RUNDSCHAU
FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK

POHL Autohaus
Starke Marken- kurze Wege!
mazda SUZUKI
www.autohaus-pohl.de

JUNI 2024 14. JAHRGANG • NR.: 5

NACHRICHTEN UND BERICHTE AUS BRAMFELD & UMGEBUNG

Bramfeld feiert 33. Stadtteilfest

Am 3. und 4 Juni feiert Bramfeld sein 32. Stadtteilfest. Neben einem bunten Bühnenprogramm gibt es auch zahlreiche Mitmachaktionen.

In Hamburg gibt es viele Stadtteile und beinahe jeder hat sein eigenes Fest. Auch Bramfeld bildet da keine Ausnahme. Wie engagiert die Menschen hier sind, werden sie beim 33. Stadtteilfest vom 31. Mai bis 2. Juni auf dem Marktplatz Herthastraße erneut unter Beweis stellen.

Der besondere Charakter des Bramfelder Stadtteilfestes besteht darin, dass es nicht kommerziell ausgerichtet ist, denn die Aktiven veranstalten ihr eigenes Fest und stellen sich selbst sowie ihre Gruppen und ihre Einrichtungen vor. Die Besucher haben die Möglichkeit, den Stadtteil kennenzulernen, Kontakte zu knüpfen und mitzumachen. Vereine und Initiativen, Kindergärten und Schulen sowie Institutionen und Parteien präsentieren ihr vielfältiges Angebot und zeigen allen Interessierten, wo man sich in Bramfeld einbringen und aktiv werden kann. Los geht es am Freitag mit einem abwechslungsreichen Bühnenprogramm.

Fortsetzung auf Seite 3

"miet-fix" MASCHINEN & GERÄTE
Vermietung • Verkauf • Reparatur

Bei uns schneiden Sie gut ab!
DOLMAR
Holstenhofkamp 6 • 22041 Hamburg • Telefon: 040 - 656 81 680 • www.miet-fix.de

HERR VON BARF
BARF
HAMBURGER MANUFAKTUR
www.herr-von-barf.de

AUTOteam plus
Kfz-Service JAHNKE GmbH
ŠKODA Service
Urlaubs-Check
inkl. Sichtprüfung aller relevanten Teile wie beispielsweise Bremsen, Achse und Flüssigkeitsstände

39 €
zzgl. Material
Angebot gültig vom 1. bis 30. Juni 2024.
Walddörferstraße 416 • 22047 Hamburg
Telefon 646 000 0 • Fax 646 000 33
www.jahnke-hamburg.de

Befragung zur Qualität in Pflegeheimen

Nach 2019 und 2023 gibt Hamburg Angehörigen von Bewohnerinnen und Bewohnern der 144 stationären Pflegeeinrichtungen auch in diesem Jahr die Möglichkeit, sich in einer anonymen Befragung zur Qualität der Pflege zu äußern. Die Ergebnisse werden in der zweiten Jahreshälfte online veröffentlicht.

In den Hamburger Pflegeeinrichtungen leben ca. 14.500 Bewohnerinnen und Bewohner. Deren benannte Vertrauenspersonen bzw. nachrangig gesetzlich Betreuende wurden von der Sozialbehörde seit Mitte April angeschrieben. Jetzt haben sie nun bis zum 11. Juni die Möglichkeit, anonym die Qualität der Pflegeeinrichtung zu bewerten. „Viele Angehörige kümmern sich auch nach dem Einzug in eine Pflegeeinrichtung engagiert um ihre Verwandten“, erklärt Sozialsenatorin Melanie Schlotzhauer. „Sie kennen deren Bedürfnisse und haben einen guten Überblick zu Aspekten der Betreuung und Versorgung. Es ist ein entscheidender Schritt zur Verbesserung der Qualität und Transparenz in der Pflege, dass dieses Wissen erhoben und veröffentlicht wird. Dies hilft anderen Bürgerinnen und Bürgern bei der Auswahl der passenden Pflegeeinrichtung.“

Der Ablauf

Die Befragung findet online statt. Die Angehörigen erhalten per Anschreiben eine Kennung, mit Hilfe derer sie sich über PC oder Tablet einloggen können. Wem die Nutzung eines Onlinefragebogens nicht möglich ist, kann sich für eine telefonische Befragung an den HamburgService wenden. Dieser steht montags bis freitags von 8 bis 16 Uhr unter Telefon 42828 8000 zur Verfügung.

Die Ergebnisse

Die Ergebnisse der Befragung werden in der zweiten Jahreshälfte online im Hamburger Pflegekompass veröffentlicht. Durch die Teilnahme an der Befragung helfen Angehörige anderen Bürgerinnen und Bürgern, die vor der schwierigen Situation stehen, nach einer passenden Einrichtung zu suchen. Zusätzlich erhalten alle Einrichtungen ihre eigenen Ergebnisse, um diese zur Qualitätsverbesserung zu nutzen. Auch die zuständigen Wohn-Pflege-Aufsichten erhalten Hinweise auf Schwachpunkte in den Einrichtungen, die eine Beratung oder genauere Prüfung nach sich ziehen können.

Gut zu wissen

Mit der Umsetzung und Auswertung der Befragung wurde das Statistische Amt für Hamburg und Schleswig-Holstein beauftragt. Der eingesetzte Fragebogen wurde auf wissenschaftlicher Grundlage vom Deutschen Institut für angewandte Pflegeforschung e. V. (DIP) entwickelt und überarbeitet. An der Befragung im Vorjahr hatten rund 3.000 Personen teilgenommen.

Der Fragebogen und weitere Informationen stehen unter www.hamburg.de/angehoerigenbefragung/ zur Verfügung.

Kräuterwanderung

Eine Kräuterwanderung, die am 23. Juni von 15 bis 18 Uhr auf dem Gelände und im Bauerngarten von Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, stattfindet, vermittelt Wissenswertes über Heilkräuter am Wegesrand. Im Theorieteil erfahren die Teilnehmenden, wie diese als Naturmedizin oder bereichernde Nahrung für unsere Gesundheit eingesetzt werden. Auf der Kräuterführung lernen sie die Sommer-Wildkräuter kennen und bekommen Tipps zur Trocknung und Aufbewahrung sowie zur Verwendung für Hausapotheke und Küche (inkl. Herstellung einer Wildkräuterköstlichkeit und eines Kräutertees).

Die Teilnahme an der Führung, die von Ursula Axtmann (Heilpraktikerin und Kräuterfrau) geleitet wird, kostet 47 Euro. Treffpunkt ist an der KinderForscherWerkstatt. Eine Anmeldung unter www.gut-karlshoehe.de ist erforderlich.

Wir kaufen
Wohnmobile + Wohnwagen
Telefon: 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.

Ausstellung

Noch bis zum 10. Juli zeigt der KUNSTRAUM FARMSEN die Ausstellung „Andere Zeiten“, in der eine breite Palette kreativer Ausdrucksformen wie Malerei, Zeichnung, Fotografie, digitale Fotografie, Kalligrafie und Objekte präsentiert wird. Die Vielfalt der Ausdrucksformen spiegelt die Bandbreite der künstlerischen Arbeiten wider und bietet den Betrachtern die Möglichkeit, in die faszinierende Welt dieser Kunstformen einzutauchen.

