo wir können.“ Der Geschäftsführer und sein erfahrenes Team kümmern sich um alle Notwendigkeiten, an die im Trauerfall gedacht werden muss – persönlich, preisgünstig und zuverlässig. Ob See-, Erd- oder Feuerbestattung, auch individuelle Wünsche werden gerne nach fachkundiger Beratung berücksichtigt.



**HAMBURGER
BESTATTUNGSIONSTITUT**

**Fuhlsbüttler Straße 775
22337 Hamburg**

**Espenreihe 15
22589 Hamburg**

**Für eine unverbindliche
Beratung sind wir unter
Tel.: 040/44 44 77
für Sie da.**

www.hamburger-bestattungsinstitut.de

AUSBILDUNGSKURS

ehrenamtlich „TRAUERENDE BEGLEITEN“

Trauernde trösten – ein Werk der Barmherzigkeit. Wie geht das? Was hilft mir, andere in deren Trauerprozess zu begleiten? Wie werde ich befähigt, »die Lügen der Tröster« (H. Luther) zu vermeiden, kompetenter mit Trauer und Leid umzugehen?

Das sind Themen des Kurses, der im Januar 2023 beginnt und an 7 bzw. 8 Wochenenden stattfindet. Dabei ist an folgende Seminarzeiten gedacht, die bei Bedarf nachjustiert werden können: jeweils freitags von 17 bis 20 Uhr sowie samstags von 9.30 bis 16.30 Uhr.

Die Termine stehen weitgehend fest:

- 20. und 21. Januar 2023 (Seminarbeginn) • 10. und 11. Februar 2023 • 3. und 4. März 2023 • 31. März und 1. April 2023 • 28. und 29. April 2023 – oder 5. und 6. Mai 2023 • 2. und 3. Juni 2023 • 23. und 24. Juni 2023 • 7. und 8. Juli 2023 – oder 28. und 29. Juli 2023 (Seminarabschluss)

Fragen und Anmeldung bitte an: Diakon Stephan Klinkhamels, Tel. (040) 54 00 14 35, stephan.klinkhamels@erzbistum-hamburg.de oder Institut für Trauerarbeit (ITA) e.V. mit den Referentinnen, Frau Heike Scheite oder Frau Ulla Engelhart, info@ita-ev.de

**Informationen zum katholischen
Trauerzentrum und Kolumbarium
St. Thomas Morus unter
www.trauerzentrum-hamburg.de**



TRAUERZENTRUM
UND KOLUMBARIUM
ST. THOMAS MORUS



WULFF & SOHN
BESTATTUNGSIONSTITUT

*Wie? Noch nicht gesehen?
Dann kommen Sie uns
gerne besuchen...*



Besichtigung
möglich!

~ Wulff & Sohn Kolumbarium ~

040 - 529 61 73

Segeberger Chaussee 50 • 22850 Norderstedt



Hat das Ruder in der Hand: Sasha als Kapitän an Bord der Barkasse „Hamburger Deern“.

Foto: cc

Sasha

This Is My Time – Die Show!

„Ich hoffe, dass man mit einem Lächeln nach Hause geht“

„Ich hatte schon immer den Traum einmal singend und tanzend eine Showtreppe herunterzukommen – das wird es in ‚This Is My Time – Die Show!‘ geben“, sagt der Sänger, Tänzer und Entertainer Sasha schmunzelnd. Im Januar dieses Jahres hat er seinen 50. Geburtstag gefeiert und es war für ihn Zeit, etwas Neues zu machen. Und er war fleißig: Ein Buch und ein neues Album schenkt er sich und seinen Fans. Und die Show: Gemeinsam mit seinem langjährigen Freund Thomas Hermanns hat er die etwa zweistündige One-Man-Show entwickelt, in der er alle seine Talente zusammen auf die Bühne bringen kann. „Ich fand diese Mischung aus Gesang, Tanz und Unterhaltung schon immer spannend, schon als Kind, und jetzt kann ich auch mal in einer Show zeigen und unter Beweis stellen, dass ich es kann“, erklärt der Musiker, warum er sich für dieses Format entschieden hat.

„Eine live gespielte Biografie“ (Sasha)

Inhaltlich geht es – ganz klar – um Musik, um Titel oder Ereignisse, die Sashas Musikerleben geprägt haben. „Die erste Platte, die ich auf den Plattenspieler gelegt habe, oder den ersten Song, den ich mir als Single gekauft habe (das wird eine Riesenüberraschung), oder auch den ersten Song, den ich auf MTV gehört habe. Ich werde Imitationen machen, es wird Medleys, aber auch noch weitere Überraschungen, geben“, so Sasha. Einige neue

Songs, wie zum Beispiel „Lighthouse“, den er für seinen jetzt vierjährigen Sohn geschrieben hat, und den er als seinen „bisher persönlichsten Song“ beschreibt, gibt es aber auch.

Persönlich war auch sein 50. Geburtstag im Januar. Er feierte in kleinem Rahmen mit Freunden und Familie. Mit der Zahl 50 habe er aber kein Problem gehabt. Er habe sich vielmehr auf dieses runde Ereignis, auf dieses Jubiläum, gefreut, weil er so viel vorhatte. „Im Grunde genommen feiere ich ja jetzt das ganze Jahr“, sagt der Wahlhamburger schmunzelnd, der neben Frank Sinatra, Dean Martin und Elvis auch Tom Jones zu seinen Vorbildern zählt. Eine Anekdote zu seinem Idol hat Sasha, der Entertainer, dann auch gleich auf Lager: Bei einem Konzert von Tom Jones in Las Vegas habe er vor der Bühne gestanden und seinen „Fan-Moment“ gehabt. „Ein halbes Jahr zuvor war ich mit ihm zusammen beim Papst aufgetreten und durfte ihn kennenlernen. Wir haben auch ein Foto zusammen gemacht. Beim Konzert in L.A. habe ich ihm dann die ganze Zeit Zeichen gegeben und gehofft, dass er mich wiedererkennt ... hat er aber nicht. Das war ganz schade“, meint der Musiker zwinkernd.

Mit seiner Show „This Is My Time“ ist Sasha vom 8. Oktober bis 26. November in Deutschland und Wien unterwegs. Am 8. und 9. November kommt er in die Laeiszhalle in Hamburg.

Corinna Chateaubourg © SeMa



Ende 2021 erschien Sashas Biografie „If you believe“ bei Knauer. Foto: Knauer



Auf zu neuen Ufern: Im Oktober startet Sasha mit „This Is My Time – Die Show!“ ein neues Projekt: eine Art Revue mit Musik, die Sasha auf die eine oder andere Art geprägt hat. Foto: cc



Seine ersten großen Erfolge feierte Sasha in den 90er-Jahren.

Foto: cc



Seinen bisher persönlichsten Song, „Lighthouse“, hat Sasha für seinen jetzt vierjährigen Sohn geschrieben. Foto: cc



Ein Zwischenruf von Inge-Maria Weldemann, stellvertretende LSB-Vorsitzende



Landes-Seniorenbeirat
Hamburg



Die Hoffnung bewahren – das hilft

Foto: Hans Arnold Eberlein/Adobe Stock

Der Landes-Seniorenbeirat möchte den Mut und die Zuversicht der Älteren in unserer Stadt im Herbst und Winter stärken. Trotz vieler Herausforderungen sehen Sie nach der Lektüre dieser Zeilen hoffentlich entspannter der kommenden Zeit entgegen.

Zu Beginn haben wir in die Botanik geblickt und sind auf die Herbstzeitlose gestoßen. Sie ist die letzte Blühpflanze des Jahres und sieht dem Frühlingsboten Krokus ähnlich. Sie ist eigentlich hochgiftig, wird aber seit dem Mittelalter als Heilmittel gegen Rheuma und Gicht verwendet. Merke: Das Gefährliche kann von künftigen Menschen umgebaut werden – mit positiver Wirkung. **Die Herbstzeitlose ist ein Sinnbild für diese von Risiken belastete Zeit.**

Die Pandemie ist zurückgegangen, aber das Virus bleibt präsent, und es können neue Mutationen entstehen. Weltweit hat Inflation die Volkswirtschaften ergriffen: Lebensmittel und Energien haben sich dramatisch verteuert. Denn der Krieg in der Ukraine grassiert ohne absehbares Ende. Russland hat als Reaktion auf die verhängten Sanktionen die Lieferungen von Gas

und Öl blockiert. Unsere Vorräte könnten nicht reichen für Haushalte und Wirtschaft.

Es braut sich eine Gewitterfront von Problemen zusammen. Wir blicken auf unsere Regierungen im Bund und in den Ländern. Sie arbeiten an Hilfsprogrammen, sind um gerechte Unterstützung bemüht, aber viele sind mit den Maßnahmen nicht zufrieden.

Wir erinnern uns: Vor 77 Jahren stand einer ausgebombten, teils heimatvertriebenen Bevölkerung ein harter Winter bevor. Ehrbare Leute haben damals Kohle geklaut, und niemand hat sie gehindert. Alle haben Trümmer beseitigt und nur mit Lebensmittelkarten einkaufen können. Allerdings haben sie an eine bessere Zukunft geglaubt und dann ein „Wirtschaftswunder“ auf die Beine gestellt.

Lassen Sie uns einander ermutigen. Werfen wir einen realistischen Blick auf den Istzustand. Wir sollten uns fragen, was brauche ich wirklich und was kann ich einsparen? Werden wir kreativ beim Entdecken von Alternativen und neuen Quellen. Sich einschränken trägt dazu bei, dass Bedürftigere unterstützt werden können.

Der Motivationsmotor ist die Hoffnung! Sie stärkt unseren Widerstand und hält uns in Bewegung. Zwar haben sich Hoffnungen auch als trügerisch erwiesen und mussten aufgegeben werden, doch nur, um an anderer Stelle wieder neu aufzuleben und Erfolge zu ermöglichen.

Hoffnung bedeutet jeden Tag eine Portion Freiheit. Denken wir an das Miteinander in schwieriger Situation: Wir brauchen ja Gemeinschaft – in der Familie, am Arbeitsplatz, in der Nachbarschaft, im Freundeskreis. Hoffnung ist ein wirksames Medikament für unser psychologisches Wohlbefinden und unsere physische Gesundheit.

Der Winter 2022 wird herausfordernd. Wenn wir die Zeit mit den Tugenden des Alters – Hoffnung und Geduld – aushalten, werden wir sie bestehen. Glück auf!

Landes-Seniorenbeirat Hamburg

Brandstwierte 1, 20457 Hamburg,
E-Mail: lsb@lsb-hamburg.de,
Tel. 040/42837-1934,
Karin Rogalski-Beeck (LSB-Vorsitzende)

Rätselspaß

Ein-zeller	Bild-hauer-werk-zeug	eingeschränkt, limitiert	schweiz.: eingezäuntes Land	Halbton unter c	rechter Nebenfluss der Rhône	kanad. Regisseur (Robin)	Tennis-Turnier (Grand ...)	Stadt in Minas Gerais (Bras.)	englischer Dichter † 1631	Ton-erde	Ratio, Verstand	Nasen-juck-reiz			
				Beifall klat-schen			2					3			
Apfel-wein (franz.)		eurasi-scher Staaten-bund			kleiner, starker Kaffee	Film mit Sylvester Stallone			bayrisch: Stoff-ränder nähen		japani-sche Meile				
				Ferment			Busch-wind-röschen		5						
Gummi-harzart, Arznei		bibli-scher Patriarch	7			<div style="text-align: center;"> <h2>HoWe-Umzüge</h2> <p>Entrümpelung & Transporte in Hamburg und Umgebung</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block;">Umzüge ab € 150,-</div> <ul style="list-style-type: none"> • Elektroarbeiten • Büroräumezüge • Möbeleinlagerungen • Geschultes Fachpersonal • Möbelmontage durch Tischler • Möbeltransportversicherung </div> <p>Kostenvoranschlag, Umzugskartons sowie Anfahrt kostenlos!</p> <div style="background-color: blue; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> Barmstedt 04123-922 65 70 Ellerhoop 04120-70 79 40 Wedel 04103-803 39 03 Mobil 0172-402 55 72 </div> </div>			Abk.: Neutron		Braten-brühe				
				Plus-pole					Männer-kurz-name		Weinort in Baden				
Teil des Comput-ers		an Jahren zu-nehmen	8	Flächen-maß					Buch-staben-art (ä, ö, ü)	Ort in Zentral-Mallorca	US-Militär-sender (Abk.)				ohne Namens-angabe
europ. Freihand-elszone (Abk.)	Frei-denker			Kykla-den-in-sel					franzö-sisch: eins		ganz allein	11	eiszeit-licher Höhen-zug		
				flache Kerze für Wärme-platten					ohnehin	Männer-name					
Skat-aus-druck		Männer-kurz-name		9								10			
				US-Sängerin (Britney)	persön-liches Fürwort (4. Fall)				Leitungs-systeme	belg. Erfinder des Saxo-phones	int. Kiz-K. Rumä-nien	engl. Frauen-kurz-name		Teil der Kamera	
etwas wahr-nehmen		Etage		Straßen-sperre							1	Lenden-tuch der Inder	int. Kfz-K. Sey-chellen		
produ-zieren	knapp-Unter-hose			römische Göttin der Nacht					Stadt in Aserbaid-schan		aus diesem Grund				
				12	alt-chinesi-sches Volk				Schlepp-kahn				Kfz-Abgas-entgifter (Kw.)	Rufname von Onassis	
	4			Faultier	anhei-meind		Schieds-richter-uten-silien	Berg-völker in Laos							
Berg-stock in der Schweiz		Rufname Chaplins				Erd-zeitalter				6					
planvoll						Haupt-stadt von Vietnam				Fremd-wortteil: drei					

Die Gewinner vom September 2022:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

1. – 3. Preis: jeweils 2 Karten für das Varieté im Hansa-Theater am 25.10.22 um 19.30 Uhr

- U. Bitzer, 22549 Hamburg, 2. C. Speck, 22419 Hamburg,
- R. Völckers, 22926 Ahrensburg

4. – 6. Preis: jeweils 2 Karten für die Erfolgsshow „Mandana“ vom Circus Krone am 14.10.22 um 19.30 Uhr

- J. Peyn, 22880 Wedel, 5. M. Heinsohn, 25421 Pinneberg,
- K. Frohnert, 22559 Hamburg

7. – 11. Preis: jeweils ein Buch „Für Yoga ist es nie zu spät“ von der Yoga-Lehrerin Bente Helene Schei

- U. Kock, 25488 Holm, 8. S. Schielke, 22399 Hamburg,
- M. Franke, 22457 Hamburg, 10. M. Rauter, 22089 Hamburg,
- M. Ebert, 22529 Hamburg

Auflösung: Sudoku und Kreuzworträtsel vom SeMa, Ausgabe September 2022

■	■	K	A	■	■	E	O	■	■	K	A	■						
O	K	L	A	R	■	H	I	M	B	E	E	R	S	I	R	U	P	
R	A	B	S	■	U	■	M	A	L	V	E	■	T	S	A	■		
S	I	G	M	A	■	D	I	W	A	N	■	A	N	S	T	A	L	T
E	■	O	R	K	A	■	■	Z	U	■	A	E	H	■	■	■	■	
I	G	I	T	T	R	■	■	I	H	N	■	G	O	■	■	■	■	
E	■	T	T	R	U	■	■	L	■	G	E	S	■	■	■	■	■	
E	R	G	E	B	E	N	■	A	D	E	B	A	R	■	■	■	■	
R	■	R	V	A	T	■	■	I	N	■	R	S	■	■	■	■	■	
S	E	A	N	■	G	E	■	A	■	M	A	J	A	■	■	■	■	
L	P	■	H	A	R	■	■	I	L	L	E	G	A	L	■	■	■	
Z	A	P	F	E	N	■	T	E	■	E	■	D	I	E	■	■	Z	
S	A	R	■	T	R	A	I	N	I	N	G	■	N	■	M	E	■	
T	■	S	U	M	O	■	B	R	D	■	E	■	J	E	M	E	N	
E	I	G	E	N	A	R	T	■	B	■	J	U	X	E	N	■	N	
A	S	A	N	■	G	■	E	I	G	E	R	■	R	■	G	O	A	
C	■	G	E	M	A	E	S	■	S	A	L	Z	B	U	R	G	■	
H	O	E	R	F	U	N	K	■	B	U	L	L	Y	■	R	A	B	

SUPPENGRUEN

8	9	2	3	5	6	7	4	1
5	1	6	7	4	8	2	9	3
4	7	3	1	2	9	8	6	5
1	5	8	4	6	7	3	2	9
9	6	7	2	8	3	5	1	4
2	3	4	9	1	5	6	7	8
6	2	5	8	9	1	4	3	7
3	8	9	6	7	4	1	5	2
7	4	1	5	3	2	9	8	6

6	8	1	2	3	4	5	9	7
3	5	2	6	9	7	4	8	1
4	9	7	5	1	8	3	2	6
9	7	4	1	6	5	2	3	8
8	3	6	9	4	2	7	1	5
2	1	5	7	8	3	9	6	4
7	2	9	8	5	6	1	4	3
1	6	3	4	7	9	8	5	2
5	4	8	3	2	1	6	7	9

Verlosung im Oktober

1.–2. Preis

Je 2 Tickets für Roland Kaisers Geburtstagstournee am 03.11.22 um 20 Uhr in Hamburg



Roland Kaiser ist Kult. Anlässlich seines 70. Geburtstages in diesem Jahr geht der Ausnahmekünstler auf große Geburtstagstournee. Von seiner fantastischen Live-Band begleitet, wird er im Rahmen der Tour auch in Hamburg haltmachen, um auch hier mit seinen Fans seinen runden Geburtstag zu feiern. Eintrittskarten sind erhältlich bei allen bekannten Vorverkaufsstellen oder telefonisch unter der Semmel-Concerts-Ticket-Hotline 01806/57 00 99.

3.–4. Preis

Je 2 Tickets für Die Weihnachts-party des Jahres! von und mit THE KELLY FAMILY am 04.12.22 um 18 Uhr In Hamburg



Die Mega Christmas-Show wird die Weihnachtsparty des Jahres 2022 und ein weiterer Höhepunkt in der Live-Historie der Band, die seit Jahrzehnten immer wieder in unterschiedlichen Besetzungen zusammenkommt. Kathy, Patricia, Jimmy, John, Joey und Paul werden neben weltbekannten Weihnachtsongs natürlich auch viele der größten Hits der Band spielen. Eintrittskarten sind erhältlich bei allen bekannten Vorverkaufsstellen und online bei eventim.de.

5.–7. Preis

Je eine CD „Im Einklang der Pferde“ von Alexandra Andrews

Alexandra Andrews, der Frau von Sänger Chris Andrews, arbeitet in Olfen als Reittherapeutin. Dort entstand auch ihre erste CD. Inhaltlich erzählt Alexandra von der Arbeit mit ihren Pferden und liest kleine Geschichten, die mit wohlthuender Musik untermalt sind. Aber auch Pferdegeräusche und Naturklänge laden zu einer Fantasiereise und zur Entspannung ein. Zu bestellen für 9,50 Euro + Porto. Per Mail: Alexandra.Andrews@gmx.net. Auch als Download erhältlich.



8		6		5	4			
						5		7
	7	9	3	8	2			
		1		2		3	7	
3	4						1	2
	6	7		1		4		
			8	3	9	7	4	
7		4						
			2	4		9		1

6		1	9					4
			6			5		2
7							9	6
	4		8			3	5	7
		5		7		1		
3	7	9			1		6	
5	8							3
2		6			3			
4					5	2		1

Sudoku-Regeln Ein Sudoku-Rätsel besteht aus 9 Spalten und 9 Zeilen, aufgeteilt in 9 Blöcke. Die Zahlen 1 bis 9 sollen so in diese Blöcke eingetragen werden, dass jede Zahl in jeder Spalte, Zeile und jedem Block nur einmal vorkommt. Viel Spaß beim Lösen! Die Aufösungen finden Sie in der nächsten Ausgabe des SeMa – viel Spaß beim Knobeln.

... und so können Sie gewinnen:

Lösungswort eintragen, Coupon ausfüllen und ausschneiden, ausreichend frankiert bis zum 18.10.22 senden an:

Senioren Magazin Hamburg GmbH, Fabersweg 3, 22848 Norderstedt, oder per E-Mail an: raetsel@senioren-magazin-hamburg.de

Persönliche Angaben:

Ihre persönlichen Daten werden nicht für Werbezwecke verwendet oder gespeichert.

Vorname

Nachname

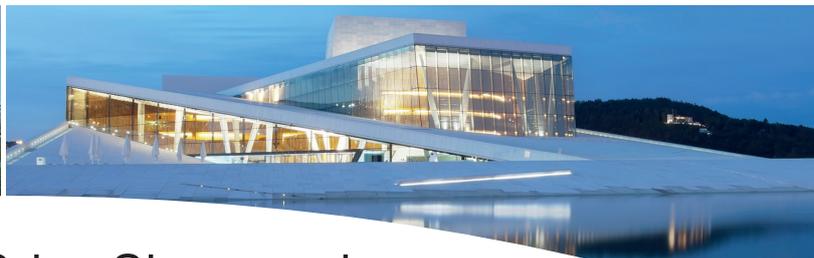
Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----



Seniorenspaß im Skagerrak

Mini-Kreuzfahrt von Kiel nach Oslo ist auf die ältere Generation zugeschnitten

Es muss nicht gleich das „Traumschiff“ sein. Seit Jahren kreuzen die Schiffsgiganten „Color Magic“ und „Color Fantasy“ aus dem Norden Deutschlands über den Skagerrak in die norwegische Hauptstadt und zurück. Dieser Mini-Trip soll Seniorenträume genauso erfüllen wie er Kegelclub-Touren, Familienausflüge oder einfach den Autotransport über das Meer ermöglichen soll.. Das Senioren-Magazin (SeMa) hat getestet, ob in Zeiten von Krisen und knappen Kassen diese Kreuzfahrt light auch das Seemanns Herz der Generation 65plus höher schlagen lässt – und dabei noch sehr amüsant ist. Gibt es wirklich den Seniorenspaß im Skagerrak?

Was heißt hier Spaß? So manchem Mitglied aus einer Hamburger Seniorengruppe, die an diesem Montagmorgen auf der Seebrücke vor Kiels Hauptbahnhof fast ehrfurchtsvoll auf die „Color Fantasy“ starrt, fällt die Kinnlade genauso runter wie das hanseatische Seemanns Herz in die Hose rutscht. Mit diesem Giganten (bis zu 730 Pkws und bis zu 2650 Personen sind an Bord möglich) soll es also nach Oslo und zurück gehen. Die Vorfreude holt das Herz wieder aus der Hose, auch das Thema Seekrankheit wird verdrängt. Nichts mehr Traumschiff auf dem TV-Bildschirm, selbst ist der Senior, jetzt wird noch einmal richtig gelebt. Die „Color Fantasy“ läuft mit der munteren Gruppe an Bord aus dem Kieler Hafen aus, Träume dürfen wahr werden.

Besser, das sind sie jetzt schon. Es ist schon ein buntes Volk an Bord, das beim Auslaufen vom Sonnendeck elf wie gewohnt die Menschen da unten grüßt. Norweger, Deutsche, Dänen, ein paar

Asiaten, Fernfahrer, Stammtischrunden, erwartungsvolle Paare und eben auch viele Seehungrige aus der Generation 70plus. Viele der „Oldies“ wollten im Leben immer schon einmal eine Kreuzfahrt machen, der Lebensweg, vielleicht etwas die Angst, aber vor allen Dingen die schmale Geldbörse haben das meist verhindert. Jetzt aber bietet diese dreitägige Mini-Kreuzfahrt dann doch noch einmal einiges von dem, was die meisten Senioren sonst abends vom TV-Sessel aus gesehen haben.

Ob Boulevard, Casino, Shows, Tanz-Bar mit Livemusik oder sogar eine Sauna mit Blick aufs Meer, der Blick aufs offene Meer mit wehenden Haaren ohnehin – drei Tage fühlen sich an wie ein Gemisch aus Glamour und weiter Welt. Was heißt hier weit, die norwegische Hauptstadt Oslo (immerhin rund 650 Kilometer Seeweg von Kiel entfernt) wartet. Und in Oslo steht auch schon der Sightseeing-Bus bereit, in vier Stunden muss an Land alles gelaufen sein.

Und es läuft, unsere Senioren haben Glück. Eine Reiseführerin aus der Heimat Hamburg (schon etliche Jahre in Oslo) wartet am Bus, es geht zunächst durch die Altstadt zum Holmenkollen hoch. Ein Stopp an der Riesenschanze, ein Abstecher zum Vigeland-Skulpturen-Park, und schon wartet wieder die „Color Fantasy“ unübersehbar in Oslos Hafen. Durch die imponierende Schärenwelt im Oslofjord geht es zurück Richtung Kiel, Teil zwei des Amüse-ments mitten im Skagerrak wartet. Das Ganze ist für einen Durchschnitts-Rentner mit kleinen Ersparnissen schon irgendwie finanzierbar (siehe



SAUBER & HYGIENISCH
auch in Krisenzeiten

nachher

vorher

Sie erreichen uns unter: **04101-67207** oder Mail: kontakt@rybin-sanitaertechnik.de

Dusche statt Wanne - Barrierearmes Bad in einem Tag

 **Die Pflegekasse bezahlt!**

Bis zu 4.000,- € Zuschuss bei Pflegegrad 1-5 decken die gesamten Kosten für die Basisausführung ab. Wir beraten Sie dazu und helfen bei der Beantragung.