Beteiligt an der Ausstellung sind Künstler/innen der Gesellschaft für deutsch-chinesischen Kulturaustausch e.V., die das Ziel verfolgen, den Kunstaustausch zwischen deutschen und chinesischen Künstlern zu fördern. Als unpolitischer Künstlerverband setzt sich die Gesellschaft dafür ein, Künstler/innen sowie Kunstfreundinnen und -freunden eine Plattform zu bieten, um Kontakte zu knüpfen und das gegenseitige Verständnis sowie die Freundschaft zwischen den Kulturen zu stärken und Ausstellungen in Deutschland und China zu ermöglichen.

Die Ausstellung kann jeweils montags bis freitags von 9 bis 19 Uhr im VHS-Zentrum Ost am Berner Heerweg 183 besucht werden. Der Eintritt ist frei.

Albert Karl & Sohn
ST. ANSCHAR VON 1892
Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Fachgeprüfter Bestatter im Handwerk
Inh.: Christian Karl e. K.
Osterstraße 71 · 20259 Hamburg-Eimsbüttel
Telefon (040) 40 62 81 · Fax (040) 49 39 85
Filiale:
August-Krogmann-Straße 139 · 22159 Hamburg-Farmsen/Berne
Telefon (040) 643 46 76
www.karl-bestattungen.de • eMail: info@karl-bestattungen.de

RUNDSCHAU
FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK

Mit Lokalausgaben für:

Farmsen-Berne	Auflage 21.000
Wandsbek	Auflage 57.900
Bramfeld	Auflage 25.000

Erscheint im Rundschau Verlag e.K. Astrid Hannemann (V.i.S.d.P.)
Wandsbeker Zollstraße 141 - 143
22041 Hamburg • Telefon (040) 500 363 03
E-Mail: info@rundschau-hamburg.de
Homepage: www.rundschau-hamburg.de
und wird kostenlos an die Haushalte des Einzugsgebietes verteilt.
Herstellung: Boyens MediaPRINT GmbH & Co. KG
Vom Verlag erstellte Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Sämtliche Nutzungsrechte für die von ihm gestalteten Anzeigen, Bild- und Wortbeiträge liegen beim Verlag. Eine Übernahme, auch auszugsweise, nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung.
Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 15 vom 01.01.2022

Buntes Fest mit zahlreichen Attraktionen

Fortsetzung von Seite 1

Hier präsentiert Hexe Knickebein um 15.30 ihre Lieblingslieder für Kinder. Auch verschiedene Bands, wie Big Band Port Hamburg e. V.: Early Birds und Jazzy Buskers (Jugend-Big-Band Sound aus dem Norden Hamburgs, 16.30 Uhr) sowie Gudebånd Duo (Pub-Rock und Live Mucke, 18 Uhr) werden auf der Bühne stehen und für einen angenehmen Nachmittag sorgen. Der Abend wird dann von „Bramfelds Best Choice“ – einem Jazz-, Rock-, Pop-Chor aus dem Brakula (17.45 Uhr) und Lazy Sunday (fetter Sound mit treibendem Groove, 21 Uhr) sowie DJ Marc Hunnenberg (ab 18 Uhr) gestaltet. Da kann sich der Stadtteil echt hören lassen. Alle, die sich heiß getanzt haben, können sich am Getränkestand erfrischen.

Aktionen für Kinder

Am Samstag kann man auf dem Marktplatz Herthastraße dann kräftig weiterfeiern. Der Tag beginnt um 11 Uhr mit Abrax Kadabrax, einem offenen Mitmachzirkus für Kinder. Im Anschluss gibt es bis 24 Uhr zahlreiche Angebote für die Besucher/innen, wie beispielsweise einen Riesensandkasten, Karussells, Trampolin und vieles mehr.

Ein buntes Programm läuft zudem auf den beiden Bühnen, auf denen sich „Gymnastica“ mit Tanz und Akrobatik, verschiedene Bands sowie Lisa Marie Ramm, die Gewinnerin von „The Voice Kids“ mit Band (17 Uhr) und DJ Marc Hunnenberg präsentieren.

Ein Wochenende lang verwandelt sich der Marktplatz Herthastraße in eine Feiermeile.

Gottesdienst

Der Sonntag beginnt um 11 Uhr traditionell mit einem ökumenischen Gottesdienst. Danach gibt es bis 18 Uhr wieder ein buntes Programm, bei dem sich Institutionen aus dem Stadtteil vorstellen, Ballonskulpturen von Ballonetti zu bestaunen sind und Horsch Erwachsene sowie Kinder verzaubert. Außerdem gibt es Kinderschminken und Ballontiere sowie eine Rallye für Kinder, bei der sich die Mädchen und Jungen verschiedenen Aufgaben stellen können und damit ihre Stempelkarte füllen. Am Ende erhalten sie dafür einen kleinen Preis. Außerdem verschönern das Musikkorps der Freiwilligen Feuerwehr Bramfeld, Step by Step, der Seemannschor, MitTANZ Bramfeld, der Bramfelder Stadtteilchor und viele weitere Akteure den Nachmittag.

Wer lieber zum Schlendern, Schlemmen und Schnacken kommen möchte, ist auf dem Fest natürlich ebenfalls gut aufgehoben. Stände mit zahlreichen kulinarischen Leckereien sorgen für das leibliche Wohl der kleinen und großen Besucher.

Kommen Sie zum Stadtteilfest, staunen Sie und machen Sie mit. Die Aktiven freuen sich auf zahlreiche Besucher/innen und jede Menge gute Laune. Der Eintritt ist frei. Die Veranstaltung wird im Auftrag der Sozialraum AG vom Bramfelder Kulturladen (Brakula) sowie der Marktplatz Galerie organisiert und vom Bezirksamt Wandsbek gefördert.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER RUNDSCHAU ERSCHEINT AM 21. JUNI

Langer Tag der StadtNatur

Beim Langen Tag der StadtNatur am 15. und 16. Juni lassen mehr als 200 Veranstaltungen Stadtbewohnerinnen und -bewohner die Natur ganz neu entdecken. Der Schwerpunkt 2024 widmet sich der teilweise hoch spezialisierten Vielfalt in der heimischen Flora und Fauna. Doch nicht nur die Stadtnatur ist extrem – die Vielfalt der diesjährigen Veranstaltungen für alle Altersklassen ist es auch!

Das breit gefächerte Angebot umfasst Führungen zu Land und zu Wasser, zu Fuß, mit dem Fahrrad oder Boot, Aktionen für Kinder und Familien, für Kreative und Wissensdurstige. Achtsamkeits-Veranstaltungen helfen, die Sinne zu schärfen, Harmonie zu erfahren, die eigene Mitte auszuloten und auf die feinen Stimmen der Natur – den Wind im Gras, die Biene im Flug, das Zwitschern in den Baumkronen – zu lauschen.

Viele der weit mehr als 200 Veranstaltungen sind kostenlos, die anderen günstig. Das gesamte Programm gibt es unter www.tagderstadtnaturhamburg.de sowie in der App „Natürlich Hamburg!“. Anmeldungen zu den einzelnen Veranstaltungen sind seit dem 27. Mai möglich.

Baumkundliche Führung auf dem Ohlsdorfer Friedhof.

Zur Einstimmung

Schon seit dem 14. Mai heißt es bei den Bücherhallen der Stadt „Hamburg blüht auf!“. Hier werden wieder 20.000 kostenfreie Samentütchen verteilt, mit denen Naturfreundinnen und -freunde im eigenen Garten, auf dem Balkon oder der Fensterbank heimische Pflanzen ziehen können. Außerdem finden Aktionen statt, wie beispielsweise das Bilderbuchkino in der Bücherhalle Bramfeld, Herthastraße 18, bei dem am 14. Juni, ab 16 Uhr „Oskar der Insektenforscher“ auf dem Programm steht. Im Anschluss gibt es eine Bastelaktion. Interessenten melden sich bitte per Mail unter bramfeld@buecherhallen.de, telefonisch unter 040 / 641 59 33 oder vor Ort an.

Stadtteilführung

Aktuell gibt es in Hamburg 20 Geschichtswerkstätten, zu denen auch das Stadtteilarchiv Bramfeld gehört. Sie befassen sich mit den Alltagsgeschichten der Menschen vor Ort, sammeln Stadtteilfotos und Dokumente, betreiben Archive, veranstalten stadtteilgeschichtliche Ausstellungen, erarbeiten Publikationen und bieten Rundgänge an.

Einen dieser Rundgänge veranstaltet das Stadtteilarchiv Bramfeld am 25. Juni und am 26. Juni: Im Rahmen einer Fahrradtour zeigt Gudrun Wohlrab geschichtsträchtige Orte, besondere Gebäude und die grüne Seite von Bramfeld. Die Touren dauern ca. drei Stunden und eignen sich für alle, die ihren Stadtteil besser kennenlernen möchten oder hinzugezogen und neugierig auf die Geschichte ihres neuen Wohnortes sind. Los geht es an beiden Tagen um 18.30 Uhr am Stadtteilarchiv im Försterhaus an der Bramfelder Chaussee 261. Die Teilnahme kostet 7 Euro. Eine Anmeldung unter Telefon 691 51 21 ist erforderlich.

HAMBURGER VOLKSHOCHSCHULE REGION OST
Berner Heerweg 183 • 22159 Hamburg • Telefon 428 853-0 • Fax 428 853 284 • www.vhs-hamburg.de

Die VHS Ost im Juni

Im Juni startet die Hamburger Volkhochschule mit vielen neuen Kursen – sowohl online als auch vor Ort im VHS-Zentrum Ost in Farmsen. Die Online-Kurse finden mit ZOOM (www.zoom.us) statt. Der Link zum Kurs wird vor Beginn per Mail mitgeteilt. Für die Teilnahme werden PC- und Internetgrundkenntnisse vorausgesetzt. Außerdem werden ein Computer mit Internet-Zugang und ZOOM-App sowie mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon und eine Mail-Adresse benötigt.

Sprachkurse

Für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse hat die VHS Ost folgende Kurse im Angebot:
Französisch für die Reise – 8.6., 14.45 bis 18 Uhr sowie 11.6., 13.6., 18.6. und 20.6. jeweils 16.30 bis 18 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (5 Termine, 82 Euro)
Französisch für den Beruf, Intensivkurs – ab 18.6. (dieser Kurs findet Di., Do. und Sa. im Wechsel statt) jeweils 18 bis 19.30 Uhr, online (12 Termine, 166 Euro)

Thaiküche für Chilibegeisterte

In der thailändischen Küche werden die Gerichte schon seit der Antike mit Kleintieren und Fischen gekocht. Um diese zu konservieren, wurde bereits damals viel Chili zugesetzt. Auch heute sind scharfe Gerichte in Thailand die Regel. Im VHS-Kurs „Authentisch scharf – Thaiküche für Chilibegeisterte“ tasten sich die Teilnehmenden an die Schärfen traditioneller Speisen heran und lernen die nötigen Tipps und Tricks aus erster Hand. Mitzubringen sind bitte eine Schürze und bei Bedarf Getränke. Auch Gefäße für evtl. übriggebliebene Köstlichkeiten sind empfehlenswert. **Termin:** 4.6., 16 bis 21.45 Uhr (1 Termin, 61 Euro)

Yoga & Meditation

Früh am Morgen, bevor der Alltag beginnt, trifft sich dieser Online-Kurs, um diese besondere Zeit gemeinsam zu erleben. So können die Teilnehmenden bewusst und gestärkt den Tag beginnen. Yoga ist eine aus Indien stammende, etwa 5.000 Jahre alte philosophische Lehre. Sie umfasst eine Reihe meditativer und körperlicher Übungen. Die Teilnehmenden werden gebeten, ihren Übungsplatz zu Hause vorzubereiten mit bequemer Kleidung, einer Decke sowie Sitzkissen oder Stuhl. **Termine:** 10.6. bis 14.6., jeweils 7 bis 8 Uhr (5 Termine online, 48 Euro)

Salsa

Dieser Kurs bietet Anfängerinnen und Anfängern sowie Fortgeschrittenen eine Einführung in die Salsa, die ihre Wurzeln in den traditionellen Tänzen Cubas, wie zum Beispiel Son, Mambo, Cha Cha Chá und Rumba hat. Eine Anmeldung zu dem Kurs ist nur als Paar möglich. Mitzubringen sind bitte flache, bequeme (Turn-) Schuhe. **Termine:** ab 11.6., jeweils Di., 20 bis 21.30 Uhr (6 Termine, 66 Euro)

Fluffige Hefeteige selbstgemacht

Mit etwas Mehl, Hefe, Wasser und/oder Milch sowie wenigen weiteren Zutaten lassen sich köstliche Hefegebäcke herstellen. Ob klassischer Zwiebel- oder Butterkuchen, Kräuter- oder Schokoladen-Faltenbrot, Hefeschnecken mit Creme- oder Pizzafüllung – den Variationen sind keine Grenzen gesetzt. Die Teilnehmenden erlernen die fachgerechte Herstellung herzhafter und süßer Hefeteige, deren Führung, sowie die unterschiedliche Formgebung der Teiglinge. Mitzubringen sind bitte eine Schürze und bei Bedarf Getränke. Auch Gefäße für evtl. übriggebliebene Köstlichkeiten sind empfehlenswert. **Termin:** 15.6., 10 bis 16 Uhr (1 Termin, 65 Euro)

Analoge Fotografie

In diesem Kurs werden die Teilnehmenden im analogen Labor mit Licht und Chemie arbeiten. Die Fotomotive entstehen ohne Kamera auf s/w Papier. Es wird erlernt, einen Schwarz-Weiß-Film zu belichten und diesen selbst zu entwickeln. Danach werden die Fotos vergrößert und können experimentell bearbeitet werden, z.B. mit den Effekten von Schwammentwicklung oder durch das Hinzufügen von Motiven, die nicht mit der Kamera aufgenommen wurden. Mitzubringen ist bitte ein s/w Film mit 36 Aufnahmen. **Termine:** 15.6. und 16.6., jeweils 11 bis 17 Uhr (2 Termine, 152 Euro)