Rybin Sanitär-Heizung-Klempner GmbH • Ehschen 33 in 25462 Rellingen • www.klempner-pinneberg.de

„Zum Schnuppern allemal in Ordnung“

Die meisten Senioren waren zum ersten Mal an Bord eines Kreuzfahrtschiffes – beziehungsweise im Falle der „Color Fantasy“ einer Fähre mit Kreuzfahrtschiffcharakter. Überwiegend war die Stimmung an Bord heiter, alle aber würden – abgesehen von der Finanzierung einer solchen Fahrt – keine längere Tour auf dem Schiff buchen.

Hier einige Stimmen:

- **Hartwig Neumann (67):** „Zum Schnuppern ist das wirklich in Ordnung. Mir reichen allerdings zwei Tage, da habe ich alles an Bord gesehen.“
- **Mona Wolters (80):** „Es war schön, mal dabei gewesen zu sein, besonders hat mir die Stadtrundfahrt durch Oslo gefallen. Es waren wirklich vier Stunden geballte Information.“
- **Erich Haptmann (56):** „Ich habe die Fahrt besonders an Deck genossen. Mich reizen nicht so sehr Casino oder Boulevard, aber die weite See hat mich schon immer fasziniert. Hier hatte ich sie ohne Ende.“
- **Rolf Merk (83):** „Auf dem Rückweg hat mir der Seegang schon zu schaffen gemacht. Aber das gehört wohl dazu.“
- **Hans-Joachim Linke (71):** „Eigentlich der perfekte Ausflug für eine Skatrunde. Man ist auf hoher See, sieht eine Menge, hat frische Luft und jede Menge Zeit zum Skatspielen.“

Info-Kasten), aber es muss erst einmal organisiert werden. Mit der Bahn nach Kiel, dann auf das Schiff, Einchecken, Ausweiskontrolle, Kabine finden – und das alles in dieser Aufregung. So einfach ist das nicht. Wenn das Schiff dann allerdings unterwegs ist, lebt der Mini-Traum – inklusive eines ordentlichen Seegangs.

Na ja, eine richtige Kreuzfahrt läuft dann doch etwas anders. Nur: Die Büfets, die nette Crew an Bord, die frische Meeresluft, die Shows und die Tanzbar waren dann doch echt. Und jetzt wieder ab in den Fernsehsessel – die Realität ist vorbei, aber es darf weitergeträumt werden.

Text: Klaus
Karkmann
© SeMa

Infos zur Mini-Kreuzfahrt Kiel/Oslo

- „Color Fantasy“ und das Schwesterschiff „Color Magic“, das entgegendelt, fassen jeweils rund 730 Pkws und bis zu 2650 Passagiere.
- Die Überfahrt eine von Kiel nach Oslo dauert rund 19 bis 20 Stunden.
- Die Fahrt führt unter anderem durch den Skagerrak. Das (oder auch der) Skagerrak ist ein Teil der Nordsee zwischen der Nordküste Jütlands (Dänemark), der Südküste Norwegens und der nördlichen Westküste.
- Mit einer Bahnfahrt Kiel/Hamburg und zurück sowie Einzelkabine, zwei Morgenbüfets und einer vierstündigen Stadtrundfahrt durch Oslo kann der Spaß je nach Saison/Preisen bis zu 350 Euro kosten. Es geht aber auch etwas billiger. Zwei üppige skandinavische Abendbüfets können dazugebucht werden, Kosten pro Büfett 45 Euro.
- An Bord werden Euro und norwegische Kronen genommen, Wechselgeld gibt es prinzipiell nur in Kronen. Es lohnt sich daher, an Bord mit EC oder Scheckkarte zu zahlen.
- An Bord gibt es einen Einkaufsladen und Geldautomaten. Aufgepasst: Es ist relativ teuer auf den Schiffen.
- Weitere Infos und Buchung der Touren im Internet unter: www.colorline.de



SENIORENRESIDENZ
GRAF LUCKNER HAUS



Tag der offenen Tür
Sa. 08.10.2022 | ab 14.00 Uhr

- Begrüßung mit Sektempfang und Fingerfood
- der Bewohnerbeirat informiert über das Wohnen und Leben im Graf Luckner Haus
- stündliche Informationsvorträge und Hausführung
- Kaffee und Kuchen zum Sonderpreis mit herrlichen Elbblick von unserem Café im 6. Stock
- Anmeldung nicht erforderlich

Baujahr: 1970, Art des Energieausweises: Verbrauchsausweis,
Endenergieverbrauch in kWh/(m²a): 291, wesentlicher Energieträger: Erdgas H

Seniorenresidenz
Graf Luckner Haus
Hans-Böckler-Platz 15
22880 Wedel
www.vhw-graf-luckner-haus.de

☎ 04103 705 - 2000



... mehr als Wohnen!



HAUSNOTRUF


Tag und Nacht für Sie da!

Alle Informationen zum Hausnotruf
erhalten Sie unter: 040 19 76 76



Hamburg
Seniorenwohnen
& Pflege gGmbH

etwa 5 Portionen



Apple-Crumble

Zutaten:

- Für die Auflaufform (etwa 30 x 22 cm) oder für die Quicheform (Ø 26 cm) oder für das Kuchen- und Auflaufblech (36 x 25 cm): etwas Fett

Füllung:

- 600 g Äpfel, säuerlich

Streuselsteig:

- 100 g Butter oder Margarine
- 150 g Weizenmehl
- 100 g Zucker
- 1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker
- 1 Pr. Salz

Vorbereiten:

Für den Streuselsteig Butter oder Margarine zerlassen. Form fetten. Backofen vorheizen. Ober-/Unterhitze etwa 200 °C / Heißluft etwa 180 °C. Äpfel schälen, achteln und in kleine Stücke schneiden. Das Obst in der Auflaufform verteilen.

Streuselsteig zubereiten:

Mehl in einer Rührschüssel mit den übrigen Zutaten vermischen. Das Fett dazugeben und mit einem Löffel zu Streuseln verarbeiten. Die Streusel auf den Früchten verteilen. Die Form auf dem Rost in den Backofen schieben. Einschub: unteres Drittel. Backzeit: etwa 25 Min. Den Apple-Crumble auf einem Kuchenrost etwas abkühlen lassen.



Hähnchen-Curry-Pfanne

etwa 4 Portionen

Zutaten:

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 500 g Kirschtomaten
- 1 Zwiebel
- 3 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
- 50 ml Gemüsebrühe
- 1 geh. TL Curry
- 150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic

Hähnchen und Gemüse vorbereiten:

Hähnchenbrustfilet unter fließendem kalten Wasser abspülen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Tomaten waschen und abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

Hähnchen-Curry-Pfanne zubereiten:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin andünsten. Hähnchenbrustwürfel zufügen, zunächst kräftig anbraten, dann bei mittlerer Hitze etwa 5 Min. weiterbraten. Tomaten zufügen und kurz mitbraten. Gemüsebrühe mit Curry verrühren, unterrühren und einmal kurz aufkochen lassen. Crème fraîche unterrühren. Die Hähnchen-Curry-Pfanne nach Wunsch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

WOCHENMARKT LANGENHORNER MARKT

So frisch, so nah, so herzlich!



Jeden Dienstag und Sonnabend

11.30 bis 18 Uhr (Dienstag) und 8 bis 13 Uhr (Sonnabend)

Frische • Qualität • Vielfalt

Geflügelhof Hellfritz



Wochenmärkte:

Dienstag + Samstag Langenhorn
Mittwoch + Freitag Fuhlsbüttel
Tel.: 0173/296 67 93

• Ab sofort im Sortiment:

Frische Enten/-teile

• Ab Herbst wieder im Sortiment:

Frisches Wildfleisch

• Ab November im Sortiment:

Frische Martinsgans

vom eigenen Hof

Eier aus Bodenhaltung, Größe M

direkt vom Hof 20 Stk. € 5,00

Obsthof Palm

Frisches Obst aus dem Alten Land

direkt auf dem Wochenmarkt – eigene Ernte. Kontrollierter, integrierter, nachhaltiger Anbau.

Die neue Apfelernte ist da

Elstar und Wellant – frisch vom Baum.

Die kleine „Hauszwetsche“

für Zwetschenmus

sowie die neue Birnenernte:

Conference und Bürgermeister

Wochenmärkte: Langenhorn • Schmuggelstieg



Frischer,
selbst gepresster
Apfelsaft

GEBRÜDER

TIMM

Im Angebot vom 04.-15.10.22:

Puten- und
Hähnchen-Kohlwurst

100 g € 1,50

Immer frisch • einfach lecker • große Auswahl

Hausgemachte Salate

Elmenhorster Straße 9, 23863 Bargfeld-Stegen, Tel. (0 45 32) 2 22 08

Gesundgeflügel

Wochenmärkte
Ahrensburg • Langenhorn
Berne • Volksdorf • Hamm
Hofverkauf
freitags von 9-17 Uhr



etwa 4 Portionen

Ofenkartoffel mit Sour Creme und Räucherlachs

- Zutaten (Folienkartoffeln):**
 - 4 mehligkochende Kartoffeln (je etwa 250 g)
 - 2 EL Olivenöl, Salz
 - 200 g Lachs, geräuchert
- Zubereitung (Folienkartoffeln):**

Kartoffeln waschen und trocknen. Olivenöl mit Salz mischen, die Kartoffeln damit einpinseln. Die Kartoffeln einzeln in Alufolie wickeln und auf dem Rost in den Backofen schieben. Einschub: Mitte, Garzeit: etwa 60 Min. Wenn die Ofenkartoffeln gar sind, Folie öffnen und die Kartoffeln auseinanderdrücken.
- Zutaten (Sour Cream mit Kräutern):**
 - 250 g Dr. Oetker Crème fraîche Kräuter
 - 150 g Joghurt
 - 1 Knoblauchzehe
 - 1 EL Olivenöl, 1 EL Zitronensaft
 - Salz, frisch gemahlener Pfeffer, etwas Zucker
- Zubereitung (Sour Cream mit Kräutern):**

Crème fraîche Kräuter und Joghurt in eine Schale geben. Knoblauch abziehen, durch eine Knoblauchpresse drücken oder fein hacken und mit Olivenöl und Zitronensaft hinzufügen. Sour Creme verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Lachs in kleine, schmale Streifen schneiden. Etwas Sour Creme und einige Lachsstreifen auf jede Kartoffel geben oder die Scheiben danebenlegen.



Knusprige Süßkartoffel-Quiche

etwa 12 Stück

- Zutaten:**
 - Für das Kuchenblech (Ø 30 cm): etwas Fett
- Quiche-Füllung:**
 - 1 kg Süßkartoffeln
 - 100 g Schlagsahne
 - 100 ml Brühe
 - 275 g frischer Blätterteig
 - 200 g Bergkäse, gerieben
 - 100 g geräucherter Schinken, in Streifen
- Eier-Guss:**
 - 100 g Schlagsahne
 - 150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic
 - 1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Zitronenschale
 - Salz, frisch gemahlener Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuss
 - 2 Eier (Größe M)
- Zubereitung:**

Kuchenblech fetten. Backofen vorheizen. Ober-/Unterhitze etwa 220 °C/Heißluft etwa 200 °C. Süßkartoffeln schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Sahne und Brühe in einen Topf geben. Kartoffelwürfel hinzufügen, aufkochen und mit Deckel etwa 10 Min. bei schwacher Hitze kochen. Das Kuchenblech mit dem Blätterteig auslegen, sodass der Teig etwas über den Rand hinausreicht, bei Bedarf den Teig etwas zurechtschneiden. Mit einer Gabel mehrmals einstechen. Form auf dem Rost in den Backofen schieben und vorbacken. Einschub: unteres Drittel, Backzeit: etwa 10 Min. Blätterteig in der Form auf einem Kuchenrost etwas abkühlen lassen. Süßkartoffelstücke mit Käse und Schinken mischen. Auf dem Boden verteilen. Sahne mit Crème fraîche, Finesse und Gewürzen verrühren und abschmecken. Dann die Eier unterrühren. Gleichmäßig über der Süßkartoffelmasse verteilen und fertig backen. Temperatur reduzieren. Ober-/Unterhitze: ca. 200 °C/Heißluft ca. 180 °C. Einschub: unteres Drittel, Backzeit: ca. 30 Min.