Sanftes Training für Ältere

Dieser Kurs richtet sich an alle, die aus unterschiedlichen Gründen die Beweglichkeit für den Alltag trainieren möchten. Mit leichtem Aufbau- und Krafttraining sollen die Ausdauer, das Gleichgewicht und die Gehfähigkeit verbessert werden. Koordinationsübungen mit Kleingeräten, auch als Partner- oder Gruppenübung, Entspannungseinheiten, Atemerfahrungen und -schulung sowie Beckenboden- und Aufmerksamkeitsübungen, Sturzprophylaxe und bewegtes Gedächtnistraining sind Teil des vielfältigen Programms. Im Kurs wird auf gesundheitliche Einschränkungen Rücksicht genommen, die Teilnehmenden trainieren entsprechend ihrer körperlichen Voraussetzungen. **Termine:** ab 17.6., jeweils Mo., 10 bis 11.30 Uhr (10 Termine, 110 Euro)

Der essbare Balkon

In diesem Kurs erfahren die Teilnehmenden, worauf Sie achten müssen, wenn sie Balkon oder Terrasse zum Obst- und Gemüseanbau nutzen wollen: Welche Pflanzen und Gefäße eigenen sich besonders gut für welchen Standort? Welche insektenfreundlichen Begleiter passen? Wie pflanze ich in der Vertikalen? Worauf muss bei der Pflege geachtet werden? Kann ich auf dem Balkon kompostieren? Ein Foto und ggf. Maße der Balkon-/Terrassengrundfläche können gerne mitgebracht werden. **Termin:** 22.6., 10 bis 13 Uhr (1 Termin, 20 Euro)

Kräuterwanderung

Viele essbare Wildkräuter zeigen sich erst im Sommer. Gerade dann lassen sich auch essbare Blüten finden, die nicht nur gesund sind, sondern jedes Essen zu einem Augenschmaus machen. Die Teilnehmenden entdecken die Schätze ihrer Region. Die Kräuterwanderung findet in einem Naturschutzgebiet statt, damit möglichst viele Kräuter und Früchte entdeckt und bestimmt werden können, allerdings dürfen die Pflanzen hier nicht geerntet werden. **Termin:** 23.6., 16.30 bis 18.45 Uhr (1 Termin, 15 Euro) **Naturschutzgebiet Höltigbaum, Haus der wilden Weiden, Eichberg 63**

Alle Kurse finden, sofern nicht anders angegeben, im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183, statt. Das Team informiert und berät telefonisch unter der Rufnummer 428 853-0 oder per Mail unter ost@vhs-hamburg.de. Alle genannten Kurse sowie viele weitere gibt es auch unter www.vhs-hamburg.de.

WERNER KÜRSTEN
seit 1948
Kartonagen und Verpackungsmittel

• Anfertigung von Voll- und Wellpappkartonagen
• Versandhülsen & alles für den Paketversand
• An- und Verkauf von gebrauchten Kartons
Walddörferstraße 376 b • 22047 Hamburg-Wandsbek
Tel.: 040-66 77 30 • www.kuersten.de

Trikotaktion der Sparkasse Holstein

Bereits zum 18. Male führt die Sparkasse Holstein ihre beliebte und bewährte Vergabeaktion „Die Sparkasse Holstein kleidet die Sportjugend ein“ durch. Noch bis zum 17. Juni können sich alle Nachwuchsmannschaften im Geschäftsgebiet der Sparkasse in Ostholstein, Stormarn, Norderstedt und Hamburg auf www.sparkasse-holstein.de/trikot für ein neues und vor allem attraktives Outfit für ihr Team bewerben.

„Mit unserer Vergabeaktion wollen wir den jungen Sportlerinnen und Sportlern sowie den Vereinen in der Region auch in unserem Jubiläumsjahr ordentlich Rückenwind geben“, erläutert Helge Schoof, Regionalleiter Privatkunden, die Intention der Sparkasse. Insgesamt 120 Nachwuchsteams stattet die Sparkasse Holstein im Rahmen der Trikotaktion mit neuen Outfits aus. Dabei können die Sportlerinnen und Sportler selbst entscheiden, welche der angebotenen Bekleidung sie aktuell benötigen. Im Programm stehen wieder allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern Trikotsätze, Hoodies, Trainingsanzüge und Regenjacken zur Auswahl.

Freuen sich auf die diesjährige Trikotaktion: Die Fußballer vom SC Union Oldesloe.

Das Voting

Ermittelt werden die Sieger in diesem Jahr erneut in dem bewährten dreistufigen Votingverfahren: Im öffentlichen Online-Voting darf die Bevölkerung vom 25. bis 27. Juni auf der Aktionsseite die ersten 40 Gewinnerteams bestimmen. Anschließend sind in Stufe zwei die moingiro!-Kundinnen und -Kunden der Sparkasse gefordert: Vom 2. bis 9. Juli voten sie für die zweiten 40 Gewinnerteams. Dazu Helge Schoof: „Bei diesem Verfahren wird unser moingiro! quasi zum Konto mit Stimme. Damit werten wir unsere Mehrwertkontowelt noch weiter auf!“ Damit auch kleinere Vereine und Sportarten, die nicht so breit vertreten sind, eine reelle Siegchance haben, ermittelt eine Jury in der dritten Stufe die restlichen 40 Gewinnerteams.

Die Gewinner

Alle 120 Vereine, die am Ende bei der Trikotaktion gewonnen haben, gibt die Sparkasse Holstein ab dem 12. Juli auf der Aktionsplattform bekannt.

Sommerkonzert

Mit einem Konzert, für das der musikalische Leiter und Dirigent, Kazuo Kanemaki, wieder ein sehr interessantes und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt hat, wird der Seemanns-Chor Hamburg am 2. Juni auf den Sommer einstimmen. Als Gastchor dabei ist der Kanemaki-Chor – ein gemischter Chor und wie der Seemanns-Chor eine Abteilung im Verein der Hamburger. Sein Repertoire aus einem breiten Spektrum an klassischer Chorliteratur, Volksliedern und Kompositionen aus Musicals verspricht eine tolle Ergänzung.

Die Freude am Singen und der neue Schwung des Chores, der durch weitere Mitglieder verstärkt wurde, werden auch im Konzert zu spüren sein. Es findet im Körber-Haus, Holzhude 1 (Bergedorf), statt und beginnt um 16 Uhr. Karten zum Preis von 12 bis 22 Euro gibt es unter www.seemannschor-hamburg.de, unter Telefon 524 71 314 oder direkt an der Konzertkasse des CCB Bergedorf, Telefon 720 04 258.

Mozart-Soirée

Das Wandsbeker Sinfonieorchester (WSO) lädt am Juni, um 19 Uhr ein zu einer Mozart-Soirée in die Aula der Rudolf Steiner Schule, Rahlstedter Weg 60, ein. Auf dem Programm stehen unter der Leitung des Dirigenten Wolf Tobias Müller Mozarts berühmte Sinfonia concertante in Es-Dur für vier Soloinstrumente (Flöte, Oboe, Fagott, Horn) und Orchester, das anspruchsvolle Violinkonzert Nr. 5 A-Dur sowie seine – auch bei den Musikern selbst – sehr beliebte Sinfonie Nr. 40 g-Moll. Dazu passt das ca. 200 Jahre später von Carl Arnold komponierte 1. Konzert für Klarinette und Streichorchester.

Freuen Sie sich auf einen Abend mit Restauration, gestellt von Lehrern, Eltern und Schülern einer 8. Klasse der Schule. Die Solisten Ulrich Sennhenn, Britta Mißfeld und Uwe Stephenson sind Mitglieder des WSO, der Hornist Sebastian Seidel und die Violinistin Dorit Essaadi aus Berlin sowie der Hamburger Klarinettist Stephan Dickmann stoßen freundlicherweise dazu.

Wolf Tobias Müller

Karten zum Preis von 15 Euro sind im Vorverkauf im VHS-Zentrum Ost (Berner Heerweg 183), im Wein-Shop (EKT Farmsen) und bei Eventim.de (Suche: WSO) erhältlich. An der Abendkasse kosten sie 20 Euro.

Landhaus RESTAURANT

WIR BIETEN IHNEN UNSERE UNVERGLEICHLICH DEUTSCH-ÖSTERREICHISCHE KÜCHE

Reservieren Sie rechtzeitig Ihren Tisch und genießen Sie unsere köstlichen Gerichte in gemütlicher Atmosphäre.

Genießen Sie bei uns wechselnde saisonale Gerichte.

AUCH ONLINE BESTELLEN & ABHOLEN

Ausreichend Parkplätze hinterm Restaurant mit direktem Eingang vorhanden.

Gerne richten wir Ihre Familien-, Firmen- und Geburtstagsfeier aus.

Dienstag - Freitag 15-22 Uhr, Samstag 12-22 Uhr, Sonn- und Feiertags 12-21 Uhr · Montag Ruhetag

Berner Allee 2 a · 22159 Hamburg (Berne)
Telefon 040-55 61 06 72
info@landhaus-restaurant-hamburg.de
www.landhaus-restaurant-hamburg.de

einkaufs treffpunkt farmsen

1.000 kostenlose Parkplätze P

Mo. - Sa. bis 20 Uhr geöffnet! I www.ekt-farmsen.de

Anzeige/Sonderveröffentlichung

Tolle Aktionen und Angebote auch im Juni

Shoppen macht glücklich – im Einkaufstreffpunkt Farmsen auf jeden Fall! Hier sorgen ein attraktiver Branchenmix in modernen Fachgeschäften sowie verschiedene Gastronomiebetriebe für ein besonderes Einkaufserlebnis. Außerdem gibt es immer wieder tolle Angebote und Aktionen, auch im Juni.

Mid Season Sale

T-Shirts, Sweatshirts, Jacken, Jeans und Kleider oder auch Accessoires – wer sich schon für den Sommerurlaub eindecken möchte, sollte jetzt in den Einkaufstreffpunkt Farmsen kommen. Denn hier locken viele Modeanbieter zurzeit mit dem Mid Season Sale, einer Art Zwischenschlussverkauf, bei dem saisonale Kollektionen zu stark reduzierten Preisen angeboten werden. Mit dem Ausverkauf der aktuellen Ware soll genügend Platz für neue Kollektionen geschaffen werden.

Bijou Brigitte lockt mit attraktiven Preisnachlässen.

Attraktive Preisnachlässe gibt es aktuell beispielsweise bei Bijou Brigitte.

Stilvolles für den Sommer

Für echtes Urlaubs-Feeling in den eigenen vier Wänden bietet Nanu-Nana verschiedene Einrichtungsstile, die so vielfältig sind, wie jeder Einzelne von uns. Egal, ob Skandi-Style, Boho-Chic, Landhausstil, maritimes oder mediterranes Flair, kräftige Farben, Natur- oder Japandi-Look – hier wird garantiert jeder fündig. Die wechselnden Dekorationsartikel und Wohnaccessoires sorgen für jede Menge Inspiration – drinnen wie draußen.

Was dann noch fehlt, ist eine zünftige Grillparty. Im Einkaufstreffpunkt Farmsen finden ambitionierte Griller genau das richtige Zubehör. In den hier ansässigen Supermärkten sowie bei Dehning gibt es Grillfleisch und Würstchen in bester Qualität, bei Tee & Gewürze eine Riesenauswahl an Dips und Saucen und im Fischhaus Farmsen Leckereien aus dem Meer. Vegetarische Beilagen wie Paprika oder Mais bereichern die Grillplatte. Dazu passen am besten ein edler Tropfen aus dem Wein-Shop oder ein kühles Bier.

Perfekte Sonnentage, laue Sommernächte – bei einer Auszeit zu Hause lässt es sich am besten entspannen.

Inspirationen in Sachen Mode und Textil liefern die Bekleidungsfachgeschäfte des Centers.

Sommerliches Schuhwerk gibt es bei Deichmann.

Gut gerüstet in den Urlaub

Für viele Menschen ist der Urlaub die schönste Zeit im Jahr. Um unterwegs für alle kleineren Zwischenfälle gut gewappnet zu sein, gehört eine vollständige Reiseapotheke mit ins Gepäck. Diese sollte frühzeitig vor dem Reiseantritt ausreichend mit den wichtigsten, dem Reiseziel entsprechenden, Medikamenten gefüllt sein. Am besten prüft man anhand einer Checkliste, ob die empfohlenen Medikamente und Hilfsmittel vollständig enthalten sind und das Verfallsdatum noch nicht überschritten ist.

Gerne hilft die Center-Apotheke bei der Zusammenstellung und Komplettierung der Reiseapotheke. Am besten bringt man seine Checkliste in die Apotheke mit und bespricht diese entsprechend den individuellen Bedürfnissen und dem Reiseziel – damit man entspannt reisen und die freien Tage unbeschwert genießen kann. Zudem ist es empfehlenswert, den Impfpass zu prüfen und erforderliche Impfungen nachzuholen. Wer mit dem Auto unterwegs ist, sollte vorher den Verbandskasten auf Vollständigkeit und Gültigkeit überprüfen. Was fehlt, ist in der Center-Apotheke ebenfalls zu bekommen.

Kostenlos Parken

Für ihren Einkauf stehen den Kundinnen und Kunden im direkten Bereich des Centers mehr als 1.000 kostenlose Parkplätze zur Verfügung. Außerdem können zusätzlich insgesamt 18 Ladestationen für Elektrofahrzeuge genutzt werden, die sich gegenüber der Zufahrt zum Parkdeck befinden.

Neben mehr als 1.000 kostenlosen Parkplätzen stehen auch 18 Ladestationen für Elektrofahrzeuge zur Verfügung.

Scharf auf Genuss?

© Allesandro Paiella

Für jeden Geschmack!

einkaufs treffpunkt farmsen

www.ekt-farmsen.de

... mehr als Einkaufen!

Montag - Samstag bis 20.00 Uhr geöffnet!

Über 1.000 kostenlose Parkplätze!

18 Ladestationen für Elektrofahrzeuge!

GRILLEN Spezial

Feuer frei für die Grillsaison 2024

Irgendwann im Jahr weiß man einfach, dass es Zeit ist für Genuss und Geselligkeit – Zeit für ein leckeres Steak oder herzhaftes Würstchen, ein herrlich kühles Getränk und für Familie oder Freunde. Egal, ob im Garten, auf dem Balkon, im Park oder anderswo: Grillen geht immer.