Bilder und Texte © Dr. August Oetker Nahrungsmittel KG

Harry's Fischdelikatessen

Fisch macht sexy!

Krabbe an Krabbe:

- Nordsee-Krabbensalat 200 g € 8,00
- Roter Heringssalat 200 g € 3,00
- Frisch geräucherter Räucherfisch aus Altonaer Räucheröfen

Wochenmärkte: Langenhorn (Di. + Sa.), Isestraße (Fr.), Kirchdorf (Di. + Fr.), Wilhelmsburg (Mi. + Sa.), Blankenese (Mi.)

... aus dem Rauch auf den Wochenmarkt

Nur für kurze Zeit:
Bayerische Weißwurst

Ab Mitte Oktober: **Hubers mildes Fass-Sauerkraut**

Ein Genuss mit

- Kasslernacken und -karbonade
- magerer Kochwurst
- kerniger Schweinebacke
- mild gepökeltem Eisbein

Französischer Tortenbrie

sahnig/mild, Fett i. Tr. 50 %, 100 g € **1.59**

Immer etwas Besonderes beim...

KäseSpezi

Thomas Gerstenberg
Wochenmärkte: Langenhorn | Fuhlsbüttel | Schmuggelstieg





Bettina Eichblatt und ihre OAKLEAF-Stelzenkünstler sind weltweit gefragt

Thema: Jahrmarkt, z. T. auch Mitspielkostüme.



Flaggenkleid für die Völkerverständigung.

Dass Bettina Eichblatt und ihr Team immer Begeisterungstürme auslösen, ist garantiert, wenn sich die Stelzenläufer in wunderschönen Kostümen ihrem Publikum präsentieren.

Wir begleiteten sie auf mehreren Terminen und konnten die Reaktionen hautnah miterleben. „Oh wie schön“, „einmalig“, „bezaubernd“, hörten wir immer wieder. Ein Junge fragte: „Mama, ist das eine große Eule?“, als Bettina Eichblatt auf ihren Stelzen in einem fantasievollen, beleuchteten Kostüm mit großen Flügeln die Besucher im Stadtpark in Norderstedt überraschte und verzauberte.

Bettina Eichblatt: „Ich nenne das Kostüm Engel, habe es aber bewusst abstrakt gebaut, um damit dem Zuschauer seinen Interpretationsraum zu lassen.“

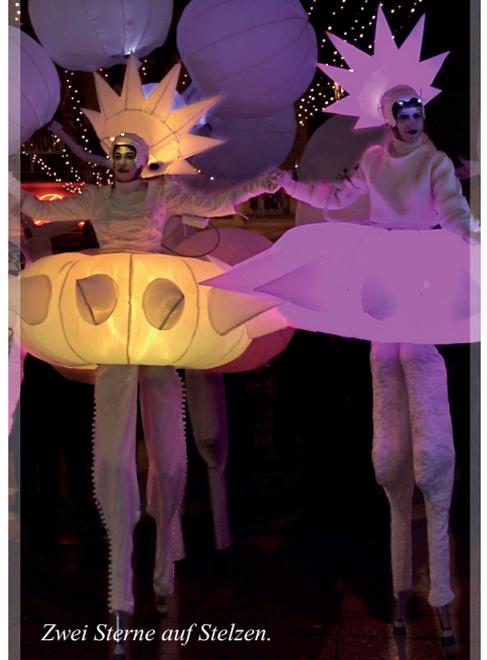
Die gebürtige Harburgerin übte noch bis vor zwölf Jahren ihren Beruf als diplomierte Sozialpädagogin aus. Sie leitete in Hamburg eine Elternschule und einen Nachbarschaftstreff. „Als Kind habe ich schon viel gebastelt und gemalt und auch das Laufen auf Stelzen geliebt“, erzählt das temperamentvolle Multitalent bei unserem Interview.

„Mit einer Kindergruppe im Rahmen eines EU-Projektes fing alles an. Danach wurde aus einem Hobby mein Beruf.“

Dass es jetzt nicht nur ihr Beruf, sondern auch ihre Berufung ist, zeigt ihre Kreativität. Es ist einmalig, was sie und ihr Mann Piet Koenekoop bisher auf die Beine bzw. Stelzen stellten, und ein Ende ist nicht in Sicht. „Wir haben Kunden, die uns immer wieder buchen. Auch für sie entwickeln wir immer neue Kostüme und Themen, die mit unseren Figuren zu passender Musik choreografiert werden.“

Eines dieser Themen ist „Unter Wasser“. Gezeigt wird eine 16-minütige Show mit sieben Akteuren in leuchtenden Seepferdchen-, Krake-, Fisch- und Quallenkostümen. Zu sehen ist eine poetische, träumerische Reise durch die Tiefen des Meeres.

Frau Eichblatt setzt auch aktuelle Themen in ihrer Arbeit um: Bei „Insect-o-lectic“ greift sie das Thema Insektensterben auf. Dieses Programm ist eine Mischung aus Stelzentanz und elektronischer Bodypercussion – außerdem mit einer neuer Soundtechnologie.



Zwei Sterne auf Stelzen.



Frau Eichblatt als Pfau.

Bettina Eichblatt, aus deren Nachnamen übrigens ins Englische übersetzt der Firmennamen Oakleaf wurde, ist ein überaus kreatives Multitalent. Sie ist die künstlerische Leiterin, Kostümdesignerin, Performerin und Bürokräftin. Die Auftritte müssen terminiert, Fahrten und Hotelzimmer gebucht werden. Später sind die Kostüme für jede Show zusammenzustellen und müssen für den Auftritt aus ihren durchsichtigen Plastikboxen geholt werden. Dass sie ihren Beruf liebt, ist in jeder Phase ihres Schaffens zu erkennen. Die neuen Entwürfe für Kostüme entstehen erst im Kopf, dann auf dem Papier, später auf dem Zuschneidetisch und danach in ihrem Atelier in Hamburg-Wilhelmsburg an der Nähmaschine. Die Fertigstellung mancher Kostüme dauert über 100 Stunden. Und, was ihr immer noch große Freude bereitet: Wenn sich die inzwischen 60-Jährige selbst über den Köpfen der Zuschauer in einem ihrer Kostüme mit den Menschen unterhält oder ihre Kollektionen mit einigen ihrer circa 30 freiberuflichen Stelzenläufer präsentieren darf. „Wir haben einen hohen künstlerischen Anspruch und möchten vor allem Freude bereiten.“

Frau Eichblatt fertigt ein Bienenkostüm – ein Zeichen für das Insektensterben.



Bettina Eichblatt – die Kostüme werden in transparenten Boxen gelagert.



Piet Koenekoop.



Frau Eichblatt bei der Büroarbeit.

Den Ruhestand wird es für sie nicht geben. „Wenn ich selbst nicht mehr auf den Stelzen laufen kann, hört meine Arbeit bestimmt nicht auf.“

Dass sie vor Jahren ihren niederländischen Mann Piet Koenekoop auf einem Campingplatz in Schweden zum ersten Mal begegnete, war bestimmt kein Zufall. Er ist die zweite Hälfte zum Ganzen. Als gelernter Elektroniker ist er prädestiniert für die technische Leitung der Oakleaf Streetshow. Alle technischen Kostüm- und Showelemente entstehen in seiner Werkstatt. Die Spannweite seiner Fähigkeiten erstreckt sich vom Lötten der LEDs, Programmieren der Mikrocontroller, Schweißen der Aluminiumstrukturen bis zum Stelzenbau. Und dies alles am liebsten aus gebrauchten Materialien.

Zum Schluss unseres Interviews erfuhren wir von Frau Eichblatt noch zwei Dinge, die ihr wichtig sind.

„Wir suchen auch noch Akteure für unsere Auftritte, die am besten schon Erfahrungen in einem Zirkus, im Theater oder performancemäßig auf einem anderen Gebiet sammeln konnten. Ein Mindestalter von 18 Jahren ist Voraussetzung. Und für unsere inzwischen circa 200 Kostüme, die Requisiten, die Technik und auch die Stelzen suchen wir einen trockenen Lagerraum von mindestens 100 Quadratmetern rund um Harburg oder Wilhelmsburg.“

Text: Marion Schröder

Fotos: Marion Schröder + Oakleaf

Kontaktaufnahme unter
info@oakleaf.eu
oder über die Webadresse
www.oakleaf.eu

Dort erfahren Sie viel und ausführlich über die Arbeit des Teams, die vielen märchenhaften Kostüme, die Shows und Performances, die nicht nur auf Stelzen angeboten werden.



Dem Menschen zuliebe.

BETREUUNG & PFLEGE

**HIER FÜHLEN WIR
UNS ZU HAUSE**

**Wir
haben freie
Plätze!**

Altersheim am Rabenhorst

Klaus Rathke, Tel. 040 5369 740
rabenhorst@diakonie-alten-eichen.de

Tagespflege Wellingsbüttel

Tanja Barthel, Tel. 040 5369 74 10
tpw@diakonie-alten-eichen.de
Rabenhorst 39, 22391 Hamburg



im Verbund der

Diakonie

Alten Eichen

www.diakonie-alten-eichen.de



Alsterschlepper Haushaltsauflösungen

**Ihr Experte für
sozial engagierte
und respektvolle
Nachlassräumungen
und Seniorenzüge!**

Alsterschlepper Haushaltsauflösungen

Inh. Christian Requard

Nessdeich 58a | 21129 Hamburg | Tel.: 040/60 08 92 85
E-Mail: info@alsterschlepper.de | www.alsterschlepper.de

Leser schreiben:

Der Milchmann kommt ...

„Onkel Kuhlmann kommt“, riefen die Kinder und liefen mit ihren Milchkannen auf die Straße. Auf Onkel Kuhlmann war Verlass. Er war freundlich, immer pünktlich und ließ seine Kunden nie im Stich. Bei strömenden Regen und auch im tiefsten Winter fuhr er mit seinem Lieferwagen von Haus zu Haus und belieferte seine Kundschaft mit Milch, Margarine und Butter. Fasziniert beobachtete ich stets, wie er das Litermaß in eine große Milchanne tauchte und die kühle, schäumende Milch in unseren verbeulten Milchtopf laufen ließ. Ohne dass auch nur ein Tropfen Milch danebging. Jeden Tag zur gleichen Zeit, manchmal auch an den Wochenenden, tat er seine Pflicht, immer mit einem Lächeln auf den Lippen. Für uns Kinder gab es oft ein Bonbon. Ich mochte besonders gerne die gelben, die so herrlich nach Zitrone schmeckten.

Wenn Onkel Kuhlmann von den umherstehenden Hausfrauen mit dem neusten Dorfklatz versorgt war, gab meine Mutter ihm das abgezählte Geld und verabschiedete sich.

An manchen Tagen gab es beim Milchmann auch frische Buttermilch, die meine Mutter besonders liebte. Ein Kühlschrank war zu der Zeit für uns unbezahlbar. Eine kleine Kammer ohne Fenster, direkt hinter unserer Küche, diente als Vorratsraum für Lebensmittel. Obwohl es in unserer Speisekammer stets etwas kühler war, als in den übrigen Räumen in unserem Haus, dauerte es nur wenige Tage, bis die Milch eine feste Konsistenz bekam.

Mutter streute dann Zucker auf die Milch, und wir Kinder bekamen dann ein Schälchen „Dicke Milch“ zum Nachtisch. Diese Leckerei haben wir geliebt. Im Sommer, wenn die Erdbeeren reif waren, wurde mein kleiner Bruder in den Garten geschickt, um einige von den süßen Früchten zu ernten.

Doch die dicksten Erdbeeren haben es nie bis auf unseren Nachtisch geschafft.

Den besten Vanillepudding machte meine Oma. Wenn sich Besuch angesagt hatte, oder der Geburtstag meines Vaters anstand,

gab es Vanillepudding mit Eischnee.

Dann durften meine Geschwister und ich zu Tante Klara gehen und unseren Korb mit den schönsten Früchten des Sommers füllen.

Oft hat die Nachbarin unsere Oma nach dem Rezept für den so geliebten Vanillepudding gefragt. Aber Oma sagte immer, sie mache das einfach so aus dem Handgelenk. Später habe ich oft gedacht, sie wollte das Rezept einfach nur nicht verraten. Dieser selbst gemachte Pudding von meiner Oma weckt Erinnerungen an wunderschöne Kindertage in mir.

Oma hatte die Angewohnheit, unsere leere Milchanne vor dem nächsten Gebrauch auszuspülen und das Wasser an ihre Rosen zu gießen. Von meinen Eltern wurde sie immer belächelt, aber die Rosenbeete meiner Oma waren die schönsten in der ganzen Straße. Viele Jahre später fand ich im Nachlass meiner Großeltern ein kleines unscheinbares Büchlein. Darin befand sich, säuberlich geschrieben, das Vanillepudding-Rezept meiner Oma.

Heute wird die Milch, die wir im Supermarkt kaufen können, von großen Molkereien geliefert. Ich trinke auch heute noch frische, gekühlte Milch für mein Leben gerne. Und manchmal, wenn ich im Supermarkt vor dem Milchregal stehe, denke ich an Onkel Kuhlmann und seinen alten Lieferwagen. Von unserer Leserin Helga Licher

Vanillepudding mit Eischnee nach dem Rezept von Oma Anna ...

3 EL Zucker und **3 EL Speisestärke** mit **100 ml kalter Milch** glatt rühren. **2-3 Tütchen Vanillezucker** dazugeben und **5 Eigelb** unterrühren. **300 ml Milch** kochen, und die Stärkemischung hineinrühren.

Sachte aufkochen und immer rühren. Wenn die Masse dick wird, in eine Schale füllen.

Eischnee schlagen und vorsichtig unterheben.

Oma Anna kochte aus dem „Lameng“, so sagt man hier. Das heißt – nach Gefühl.

Guten Appetit!

Pflanzenporträt Oktober 2022

Gewöhnliche Grasnelke (*Armeria maritima*): zart – und hart im Nehmen

Betrachten wir die Gewöhnliche Grasnelke mit ihren zartrosa Blüten, ahnen wir nicht, was diese Pflanze alles wegstecken kann: Sie verträgt Salz und sogar Schwermetalle aus dem Boden. Eine ihrer Unterarten wächst sogar bevorzugt dort, wo die Menschen früher Erz abbauten. Wie zäh sie ist, zeigt sie auch mit ihrer Blüte, denn sie entfaltet sich auch noch spät im Jahr – im Oktober.

In Deutschland finden wir sie vor allem im Nordosten an den Küsten und im Binnenland. Dort hat sie ihre Lieblingsbedingungen: sonnig, trocken, mager und sandig. Sie ist daher auch unter dem Namen „Strand-Grasnelke“ bekannt. Wenn wir ihr im Garten oder auf dem Balkon einen solchen Standort bieten, erfreut sie uns ab Mai mit ihren

Strand-Grasnelke

Armeria maritima



hübschen Blütenköpfchen. Diese werden dankbar von vielen Bienen- und Schmetterlingsarten angenommen. Gute „Beetpartner“ sind Moschus-Malve, Heide-Nelke oder Sand-Strohblume.

Der Name „Grasnelke“ ist ein wenig irreführend: Die Pflanze sieht nicht wie eine typische Nelke aus und gehört auch nicht zur Familie der Nelken. Das „Gras“ in ihrem Namen passt hingegen gut. Denn ihre Blätter erinnern stark an Gräser. Unterirdisch bringt sie eine lange Pfahlwurzel über längere Trockenphasen. Klimafit ist die Gewöhnliche Grasnelke also auch noch. Trotzdem werden ihre Bestände in der Roten Liste als „gefährdet“ eingestuft, weil ihre bevorzugten Standorte wie Trockenmagerrasen immer mehr verschwinden. Setzen wir uns also für den Schutz ihrer Lebensräume ein. Oder geben wir der Grasnelke einen Platz im Garten!

© Stiftung für Mensch und Umwelt





Seelische Gesundheit Wenn die zweite Lebenshälfte anbricht

Medien und Gesellschaft senden eine klare Botschaft: Wer das halbe Jahrhundert voll hat, gehört noch längst nicht zum alten Eisen. Im Gegenteil, die Ü-50-Jährigen sind fit, leistungsfähig, ihnen steht die Welt offen. Tatsächlich aber lässt altersbedingt bei vielen doch einfach die Kraft nach, vor allem ist das Leben im Umbruch. Das kann an Seele und Körper zehren.

Plötzlich sind die Kinder aus dem Haus, die Partnerschaft sortiert sich neu, die ersten körperlichen Zipperlein machen sich bemerkbar, und die Arbeit geht auch nicht mehr so leicht von der Hand. „Viele Menschen glauben dann, nicht mehr gebraucht zu werden, mit den Anforderungen nicht mehr Schritt halten zu können“, erklärt Nina Hinzmann, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. Die Oberärztin leitet die Tagesklinik für Ältere der Asklepios Klinik Nord. Ihre Kollegin Bettina Koch, ebenfalls Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und Oberärztin an der Sozialpsychiatrischen Tagesklinik 55+ am Asklepios Klinikum Harburg, spricht von einer „Erschütterung des Selbstbildes“. Der Umbruch, der die Lebensphase ab 50 Jahren mit sich bringt, hinterlässt bei vielen eine große Ratlosigkeit, eine Leere, die sie resignieren lässt, zu Depressionen, Angst- und Panikstörungen führen kann. „Vielen fehlen die Aufgaben, geliebte Menschen wie die Kinder nach dem Auszug oder die Partnerin oder der Partner nach dem Tod sind plötzlich nicht mehr da, die Struktur fehlt“, führt Koch weiter aus. Das führt bei einigen Menschen zu Antriebslosigkeit, sie ziehen sich zurück, vernachlässigen sich und ihre sozialen Kontakte, fühlen sich von der Welt alleingelassen und überfordert. Hinzu kommen körper-

lichen Einschränkungen oder auch Überlastungen. „Ein Alarmsignal ist, wenn bei diesen Menschen die normalen Erholungsmechanismen nicht mehr funktionieren“, erläutert Koch. Das kann zur totalen Erschöpfung, aber auch zu schädlicher Selbst-Überforderung führen.

Alte Muster aufbrechen

Die Symptome ähneln psychischen Erkrankungen in jedem Alter und Lebensabschnitt, doch die Themen sind andere. „Bei diesen Menschen geht es um eine Bestandsaufnahme, eine Reflexion des bisherigen Lebens und um eingespielte Muster und Verhaltensweisen, die sich über viele Jahrzehnte verfestigt haben“, erklärt Dr. Daniel Schöttle, Chefarzt des Zentrums für seelische Gesundheit am Klinikum Harburg, an das die dortige Tagesklinik angebunden ist. Genau diese Idee steckt hinter den Angeboten, die sich speziell an Menschen in der zweiten Lebenshälfte richten.

Zwischen sechs und acht Wochen dauern die Behandlungen in den Tageskliniken, für die der Einstieg extrem niederschwellig ist. In der Tagesklinik für Ältere an der Asklepios Klinik Nord etwa gibt es eine Telefonsprechstunde, in der eine Ersteinschätzung erfolgt und dann gegebenenfalls eine Überweisung des behandelnden Haus- oder Facharztes für die Therapie in der Tagesklinik notwendig werden kann. Harburg bietet wöchentlich eine Informationsveranstaltung an, bei der Mitarbeitende das Behandlungskonzept und den allgemeinen Therapieverlauf vorstellen. Anschließend erfolgt eine Indikationsstellung. Für die Aufnahme in die Tagesklinik ist dann ebenfalls eine Einweisung des behandelnden Arztes notwendig.

Gemeinsames Reflektieren hilft

Primär erfolgt die Therapie in Gruppenangeboten. „Wir sehen immer, wie gut es unseren Patientinnen und Patienten tut, wenn sie feststellen, dass sie mit ihren Sorgen und Ängsten nicht allein sind und es anderen Menschen ähnlich geht“, erzählt die Psychiaterin Hinzmann. Es sind jedoch nicht nur Gespräche, in denen die Patient:innen zunächst eine Bestandsaufnahme machen, Verhaltensweisen erkennen und versuchen, Muster aufzubrechen, auch ganz praktisch führen die Therapeut:innen sie an neue Strukturen und Routinen heran. So umfassen die Angebote auch Sport wie Walken oder Yoga, das Erlernen von Entspannungstherapien, das Training sozialer Kompetenzen sowie der kognitiven und kommunikativer Fähigkeiten, Schlafmedizin, Ernährungsberatung, Sozialberatung, Paar- und Familiengespräche. „Uns ist es wichtig, auch die Angehörige miteinzubeziehen, um das Verständnis füreinander zu fördern und auch gemeinsame oder konfliktanfällige Verhaltensweisen zu erkennen“, sagt Hinzmann.

Gewappnet für die zweite Lebenshälfte

Hinzu kommt die sogenannte Psychoedukation. „Unsere Patientinnen und Patienten sollen auch ein Wissen über die eigene Krankheit erlangen, um dann Expertin, Experte für die eigene Krankheit zu werden“, fügt die Psychiaterin und Psychotherapeutin Koch hinzu. Sie spricht von einem „besser gefüllten Rucksack“, mit dem sie ihre Patientinnen und Patienten nach der Therapie wieder in den Alltag entlässt. Sanft macht das die teilstationäre Behandlung möglich, weil die Patient:innen das Erlernte gleich am Nachmittag und an den Wochenenden zu Hause in der gewohnten Umgebung erproben können.

„Ich bin immer wieder fasziniert, wenn am Ende unserer Behandlung die Menschen wieder voller Selbstbewusstsein und Tatendrang in ihr gewohntes Leben und oft auch in den Job zurückkehren, von dem sie glaubten, ihn nie wieder ausüben zu können“, sagt Koch. Ihr Ansporn und der ihres Teams: den Menschen neue Perspektiven eröffnen und ihnen das Rüstzeug für die zweite Hälfte des Lebens mit auf den Weg zu geben.

Weiteres zum Thema

Altersdepression lesen Sie hier:
<https://gesundleben.asklepios.com/gesund-werden/therapie-und-nachsorge/altersdepression/>





Museumpädagogin kocht ein wie früher bei Vom Acker in den Topf 23.10. am Kiekeberg. Bild © FLMK

Neue Veranstaltung am So., 23.10.22 im Freilichtmuseum am Kiekeberg „Vom Acker in den Topf – Erntezeit im Museum“



Darstellerin der Gelebten Geschichte kocht am 23.10. erntefrisch wie im Jahr 1804. Bild © FLMK



Darstellerinnen der Gelebten Geschichte bereiten am 23.10. frische Mahlzeiten wie vor 200 Jahren zu. Bild © FLMK

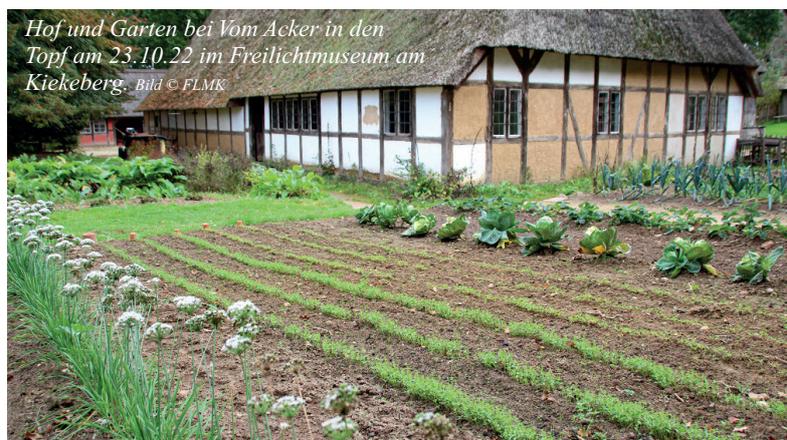
(pi) **Herbstzeit ist Erntezeit:** Wie werden die Feld- und Gartenfrüchte haltbar gemacht? Bei der neuen Veranstaltung „Vom Acker in den Topf – Erntezeit im Museum“ geht es am Kiekeberg um altes Wissen, das wieder im Trend ist: die nachhaltige Konservierung von Lebensmitteln. Am am So, 23. Oktober 2022 von 10 bis 18 Uhr wird auf allen historischen und modernen Herdstellen im Museum eingekocht. Für Kinder gibt es ein vielfältiges Mitmachangebot rund ums Kochen. Besucher nutzen die letzte Chance, in der Sonderausstellung „Herdzziehungskraft. Küche und Kochen“ spannende Einblicke in Küchenmodelle, Gerätschaften und Kochrezepte aus zwei Jahrhunderten zu erhalten. Der Eintritt kostet 9 Euro, unter 18 Jahren ist er frei.