Grillen ist Kult und begeisterte Anhänger finden sich in allen Bevölkerungsgruppen sowie in allen Altersklassen – ob jung oder alt, Rentner oder Student, Geschäftsführer oder Angestellter. Stolze 38 Prozent der Frauen geben an, dass sie sehr gern grillen. Noch leidenschaftlicher sind die Männer: Hier bekunden 76 Prozent, dass ein Sommer ohne Grillen für sie nicht in Frage kommt.

Wenn Männer sich die Schürzen umbinden, verwandeln sie sich wieder in den Ur-Ernährer der Familie und lassen sich nicht Reinreden. Doch der ein oder andere Streit um die beste Grillmethode legt sich schnell, wenn das erste Stück Fleisch braun gebrannt und saftig den Grill verlässt. Mit vollem Mund bespricht man den Tag oder tauscht sich über die neue Marinade aus. Dieses Gefühl von Abenteuer und Freiheit ist es, das jedes Grillfest zu einem unvergesslichen Erlebnis macht. Damit Ihr nächster Grillnachmittag oder -abend gelingt, haben wir für Sie Wissenswertes und Angebote rund um die beliebte Freizeitbeschäftigung zusammengestellt.

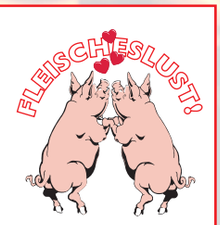
Fleisch oder Fisch? Am liebsten beides!

Das Geheimnis von perfekt gegrilltem Fleisch fängt schon beim Einkauf an. Wenn es um frisches, saftiges Grillfleisch oder leckere Grillwurst in verschiedenen Geschmacksrichtungen geht, schaut Uwe Knoll von der gleichnamigen Fleischerei in der Hermann-Balk-Straße 114 ganz genau hin. Er verwendet nur die beste Ware und sorgt dafür, dass Ihr Grillfleisch hochwertig verarbeitet und streng kontrolliert zu Ihnen gelangt. „Das A und O für den Grillerfolg sind Qualität sowie geeignete Stücke“, sagt der Fleischermeister. „Am besten nimmt man die marmorierten, also leicht durchwachsenen Fleischstücke, denn zu magere Teile können schnell trocken und zäh werden“, erklärt der Profi und ergänzt: „Wer das anhaftende Fett nicht mag, kann es nach dem Grillen abschneiden.“ Damit das Brutzeln ein voller Erfolg wird, bietet die Fleischerei Knoll eine große Palette täglich frisch zubereiteter Grillspezialitäten: köstliche Steaks von Rind, Schwein, Pute oder Lamm (natur, verschieden mariniert oder fertig gewürzt), Geflügel oder hausgemachte Würstchenspezialitäten, wie z.B. Käsewürstchen und die grobe Männer-Bratwurst – scharf gewürzt mit Chili und Kräutern.

Aber nicht nur Fleisch und Würstchen kommen auf den Grill, auch Fisch und Meeresfrüchte lassen sich gut zubereiten. Beides ist leicht verdaulich, versorgt uns mit hochwertigem Eiweiß, ist durch den hohen Jod- und Mineralstoffgehalt sehr gesund. Durch das enthaltene Omega-3-Fett sind die Spezialitäten aus dem Meer außerdem kalorienarm.

Fisch für den Grill sollte man immer frisch kaufen, denn gefroren ist er schon trocken. Am besten eignen sich Dorade, Lachs und Forelle, aber auch Hering oder Makrele. Lecker sind zudem Scampi oder Garnelen, die man samt Schale verarbeiten kann. Auch Fisch und Meeresfrüchte lassen sich sehr gut marinieren. Doch ob es eine Marinade asiatischer Art mit Soja- oder Teriyakisoße oder lieber etwas Klassischeres sein soll, bleibt jedem selbst überlassen.

Leckereien für den Grill!



- Steaks vom Rind, Schwein, Lamm oder Geflügel (natur oder mariniert)
- verschiedene Grillwürste (z.B. Schinken- und Käsewurst, Hamburger Bratwurst, Männerbratwurst)

Alles frisch aus Meisterhand: zart, saftig und herzhaft gewürzt!

FLEISCHEREI
UWE KNOLL
www.fleischerei-knoll.de
Hermann-Balk-Straße 114 • 22147 Hamburg
Telefon 644 97 83

SPARERIBS

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN:

- 1 kg Schälrippchen
- 125 g Ketchup
- 50 g Honig
- 2 EL Olivenöl
- 80 ml Ananassaft
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL frische Kräuter

ZUBEREITUNG:

Ananassaft, Ketchup, Honig und Öl in einer flachen Schüssel oder einem Teller verrühren. Danach die Kräuter und den Knoblauch dazu geben und alles gut miteinander vermengen. Rippchen mit dem Knochen nach oben in die Marinade legen, so dass alles bedeckt ist. Über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Je nachdem wie „durch“ die Spareribs sein sollen, beträgt die Grillzeit bei mäßiger Hitze 10 bis 12 Minuten. Dabei die Spareribs so oft wie möglich wenden, also nicht zuerst die eine und dann die andere Seite grillen. Zum Ende der Grillzeit wird noch etwas Marinade auf das Fleisch gestrichen.

GRILLEN Spezial

Dips verfeinern jede Grillparty

Eines steht fest: Saucen und Dips gehören zum Grillen ebenso dazu wie Fleisch, Würstchen, Fisch, Meeresfrüchte und knackiges Gemüse. Wer Spaß daran hat, Neues zu probieren, der sollte das Geschäft „Tee & Gewürze“ in der oberen Ladenstraße des Einkaufstreffpunktes Farmsen besuchen. Denn hier bietet Wolfgang Wagner neben leckeren Dip-Sorten, die sich leicht zubereiten lassen (siehe Kasten rechts), viele weitere Produkte für eine gelungene Grillparty.

Experte Wolfgang Wagner bietet alles für eine gelungene Grillparty.

Über 90 verschiedene Gewürze hält der Experte bereit und bietet den Kundinnen und Kunden außerdem ein Sortiment an Senf, der unter anderem in den Geschmacksrichtungen Chili und Ingwer sowie in zehn weiteren erlesenen Variationen zum Probieren erhältlich ist. Neben Orangen-Salz und Schwarzem Meer-Salz finden Genießer zudem 24 verschiedene Dips beziehungsweise Gewürze wie beispielsweise „Kartoffel-Quark-Dip“, „Dip Bella Italia“ oder „Quarkgewürz Art der Provence“. Neu eingetroffen sind Essig-Kreationen in fünf Geschmacksrichtungen, darunter Mango und Himbeere. Upgrade Saucen wie Whisky-Soße oder Ananas-Jalapeño-Soße runden das umfangreiche Angebot ab. Ein schönes Mitbringsel für die Gastgeber sind übrigens liebevoll zusammengestellte Grill-Geschenksets und die Klappkarte „Grillparty“ sowie Essig und Öl in Geschenkflaschen, die auch im Mini-Format erhältlich sind.