Bevor es Kühlschränke gab, waren das Einkochen, Fermentieren oder Dörren bewährte Methoden, um die Ernte für die kalte Jahreszeit zu konservieren. Bei „Vom Acker in den Topf – Erntezeit im Museum“ erfahren Besucher, wie es geht. Das Museumsteam kocht heimisches Obst und Gemüse ein – auf dem offenen Feuer, auf dem Sparherd, auf der „Kochhexe“ bis hin zur modernen Lehrküche. Auch die Darstellenden der „Gelebten Geschichte“ bereiten authentisch gekleidet und mit historischen Gerätschaften Herbstgerichte aus den Jahren 1804, 1904 und 1945 zu. Kinder sind beim Mitmachprogramm eingeladen selbst zu kochen.

Nur noch bis zu diesem Tag erhalten Besucher einen Rückblick auf 150 Jahre Kochen in der Sonderausstellung „Herdzziehungskraft. Küche und Kochen“ im „Agrarium“ des Museums. Sie zeigt historische und moderne Kochgeräte – von Schürhaken und Kessel bis zur Induktionskochplatte. Küchenhilfen wie die „Flotte Lotte“ aus den 1930er Jahren, der „Schneidboy“ aus den 1950/60ern und der „Thermomix“ der 1970er veranschaulichen den technologischen Wandel, der das Kochen immer effizienter machen sollte.

Früher war die Selbstversorgung mit Gemüse, Obst und Kräutern in Gärten ein unverzichtbarer Bestandteil des Landlebens und bäuerlichen Wirtschaftens. Nahrungsmittel wurden für schlechte Zeiten und den Winter aufbewahrt – verschiedene Techniken wie das Dörren, Einkochen oder Pökeln zeugen vom Erfindungsreichtum, Lebensmittel haltbar zu machen. Sie waren notwendig in einer Zeit ohne Lebensmittelläden und sicherten die Eigenständigkeit der Bewohner.

Aktuelle Informationen gibt es unter www.kiekeberg-museum.de.



Hof und Garten bei Vom Acker in den Topf am 23.10.22 im Freilichtmuseum am Kiekeberg. Bild © FLMK

Alltag wieder im Griff

Motorisierte MyoPro® Orthese

bewegt gelähmte

Arme und Hände



© Myomo Europe GmbH_Orange

(pi) Taube Gliedmaßen, gelähmte Hand und steifer Ellenbogen? Was erst mal nach einem Albtraum klingt, ist für Tausende Menschen traurige Realität. Fallen Arm und Hand im Alltag aus, steht das ganze Leben Kopf. Selbstverständliche Aufgaben wie das Schneiden von Gemüse oder das Tragen eines Wäschekorbs entwickeln sich zur Herausforderung. Besonders häufig lösen Schlaganfälle sowie Rückenmarks- und Nervenverletzungen eine solche Lähmung aus. Als einzige motorisierte Orthese hilft die MyoPro von Myomo, die um Arm und Hand geschnallt wird, gewohnte Abläufe wieder möglich zu machen. Dafür nutzt das System Sensoren, die schwache elektrische Impulse auf der Hautoberfläche erkennen und an leistungsfähige Motoren weiterleiten, die die gewünschte Bewegung entsprechend ausführen. Denn üblicherweise bleibt der Körper auch bei gelähmten Gliedmaßen weiterhin in der Lage, minimale Muskelsignale zu senden. Funktionen wie das Greifen, Halten und Öffnen der Hand sowie das Beugen, Heben und Strecken des Ellenbogens kann das medizinische Hilfsmittel so ermöglichen.

Aller Anfang ist schwer

Je nach Art der Erkrankung nimmt das vollständige Erlernen des Systems zwischen sechs und zwölf Monate in Anspruch. Um die Eingewöhnungsphase erfolgreich zu meistern, steht Betroffenen ein deutschlandweites Netzwerk an zertifizierten Spezialisten zur Verfügung, die den Lernprozess begleiten. Für eine wohnortnahe Versorgung leitet das Unternehmen auch lokale Therapeuten an. Zum Training gehören etwa das selbstständige An- und Ablegen des Hilfsmittels sowie eine kontrollierte Steuerung. Ob Arm und Hand des eigenen Körpers von der MyoPro Orthese bewegt werden können, ermittelt vorab eine Untersuchung, die Grundvoraussetzungen überprüft und eine Eignung feststellt. Fällt sie positiv aus, übernehmen gesetzliche Krankenkassen und Unfallversicherungen bei Vorlage eines ärztlichen Rezepts sowohl die Kosten für die Orthese als auch das notwendige Training. Um das Hilfsmittel optimal auf den Nutzer abzustimmen, nehmen Orthopädietechniker in Sanitätshäusern individuelle Anpassungen vor. Mit dem System erhalten Betroffene nicht nur die Möglichkeit, zahlreiche Bewegungen wieder auszuführen, sondern auch die Chance, ihren Alltag wieder in den Griff zu bekommen.

Weitere Informationen unter www.myomo.de



TAGESPFLEGE ST. GEORG

TAGESBETREUUNG FÜR SENIOREN

WIR SIND AUCH JETZT FÜR SIE DA!

- kleine Gruppen
- häusliche Atmosphäre
- umfangreiches Hygienekonzept
- Entlastung pflegender Angehörigen
- individuelle Betreuung, auch für Menschen mit Demenz

Wir freuen uns auf Sie!

Alexanderstr. 24 • 20099 Hamburg
 tpsg@diakonie-alten-eichen.de
 Tel. 040 - 2840 7847 0
www.diakonie-alten-eichen.de



Wohnen „Generation 55+“

- 1 Zi. (ohne Schlafnische), ca. 35 m², € 333,- + Nk./Kt.
- 1 Zi. (mit Schlafnische), ca. 39 m², € 376,- + Nk./Kt.

In HH-Langenhorn, Diekmoorweg, ruhige, grüne Lage, attraktiver Schnitt, nette Hausgemeinschaft, mit Bad, Küche, Balkon und Lift. V: 174,9 kWh (m²a), Gas, Bj. 1969

040 35 91 52 00
 (Anspr. Fr. Schnell)
www.meravis.de



Ein Leben lang aktiv!

Angebote und Veranstaltungen für Mitglieder und Gäste. Gemeinsame Freizeit, interessantes Miteinander in verschiedenen Interessengruppen.



LAB-Treffpunkt
 Fuhlsbüttel

Lange Aktiv Bleiben e. V.
 Fliederweg 7, 22335 Hamburg
 Telefon (040) 59 24 55
fuhlsbuettel@labhamburg.de
www.labhamburg.de

Altersarmut? Arbeitslosigkeit? Unfall? Pflegefall? Krankheit? Behinderung?

Damit Sie auch künftig lächeln können

Soziale Härte kann jeden treffen. Unsere Beratung schützt Sie vor den Folgen! Persönlich für Sie vor Ort.

Jetzt Mitglied werden:

sovd-hh.de
 040 / 611 60 70
info@sovd-hh.de

Sozialverband Deutschland
 Landesverband Hamburg



Norderstedter Tagesbetreuung, Tel.: 040/308 54 01 00
Pflegedienst Claussen GmbH, Tel.: 040/523 68 21



- **Spezielle Angebote für Demenzkranke**
- **Tagesausflüge und Wellnessstage**
- **Hol- und Bringdienst mit unserem eigenen Bus**
- **Alle Angebote mit und ohne Pflegestufe**
- **Spiel-/Sport-/Gedächtnis-traininggruppen u. v. m.**

Ambulante Kranken-, Alten- und Kinderbetreuung
 Vertragspartner aller Krankenkassen

24 Stunden erreichbar unter: 0172/409 87 44

Tannenhofstraße 5 a–b · 22848 Norderstedt
 Telefon: 040/523 68 21 · Fax: 040/523 68 25
 E-Mail: info@pflegedienst-claussen.de



Anzeigenberatung und -annahme

HWWA-Werbeagentur GmbH
 Tel.: 040/524 33 40

h.wiederhold@senioren-magazin-hamburg.de

Der Pöhlshof

Servicewohnen – geborgen im Alter
 in der Rathausallee 83 a in 22846 Norderstedt



Eigene **CAFÈTERIA**
 für unsere Bewohnerinnen
 und Bewohner

Wir freuen uns auf Ihren Anruf! Telefon 040.523 02 -230
 Ochsenzoller Str. 147 · 22848 Norderstedt · www.plambeck.com

Seit
1987

ANGELA GREIZER

❖ **Ambulante
Krankenpflege
und Altenhilfe**

❖ **Pflegeberatung**

Oehleckerring 28 – 30, 22419 Hamburg
 Telefon: 040/53 05 04 70
 Fax: 040/520 33 17
www.krankenpflege-greizer.de



Generation 50plus:

Coaching für berufliche Neuorientierung

**Mit Unterstützung
noch einmal etwas
Neues wagen**

(djd). Anfang 2022 gab es nach Angaben der Bundesagentur für Arbeit in Deutschland knapp 600.000 Arbeitslose im Alter von 55 bis unter 65 Jahren. Viele von ihnen würden gern wieder ins Berufsleben einsteigen. Doch es gibt einige Hürden und Ängste auf dem Weg zum neuen Job. Ein wichtiger erster Schritt zur Neuorientierung kann ein individuelles Berufscoaching sein. Dieses kann den Weg in die richtige Weiterbildungsmaßnahme ebnen, um etwa neben den bereits bestehenden Fähigkeiten aktuell gefragte Kompetenzen und Zertifikate zu erwerben.

Die eigenen Stärken erkennen

„Je länger eine berufliche Pause oder ein Arbeitsverhältnis dauern, desto mehr Unsicherheit besteht bei Arbeitssuchenden, ob sie den beruflichen Anforderungen in einem neuen Umfeld gerecht werden können“, weiß Anna Bordzol, Expertin für geförderte Weiterbildung beim Bildungsanbieter GFN. Hier baue ein Coaching neues Selbstvertrauen auf, indem es aufgezeigt, auf welches Wissen und auf welche Kompetenzen aufgesattelt werden könne. „Die ältere Generation muss sich hinter ihrer Lebens- und Berufserfahrung



nicht verstecken, denn sie hat neben jahrelangem Praxiswissen vor allem ausgeprägte soziale Kompetenzen zu bieten“, so Bordzol. Teil eines Coachings kann zudem auch das zeitgemäße Bewerben sein, denn gerade in einer Phase der Neuorientierung nach einer langen Zeit fällt es nicht leicht, sich bestmöglich zu präsentieren. Online-Bewerbungen und Bewerbungsgespräche via Video-Call stellen dabei besondere Herausforderungen an Arbeitssuchende.

Gefragte Zusatzqualifikationen erwerben

Nach dem Ausloten der bestehenden Kompetenzen sowie eventuell auch einem Bewerbungstraining in speziellen Coaching-Angeboten für ältere Arbeitssuchende - etwa das Coaching „Perspektive 50+“ bei GFN - kann der Erwerb weiterer Kenntnisse und Zusatzqualifikationen den Start in eine neue berufliche Zukunft vorantreiben. Gerade digitale Kompetenzen sind zunehmend gefragt. Je nach Branche können anerkannte Zertifikate wichtig sein, um im Bewerbungsverfahren eine Chance zu haben. So ebnet das Coaching den Weg in eine anschließende, zielführende Weiterbildungsmaßnahme. Dabei werden die Kosten für Coachings und Weiterbildungen in vielen Fällen vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit übernommen: Dazu vergeben diese den sogenannten Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) für Coachings sowie den Bildungsgutschein für Weiterbildungen. Beides kann bei zertifizierten Bildungsanbietern wie GFN eingelöst werden. Mehr Informationen geben neben den jeweiligen Behörden auch die Bildungsanbieter.



THERAPIEZENTRUM SIEMINSKI



Alles unter einem Dach

**Physiotherapie, Ergotherapie,
Logopädie und medizinische Fitness**



Beste Therapie- und Trainingsqualität

Für spezielle Therapien im Bereich der Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie gibt es im Therapiezentrum Sieminski einen eigenen separaten Raum, ausgestattet mit einer Kletterwand, Therapiehängematten und vielfältigen Geräten für die therapeutische Anwendung und Bewegungsförderung.

Große, geschlossene Behandlungsräume mit viel Tageslicht sorgen zudem für eine sehr angenehme Behandlungsatmosphäre, die eine größere Therapiequalität verspricht sowie Entspannung und ein Gefühl der inneren Ruhe ermöglicht.

Im Trainingsbereich sorgt moderne Chipkartentechnik für höchsten Trainingsstandard. Sie ermöglicht ein gezieltes Training an neuesten Geräten, um Ihre persönlichen Gesundheitsziele zu erreichen.