Am besten, Sie schauen gleich einmal bei „Tee & Gewürze“ vorbei, denn Wolfgang Wagner berät Sie gern umfassend und kompetent.

DIP IT!

Leckere Dips eignen sich zu Gegrilltem ebenso wie zu Chips, Crackern oder Gemüsesticks. Ob Sie sich dabei für Bruschetta (mit oder ohne Knoblauch), Café de Paris (mit Kurkuma und Curry), Salsa-Dip (mexikanische Gewürzmischung - scharf), Zaziki-, Kräuter-Käse- oder Knoblauch-Senf-Dip entscheiden, bleibt Ihrem Geschmack überlassen. Das Beste ist, dass man die Dips mengenmäßig individuell herstellen kann. So können sich auch noch ein paar Gäste mehr einfinden.

ZUBEREITUNG

1 - 2 Essöffel des entsprechenden Dip-Pulvers in Schmand, Joghurt oder Quark einrühren. 15 Minuten ziehen lassen und genießen.

TEE & GEWÜRZE

200 verschiedene Teesorten

über 90 verschiedene Gewürze
20 verschiedene Brände und Liköre

Grillzeit ist Dipzeit!

NEU

- **Dip Salsa**
- **Dip Südamerika**
- **Paprikabuttergewürz**
- **Grill- und Steakbuttergewürz**

...und viele mehr

Außerdem: verschiedene Senf- und Salzsorten sowie Balsamessige.

...und natürlich jede Menge Zubehör und Geschenke rund um den Tee wie z.B. Kannen, Becher, Service, Gläser, Dosen, Honig, Marmeladen, Kekse und vieles mehr

EKT Farmsen · Obergeschoss · Telefon 645 09 809

Kühle Drinks für feurige Stunden

In einer Hand der Teller mit den leckeren Grillspezialitäten und Gemüse und in der anderen eine kühle Erfrischung – das und liebe Freunde sind die perfekten Zutaten für eine gelungene Grillparty. Ein frisches Pils vom Fass oder ein spritziges Alsterwasser sind die idealen Begleiter des Grillfestes. Christl Stark vom Haus der 131 Biere in Bramfeld hat den Import von ausländischen Bieren mit Leidenschaft vorangetrieben, so dass mittlerweile rund 150 verschiedene Biere aus ca. 50 Ländern im Angebot sind. Dabei sind die vielen deutschen Spezialitäten gar nicht mitgezählt.

In ihrem Getränkemarkt an der Karlshöhe 27 werden außerdem zahlreiche Säfte und Mineralwasser, das reich an Kalzium und Magnesium ist, sowie Spirituosen, Wein und Sekt angeboten. Besonderes Augenmerk legt Christl Stark auf die große Auswahl an alkoholfreiem Pils und Weizenbier-Sorten. Sehr beliebt bei den Jugendlichen ist die große Vielfalt an Fritz Limonaden und Bionade-Sorten. Für Ihre Feier gibt es viele Fassbiere (Vorbestellung erbeten), dazu kann man einen Durchlaufkühler, Bierzeltgarnituren, Stehtische und Gläser mieten. Ein Lieferservice ist natürlich ebenfalls vorhanden, denn hier ist Service kein Fremdwort.

Durstlöscher für jeden Geschmack gibt es im Haus der 131 Biere.

Haus der 131 Biere

Karlshöhe 27 - Telefon: 040/ 640 65 00
www.haus-der-131-biere.de - e-mail: info@haus-der-131-biere.de

Getränke für Ihre Grillparty!
Vielfalt an Bieren - Flaschen und Fässern,
Riesenauswahl Mineralwasser, Säfte, Limonaden.
Verleih von Bierzeltgarnituren, Bistrotischen,
Gläsern und Zapfanlagen...
Nutzen Sie unseren Lieferservice

Kühleis
Faßbier

Fünf Jahre „Hamburgs Grün erhalten“

Um den schleichenden Grünverlust durch die vielen Bauprojekte in Hamburg aufzuhalten, hatte der NABU 2017 die Volksinitiative „Hamburgs Grün erhalten“ gestartet. Die Initiative mündete 2019 in den „Vertrag für Hamburgs Stadtgrün“ mit der Hamburger Bürgerschaft. Durch ihn konnte der NABU Bedeutendes für Hamburgs Natur erreichen.

Am 8. Mai 2019 beschloss die Hamburgische Bürgerschaft den „Vertrag für Hamburgs Stadtgrün“, zu dessen Umsetzung sich der Senat der Freien und Hansestadt Hamburg unmittelbar verpflichtet hat. Die zwischen der NABU-Volksinitiative „Hamburgs Grün erhalten“ sowie den Vorsitzenden der Regierungsfraktionen von SPD und Grünen ausgehandelte Vereinbarung ist auch fünf Jahre später ein herausragender Meilenstein für die Grünentwicklung in der Stadt.

Die Erfolge

Für den Naturschutz in Hamburg erreichte der NABU mit dem Vertrag zwei entscheidende Erfolge: den dauerhaften Schutz von Grünflächen der Kategorien Landschaftsschutzgebiete, Biotopverbund und Grünes Netz sowie die Verbesserung der Naturqualität. So gibt es seit 2019 eine verbindlich festgelegte Gesamtfläche in Hamburg, die grün bleibt. Alle Naturschutzgebiete sind für jegliche Eingriffe tabu. Bei Flächen mit dem Schutzstatus Landschaftsschutzgebiet oder Biotopverbund kommt im Einzelfall ein Tauschmechanismus zum Tragen. Wird eine dieser Flächen für den Wohnungsbau, Verkehrsinfrastruktur oder sonstige Bauprojekte in Anspruch genommen, muss diese verbindlich an anderer Stelle innerhalb der Hamburger Landesgrenzen kompensiert werden.

Die im Vertrag formulierten Vorgaben betreffen 90 Prozent der vorhandenen Freiflächen, darunter Naturschutz- und Landschaftsschutzgebiete sowie Parkanlagen und Grünzüge einschließlich des Biotopverbunds. Die verbleibenden 10 Prozent der Hamburger Freiflächen bieten städtebaulichen Entwicklungsspielraum für die Stadt.

Biotopwert profitiert

Mit Blick auf die Naturqualität profitiert vor allem der sogenannte durchschnittliche Biotopwert von Naturschutzgebieten von der Volksinitiative. Er muss seit 2019 fortlaufend gesteigert werden. Das bedeutet konkret: Wird auf einer bislang unbebauten Fläche gebaut und dadurch der Naturwert geschmälert, muss an anderer Stelle aufgewertet werden, etwa durch Extensivieren von Grünland, das Verbessern des Wasserhaushalts von Wäldern und naturnahes Waldbewirtschaften.

Mehr Aufmerksamkeit

„Die Volksinitiative des NABU hat sich wirklich gelohnt“, bekräftigt Malte Siegert, 1. Vorsitzender des NABU Hamburg. „So manche Inanspruchnahme von Grünflächen wird durch die Vereinbarung bereits im Vorfeld verworfen, völlig unbemerkt für die Öffentlichkeit.“ Außerdem werde dem Naturwert in Behörden und öffentlichen Unternehmen endlich mehr Aufmerksamkeit geschenkt und die Naturschutzarbeit sei dank der Initiative finanziell besser ausgestattet, wie Malte Siegert betont. Alle Informationen zu den Ergebnissen der NABU-Initiative gibt es unter www.NABU-Hamburg.de/gruen-erhalten.