Therapeutisch sinnvolles Zirkeltraining



So macht Trainieren Spaß! Gemeinsam in der Gruppe, optimal betreut in einem therapeutisch sinnvollen Zirkeltraining, fühlen sich viele Trainierende gut aufgehoben.

Die Teilnehmer trainieren auf der Trainingsfläche an je einem medizinischen Gerät oder einer geeigneten Übung. Nach dem Signal vom Therapeut wird im „Kreis“ gewechselt, sodass jede Übung von jedem Teilnehmer absolviert wird. Das Zirkeltraining wird individuell an die Teilnehmer angepasst und ist für ein Training des kompletten Körpers gut geeignet, da viele verschiedene Muskelgruppen beansprucht werden.

Da die Muskulatur ein Leben lang trainierbar ist, bremst gezieltes Kräftigungstraining den Alterungs- und Abbauprozess des Körpers und steigert deutlich Ihre Lebensqualität!

Jeder Interessierte kann sich zum Training anmelden.



Therapiezentrum Sieminski, Inhaber Marcin Sieminski
Schloßstraße 38, 22041 Hamburg, Tel.: 040 68 84 10 77
info@thz-sieminski.de, www.thz-sieminski.de

Veranstaltungen – Tipps + Termine

Mittwoch, 05.10.22, 17 Uhr

Rundgang: „Garten Familie de l'Aigle“
Historischer Spaziergang zum ehemaligen Reformgarten der Familie de l'Aigle. € 7,-, Anmeldung erforderlich: Geschichtswerkstatt Eppendorf, 040/780 50 40 30, kontakt@geschichtswerkstatt-eppendorf.de.
Treffpunkt: Vor dem Haus Lokstedter Weg 100, 20251 Hamburg

Donnerstag, 06.10.22, 15.30–16.30 Uhr
Einladung zum Lesecafé

Lassen Sie sich in gemütlicher Runde bei Kaffee und Keksen von Matthias Brandstädter kleine Geschichten vorlesen und tauschen Sie sich darüber aus. Eintritt frei. Ohne Anmeldung. **SieNa Nachbarschaftstreff, Sievekingdamm 57, 20535 Hamburg**

Donnerstag, 06.10.22, 19 Uhr

„ROCKING REBELS“
Ein musikalischer Streifzug durch die „wilden“ 50er Jahre mit dem guten alten Rock 'n' Roll. Diese musikalische Zeitreise soll auch zum Mitsingen und Tanzen animieren. Eintritt: € 16,-. Tickets unter: www.parkresidenz-rahstedt.de/kultur sowie täglich von 10 bis 18 Uhr über den Empfang und an der Abendkasse der Parkresidenz. Karten-Reservierungen unter Telefon 040/67 373-0. Es gilt das 2G-plus-Modell mit FFP2-Maskenpflicht. **Parkresidenz Rahlstedt, Rahlstedter Str. 29, 22149 Hamburg**

Freitag bis Sonntag, 07.–09.10.22, 10–18 Uhr

Herbstmarkt Leben auf dem Lande
Exklusives und Herbstliches: Pflanzen, Einrichtungsideen, Wohnaccessoires, Mode, Schmuckstücke, Wellnessprodukte, Lifestyle, Selfcare und Good Living, Antikes und kulinarische Delikatessen sowie edle Tropfen.
Gut Basthorst, Auf dem Gut 3, 21493 Basthorst

Sonntag, 09.10.22, 15 Uhr

Vernissage zur Ausstellung „Spielfelder“
Musik und Bauchladen-Schattentheater als Auftakt einer Ausstellung mit Scherenschnitten von Anna-Maria Schlemmer. Akkordeon, Luftpumpe, Gesang: Anne Wiemann.
Bürgertreff Altona, Gefionstr. 3, 22769 HH

Sonntag, 09.10.22, 15 Uhr

„Hool dien Muul un sing mit!“
Der Musiker und Alleinunterhalter Jochen Wiegand singt und erzählt auf seine eigene humorvolle Art hoch- und plattdeutsche Lieder und Schnacks unserer Vorfahren. Eintritt: € 12,-, inkl. Kaffee und Kuchen. Kartenvorbestellungen erbeten im Bürgertreff Altona-Nord unter: Tel. 040/42 10 27 10 oder per E-Mail an: buergertreff@altonanord.de.
Bühne im Bürgertreff Altona-Nord, Gefionstr. 3, 22769 Hamburg

Sonntag, 09.10.22, 10.30 Uhr

Führung: „Herbstzauber“
Die Bäume und Gehölze auf dem Ohlsdorfer Friedhof wechseln in ihr farbenfrohes Herbstkleid und bilden den dekorativen Rahmen für die Lieblingsspaziergänge der Friedhofsführer. Anmeldungen: Tel. 0176/74 17 94 15, E-Mail: fuehrungen@fof-ohlsdorf.com. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Ein Spendenbeitrag von € 7,- wird erbeten. **Treffpunkt ist vor dem Museum Ohlsdorfer Friedhof, Fuhsbüttler Str. 756, 22337 Hamburg**

Sonntag, 09.10.22, 10–16 Uhr

Tagesworkshop Improvisationstheater
Ohne Plan, ohne Rollenvorgabe, ohne Text auf die leere Bühne. Ein Tag für Impro-Neulinge und Neugierige: zusammen improvisieren und experimentieren. Teilnahmegebühr: € 90,-/ermäßigt € 75,-. Anmeldung und Infos unter <https://diespieler.com/improschule>.
Kunstlinik, Martinistr. 44a, 20251 HH

Dienstag, 11.10.22, 19 Uhr

„Julia Kock chante PIAF“
Julia Kock singt Edith Piaf! Begleitet wird sie vom Akkordeonisten Frank Grischek. Eintritt: € 20,-. Karten-Verkauf online über www.parkresidenz-alstertal.de/kultur sowie täglich von 10–18 Uhr am Empfang und an der Abendkasse der Parkresidenz Alstertal. Im Hause gilt 2G und Maskenpflicht (medizinische Maske).
Parkresidenz Alstertal, Karl-Lippert-Stieg 1, 22391 Hamburg

Donnerstag, 13.10.22, 16–17.30 Uhr

Kräuterwanderung mit Ursula Axtmann
Lernen Sie verschiedene Wildkräuter kennen, die sich im Stadtpark finden lassen. Sie erfahren etwas über ihre Wirkung, Inhaltsstoffe und die verschiedenen Anwendungen und Zubereitungen. Kostenbeitrag: € 10,-/Person. Anmeldung: ursulaaxtmann@hotmail.de oder Tel: 040/59 45 38 79.
Treffpunkt: Sierichsches Forsthaus, Otto-Wels-Straße 3, 22303 Hamburg

Freitag, 14.10.22, 15–17 Uhr

Skulpturen-Rundgang Stadtpark Hamburg
Kostenbeitrag: € 8,-. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. **Treffpunkt: Trinkhalle, an der Wassersäule, Stadtpark Hamburg, Südring 1, 22303 Hamburg**

Samstag, 15.10.22, 14.30 + 15.30 + 16.30 Uhr

Eppendorfer SchlagSaiten + Mucke mit Uke
Das Ukulelen-Orchester Eppendorfer SchlagSaiten präsentiert Lieder zum Zuhören und Träumen und auch Fetziges zum Mitmachen. Der gute alte Blues wird bei ihnen auf Plattdüttsch gesungen und von einem dreckigen Ukulelensolo begleitet. Außerdem spielt das Trio Mucke mit Uke! Zuhören frei.
Wo? Draußen vor „Epe & Flut“, Julius-Reincke-Stieg 13 a, 20251 Hamburg

Sonntag, 16.10.22, 9–14 Uhr

Briefmarken-Großtauschtag
Die Gelegenheit, mit zahlreichen Sammlern Briefmarken zu tauschen. Auch bei den anwesenden Händlern ist sicherlich das eine oder andere Schnäppchen zu machen.
Rathaus Norderstedt, Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Dienstag, 18.10.22, 16 Uhr

Kunst + Kaffee + Kuchen
Veronika Kranich präsentiert das Leben und Werke berühmter Maler. Eintritt: € 10,-, inkl. Kaffee & Kuchen. **Freizeitzentrum Schnelsen, Wählingsallee 16, 22459 HH**

Samstag + Sonntag, 22./23.10.22, 9–16 Uhr

Design- & Kunsthandwerkermarkt
In der Scheune bieten Kunsthandwerker ihre Schätze an (2G-Regel und Maskenpflicht), Eintritt € 2,-. **Kleinhuus Hotel Mellingburger Schleuse, Mellingburgredder 1, 22395 Hamburg**

Samstag, 22.10.22, 10–17 Uhr

Sonntag 23.10.22, 10–15 Uhr
WenDo: Selbstverteidigung für Frauen
Wendo setzt auf Sich-Durchsetzen und Sich-Wehren mit Sprache, Stimme und Körperhaltung im Vorfeld jeglicher körperlichen Auseinandersetzung. Anmeldung vorab per Mail: kurse@agdz.de. Eintritt: kostenfrei.
Stadtteiltreff AGDAZ in Steilshoop, Gropiusring 43a, 22309 Hamburg

Sonntag, 30.10.22, 15 Uhr

Louise tanzt
Tanzen zu Musik, die Erinnerungen und beschwingte Gefühle weckt! Reservierung unter Tel.: 040/42 10 27 10 oder buergertreff@altonanord.de. Karten im VVK im AWO-Treff Louise Schroeder (Gefionstr. 3) oder an der Veranstaltungskasse. Eintritt: € 5,-, VVK € 3,-.
Bürgertreff Altona-Nord, Gefionstraße 3, 22769 Hamburg

Märkte und Flohmärkte

Freitag, 07.10.22, 19–22 Uhr
Frauenflohmarkt Bergedorf
Marktkauf-Center, 2. Parkebene, Alte Holstenstraße 30, 21031 Hamburg

Samstag/Sonntag, 08./09.10.22, 9–16 Uhr

Antik, Kunst & Handgemacht Markt
Gemeindehaus St. Michaelis Kirche, Englische Planke 2, 20459 Hamburg

Sonntag, 09.10.22, 10–16 Uhr

Flohmarkt Altona, Haus Drei e. V., Hospitalstraße 107, 22767 Hamburg

Samstag, 15.10.22, 8–16 Uhr

Flohmarkt Alte Rinderschlachthalle
Neuer Kamp 30, 20357 Hamburg

Samstag, 15.10.22, 10–15 Uhr

Fahrradflohmarkt Reeperbahn
Spielbudenplatz 21–22, 20359 Hamburg

Sonntag, 16.10.22, 9–16 Uhr

Flohmarkt Uhlenhorst-Immenhof
zwischen Schürbeker Str. und Lerchenfeld, 22087 Hamburg

Sonntag, 16.10.22, 10–17 Uhr

Antikmarkt Poppenbüttel
AEZ, Heegbarg 31, 22391 Hamburg

Samstag, 22.10.22, 12–16 Uhr

Modelleisenbahn- und Spielzeughörse
Hamburg-Haus, Doormannsweg 12, 20259 Hamburg

Samstag, 22.10.22, 8–15 Uhr

Flohmarkt Horner Rennbahn,
Rennbahnstraße 96, 22111 Hamburg

Samstag/Sonntag 29./30.10.22, 10–16 Uhr

Tausendschön – Frauen machen Flohmarkt
Von Frauen präsentiertes, nicht gewerbliches Angebot von 1000 schönen und praktischen Stücken aus den Bereichen Mode, Accessoires, Haushalt, Wohnen, Bücher, Unterhaltung, Technik, Sport, Kurioses. Eintritt: € 1,-.
KUNSTKLINIK, Martinistraße 44

Montag, 31.10.22, 7–16 Uhr

Flohmarkt Ohlsdorf P+R Sommerkamp,
Sommerkamp 31, 22335 Hamburg

Weitere Veranstaltungen – Tipps + Termine finden Sie unter www.semahh.de. Alle Angaben ohne Gewähr. Sie möchten Ihre Veranstaltung bei uns publik machen? Dann schreiben Sie uns: kontakt@senioren-magazin-hamburg.de

Endlich wieder lesen und fernsehen können!

Mott Optik bietet professionelle Problemlösungen bei Augenkrankheiten wie „Altersbedingter Makula-Degeneration“ und „Grünem Star“.



Die Rissener Filiale des Familienunternehmens Mott Optik besitzt eine spezielle Zertifizierung zum „**LowVision-Partner**“ durch die Firma SCHWEIZER, einem der weltweit führenden Hersteller von vergrößernden Sehhilfen.

Hier haben die Spezialistinnen von Mott Optik die entsprechende Ausbildung und eine langjährige Erfahrung.

Bei Mott Optik können Hilfsmittel aller Größen und Preisklassen im Laden ausprobiert werden!

Leselupen kann man natürlich bei fast jedem Optiker kaufen. Doch wer als Low-Vision-Spezialist/in die wirklich perfekte Problemlösung erarbeiten will, muss die unterschiedlichen Lupen und Geräte auch vorrätig haben, um sie zusammen mit dem Kunden auszuprobieren. Da reicht es nicht, nur in Katalogen zu blättern.

Mott Optik nimmt sich Zeit für die Beratung!

Wenn z.B. jemand zu einer zitterigen Hand neigt, wird ihm eine Handlupe nicht helfen. Da braucht man einfach viel Zeit für die Beratung. Deshalb ist Voranmeldung unbedingt erforderlich!

Wenn **Know-how, Produktauswahl und Beratungszeit** zusammen kommen, ist es häufig erstaunlich und erfreulich zugleich, was für gute Ergebnisse sogar bei sehr niedrigen Sehleistungen noch erzielt werden können, auch bei AMD und Grünem Star.

Für die Angehörigen ist es ein beglückendes Gefühl und eine große Beruhigung, wenn die Betroffenen plötzlich wieder mehr am Leben und am Tagesgeschehen teilhaben können.

Mott Optik freut sich auf Ihren Besuch: Wedeler Landstr. 24, 22559 Hamburg-Rissen, Tel. 040-89 80 73 49

Oft hilft schon das richtige Licht!



Spezielle LowVision-Leuchten von SCHWEIZER führen zu einem optimalen Kontrast und damit zu einer deutlich verbesserten Sehleistung. Eine vorher z.B. bei Mott Optik getestete individuelle Lichtfarbe wirkt angenehmer und erleichtert das Lesen, aber auch Handarbeiten, Basteln etc. Gerade bei Makula-Degeneration und Grünem/Grauem Star können diese Leuchten wahre Wunder wirken. Bitte unbedingt ausprobieren!

Auch mit 60+ toll aussehen: mit einer ausdrucksstarken Brille!

Unter dem Motto „Selbstbewusstsein zeigen!“ präsentiert Mott Optik die perfekt passenden Brillen-Kollektionen großer Modemarken!



Langweilige Brillen für die reifere Generation – das war gestern. Heute darf man in jedem Lebensabschnitt ein **selbstbewusstes modisches Statement** abliefern. Was könnte dazu besser geeignet sein als eine unverwechselbare Brille wie z.B. Modelle der Top-Marken **Götti, Chanel, Cartier, Lindberg, Alain Mikli...** Mott Optik bietet in beiden Geschäften eine starke modische Auswahl und lädt zum Aufprobieren ein.

Und was trägt „Mann“ in den besten Jahren? Natürlich die (nicht nur) Männer-Marke **Ray Ban**, auch als Korrektionsbrille.

Neue Tipps vom Mott Optik Team

*Auch in Herbst und Winter, u.a. bei tief stehender Sonne, sind „Übersetzbrillen“ eine sehr sinnvolle Idee nicht nur für Autofahrer. Durch den Schutz vor Licht, Wind und seitliche Blendung und durch die Kontraststeigerung sind sie auch bei unterschiedlichen Augenkrankheiten eine willkommene Erleichterung und eine Prävention gegen Netzhautschäden. **Sitzt über der normalen Brille.***



Sportbrillen für jedes Alter ...

*Mit der gleichen Professionalität, mit der wir die ältere Generation betreuen, kümmern wir uns übrigens um **perfektes Sehen bei Kindern**, gerade wenn es um ganz spezielle Anforderungen geht. Geben Sie diesen Hinweis doch einfach mal in Ihrer Familie weiter!*

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen – und bringen Sie gern viel Zeit mit! Ihr Team von Mott Optik in Rissen

Einfach oder High-Tech – Hilfsmittel vom Spezialisten:

Von der Leselupe bis zur TV-Sehhilfe ...

Für **Altersbedingte Makula-Degeneration (AMD)** oder **Grünen Star** braucht man professionelle Problemlösungen. Unsere Filiale Rissen besitzt dafür eine spezielle **Zertifizierung**. Wir beraten Sie bzw. Ihre Angehörigen gern und unverbindlich. Terminabsprache bitte unter **040-89 80 73 49**.



SCHWEIZER
www.schweizer-optik.de



MOTT | OPTIK

Inhaber: Florian Mott

Wedeler Landstr. 24 · 22559 Hamburg-Rissen · Tel. 040-89 80 73 49
Rübekamp 3 · 25421 Pinneberg · Tel. 04101-2 66 67 · www.mott-optik.de



Virtuelle Zeitreise mit Kaiser Wilhelm

Ein erlebnisreicher Städtetrip nach Wilhelmshaven an der Nordsee

(djd). Die Stadt Wilhelmshaven wurde von ihrem Gründer und Namenspatron geprägt – daraus wird hier an der Nordsee kein Geheimnis gemacht. Und neuerdings können die Gäste eines historischen Virtual-Reality-Rundgangs sogar direkt in Kaiser Wilhelms Zeit um 1900 eintauchen: Im Hafen sehen sie durch eine VR-Brille Wasserflugzeuge zwischen zahlreichen Schiffen starten und landen. Sie erleben eine pompöse Wachablösung und aufständische Matrosen, aber auch den damaligen Alltag in der Innenstadt, wo zwischen den wilhelminischen Prachtbauten plötzlich wieder eine Straßenbahn rattert. „Auf der 90-minütigen Sightseeing-Tour werden die Teilnehmenden mit VR-Brillen an Ort und Stelle in historische Szenarien versetzt“, erklärt Benjamin Buserath, Leiter der Wilhelmshaven Touristik. „So

können sie früher und heute unmittelbar miteinander vergleichen.“ Die mobile Brille funktioniert dabei ganz von allein, ist für Jung und Alt geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse.

Hochseehafen und Meeresmuseen

Wilhelmshaven ist eine der ersten deutschen Städte, die Virtual-Reality-Rundgänge anbietet. Der Besuch an der Nordsee lohnt sich zu jeder Jahreszeit und hat auch im Winter seinen Reiz, wenn im Hochseehafen eine steife Brise weht und Raureif auf der imposanten Kaiser-Wilhelm-Brücke liegt. Sie ist das Wahrzeichen der Stadt und mit einer Spannweite von 159 Metern noch heute Deutschlands größte stählerne Drehbrücke. Beim Stadtrundgang auf eige-

Impressum

Herausgeber
SeMa - Senioren Magazin
Hamburg GmbH

Adresse
Fabersweg 3, 22848 Norderstedt

Telefon
040/41 45 59 97

Fax
040/524 39 72

E-Mail
kontakt@senioren-magazin-hamburg.de

www.
senioren-magazin-hamburg.de

Handelsregister
HRB 19693

Amtsgericht
Kiel

Geschäftsführerin
Silke Wiederhold

E-Mail
kontakt@senioren-
magazin-hamburg.de

Layout und Grafik
Sandra Holst
Mandana Doose

Redaktion
Franz-Josef Krause
Dr. Hergen Riedel
Marion Schröder
Stephanie Rosbiegal
Klaus Karkmann
Corinna Chateaubourg
Alexandra Petersen

E-Mail
redaktion@
senioren-magazin-hamburg.de

Korrektorat
Sibylle Kumm

**Anzeigenannahme
für gewerbliche
Anzeigen**
Herwart Wiederhold
HWWA Werbeagentur GmbH
Tel. 040/524 33 40
h.wiederhold@
senioren-magazin-hamburg.de

Druck
Lehmann Offsetdruck GmbH
Gutenbergering 39
22848 Norderstedt

Erscheinen
10 x jährlich
Druckauflage 56.500
• Nord: 23.000
• West: 23.500
• Ost: 10.000

**Anzeigenschluss
gewerbliche Anzeigen**
Ausgabe November 2022
am 19.10.22

**Verteilung der
Oktober-Ausgabe**
ab 01.11.22

Die Zeitschrift „Senioren Magazin Hamburg“ und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in multimedialen Systemen. Das Urheberrecht für die von SeMa konzipierten Anzeigen liegt beim Herausgeber. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Rücksendung kann nur auf besonderen Wunsch erfolgen und wenn Rückporto beiliegt.



Die Kaiser-Wilhelm-Brücke ist das Wahrzeichen der Stadt und noch heute Deutschlands größte stählerne Drehbrücke.

Foto: djd/www.wilhelmshaven-touristik.de/Rainer Ganske



Seit dem Sommer können Stadtbesucher mit Virtual-Reality-Brillen in Wilhelmshavens Vergangenheit reisen.

Foto: djd/www.wilhelmshaven-touristik.de

ne Faust finden die Besucher an der „Maritimen Meile“ weitere Attraktionen: Das Küstenmuseum erzählt von Piraten, Deicharbeitern und Matrosen, im Marinemuseum sind alte und neue Schiffe zu sehen und begehbar, das Aquarium Wilhelmshaven entführt in Urzeitmeere und heutige Ozeane. Und das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum hat zum 25-jährigen Jubiläum gerade seine neu gestaltete Ausstellung eröffnet, mit interaktiven Medien, Filmen und Hörstationen über die Welt der Wunder im Watt. Unter www.wilhelmshaven-touristik.de gibt es Einblicke in die Museen und Ausblicke per Webcam über den Hafen.

Weihnachtsmarkt am Wattenmeer

Vom 21. November bis 30. Dezember feiert Wilhelmshaven „Weihnachten am Meer“: In der Innenstadt wird ein winterliches Budendorf aufgebaut und festlich beleuchtet. Unter hohen Tannen im Lichterglanz gibt es Glühwein, Bratwurst, gebrannte Mandeln und viele Leckereien. Wer nach Geschenken sucht, findet regionale Spezialitäten und Kunsthandwerk von der Küste. Auf dem Programm stehen weihnachtliche Veranstaltungen und Konzerte, für die Kinder gibt es Karussells und ein Kasperletheater.



NEUERÖFFNUNG

TAGESPFLEGE OSDORF

Fahrer auf
450€-Basis
gesucht

Tagesbetreuung für Senior*innen

- familiäre Atmosphäre
- Entlastung pflegender Angehöriger
- individuelle Betreuung, auch für Menschen mit Demenz
- auch für Empfänger*innen von Grundsicherung
- kostenloser Probetag

PDL Frank Wohlers freut sich auf Sie!

Bornheide 80, Tel. 040-444 65 440
tp-osdorf@diakonie-alten-eichen.de

www.diakonie-alten-eichen.de



SeMa

Auch im Postversand!

Wir bieten Ihnen auch die Zustellung unseres Magazins direkt per Post zu Ihnen nach Hause an. Allerdings müssen wir, um die Porto- und Abwicklungskosten zu decken, eine Gebühr von **€ 3,- pro Ausgabe (Ausland € 5,-)** erheben. Die Mindestlaufzeit beträgt 10 Ausgaben.

Hiermit bestelle ich die nächsten 10 Ausgaben des SeMa (Senioren Magazin Hamburg) ab Monat _____

Name: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Ort: _____

Tel.: _____

E-Mail: _____

Unterschrift: _____

Die € 30,- (Ausland € 50,-) überweisen Sie auf das Konto:
Hamburger Sparkasse, BIC: HASPDEHHXXX
IBAN: DE16 2005 0550 1261 1780 30

Senden Sie diesen Abschnitt an:
SeMa – Senioren Magazin Hamburg GmbH,
Fabersweg 3, 22848 Norderstedt

Freuen Sie sich auf die November-Ausgabe! Erscheinungstag 01.11.22



Sie möchten unsere Printausgaben lesen?

Auf vielfachen Wunsch bieten wir die Zustellung unseres Magazins auch direkt per Post, zu Ihnen nach Hause, an. Allerdings müssen wir, um die Porto- und Abwicklungskosten zu decken, eine Gebühr von € 3,- (Ausland € 5,-) pro Ausgabe erheben. Die Mindestlaufzeit beträgt 10 Ausgaben.

Einfach eine E-Mail senden an: kontakt@senioren-magazin-hamburg.de

Gestalten Sie das Senioren Magazin mit:

Schreiben Sie uns Ihre Geschichten, Erlebnisse, Freud und Leid – wir haben ein offenes Ohr für Sie und drucken vielleicht sogar IHREN Artikel.

SeMa – Senioren Magazin Hamburg GmbH,
Fabersweg 3, 22848 Norderstedt
oder per E-Mail an: kontakt@senioren-magazin-hamburg.de

Sämtliche Ausgaben des Senioren Magazin Hamburg können Sie auch auf unserer Internetseite als E-Paper lesen:

www.senioren-magazin-hamburg.de/online-ausgaben