HANDWERKER
EMPFEHLEN SICH

GARTENGESTALTUNG

JÖRG NEUMANN
Garten- und Landschaftsbau
Aerifizieren (Perforierung) des Rasens
Jahrespflege · Pflanzungen
Zäune setzen · Plattenarbeiten
Heckenschnitt nach Johanni (ab Ende Juni)!
Seit 30 Jahren in Hamburg
Hornissenweg 40a · 22159 HH
Telefon (040) 647 07 86
Fax (040) 647 51 85
www.neumannsgarten.de

GLASARBEITEN

Glaserei Peper
(040) 6418182
(040) 6958182
Reparatur-Schnelldienst sämtlicher Glasarbeiten
Glas - soviel Sie mögen
Beratung - soviel Sie brauchen
Haldesdorfer Str. 143 • 22179 Hamburg

SANITÄRE ANLAGEN

WOLFGANG HAHN
SANITÄRTECHNIK · GASHEIZUNG
Eckerkoppel 48 22159 Hamburg
Tel. 668 57 888 • Fax 668 57 999
Mobil: 0171 573 22 09

Jens Schebitz
SANITÄR · HEIZUNGS-TECHNIK
• SANITÄR
• HEIZUNG • SOLAR
• BAUKLEMPNEREI
• BEDACHUNG
Hudlemstraße 13 a
22159 Hamburg-Farmsen
Telefon (040) 643 60 64
Fax (040) 645 25 21
E-mail: info@schebitz-sanitaertechnik.de

Mobile Problemstoffsammlung

Die nächsten mobilen Problemstoffsammlungen der Stadtreinigung Hamburg finden wie folgt statt: • am Mittwoch, dem 5. Juni, von 11 bis 12.30 Uhr am Berner Markt/Hermann-Balk-Straße • am Freitag, dem 7. Juni, von 9 bis 10.30 Uhr in der Bengelsdorfstraße 2-6 und • am Mittwoch, dem 12. Juni, von 11 bis 12.30 Uhr auf der Marktfläche Herthastraße. Hier werden kostenlos Schad- und Giftstoffe sowie kleine Elektrogeräte aus privaten Haushalten entgegen genommen. Außerdem berät qualifiziertes Fachpersonal über die umweltgerechte Entsorgung von Problemstoffen.

Als Problemstoffe gelten alle Abfälle, die besonders gesundheits- und umweltgefährdend sind. Bei Abgabe sollten sie in einem geschlossenen Behälter abgefüllt und außerdem möglichst genau gekennzeichnet sein.

Ambulantes Therapiezentrum eröffnet

Die Asklepios Klinik Wandsbek hat ihr ambulantes Versorgungsspektrum um ein Therapiezentrum erweitert, das allen Patientinnen und Patienten mit einer Heilmittelverordnung offensteht. Das neue Angebot umfasst die gesamte moderne Physiotherapie und Medizinische Trainingstherapie. Begleitend kommen physikalische Maßnahmen zum Einsatz.

Das Therapiezentrum steht allen Patientinnen und Patienten offen.

Die qualifizierten Therapeutinnen und Therapeuten in der Asklepios Klinik Wandsbek unterstützen die Patientinnen und Patienten, ihre Gesundheit in die eigene Hand zu nehmen. Es gilt das Prinzip der Selbstwirksamkeit. „Wir helfen dem Körper, sich selbst zu helfen. Ziel ist es, Schmerzen zu lindern sowie die Beweglichkeit, Muskelkraft und Koordinationsfähigkeit wiederherzustellen, zu verbessern oder zu erhalten“, erklärt die Zentrumsleiterin Lena Meier. Neben Physiotherapie – besser bekannt als Krankengymnastik – kann bei bestimmten Krankheitsbildern die Medizinische Trainingstherapie (MTT) sinnvoll sein. Darunter versteht man ein gerätegestütztes Training, bei dem die Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit im Vordergrund steht. Die dritte Säule bilden physikalische Anwendungen wie manuelle Lymphdrainage, Massagen und Wärmeanwendungen.

Auf die Mitarbeit kommt es an

Physiotherapie kann den Heilungsprozess bei einer Vielzahl von Erkrankungen und Verletzungen fördern. Neben Patientinnen und Patienten mit Problemen am Bewegungsapparat profitieren auch Menschen mit Herzerkrankungen und neurologischen Leiden. Doch eines haben alle gemeinsam: Der Erfolg der Therapie steht und fällt mit der aktiven Mitarbeit. „Die Übungen entfalten ihre volle Wirkung nur dann, wenn sie regelmäßig durchgeführt werden“, so Lena Meier. „Wir legen Wert darauf, unsere Patienten so anzuleiten, dass sie zuhause selbstständig weitertrainieren können.“

Gemeinsam Ziele setzen und erreichen

Um kontinuierlich am Ball zu bleiben, braucht es wiederum Motivation. Deshalb ist es den Therapeutinnen und Therapeuten wichtig, mit ihren Patienten ins Gespräch zu kommen. Die Fragen lauten zum Beispiel: Was möchten Sie erreichen? Gibt es Alltagsaktivitäten, die Sie besser bewältigen möchten? Oder wünschen Sie sich eine schnelle Rückkehr zum Sport? Gemeinsam mit den Patienten erstellen die Therapeuten individuelle Behandlungspläne und formulieren realistische Ziele.

Energieberatung

Am 5. Juni bieten die Expertinnen und Experten der Verbraucherzentrale Hamburg von 11 bis 19 Uhr im Auftrag der Stadt kostenfrei und unabhängig Beratungen zum energieeffizienten Bauen und Sanieren an. Dazu gehören beispielsweise Fragen zu Dämmung, Heizung, Lüftung und energetischen Baustandards sowie dem Einsatz erneuerbarer Energien und zu den Förderprogrammen von Bund und Land.

Die Beratung findet im Gläsernen Energiehaus an der Karlshöhe 60d statt. Eine Anmeldung unter Telefon 248 32 250 ist erforderlich.

Stimmbildungstag

Singen fördert – wie Experten versichern – die Gesundheit, stärkt die Entwicklung der Persönlichkeit und verbessert das Sozialverhalten. Deshalb veranstaltet der Chorverband Hamburg e.V. als größte kulturelle Laienbewegung unserer Stadt jährlich mit großem Erfolg einen Stimmbildungstag, an dem alle interessierten Sängerinnen und Sänger teilnehmen können. Die Veranstaltung soll dazu dienen, das Singen wieder zu entdecken und die Stimme zu trainieren.

Der Stimmbildungstag findet unter der Leitung von Patrick Scharnewski statt – und zwar am 8. Juni, von 10.30 bis 15.30 Uhr in der Friedenskirche Berne, Lienaustraße 6. Die Teilnahmegebühr beträgt 11 Euro für Mitglieder des Chorverbandes und 18 Euro für Gäste (inklusive Imbiss). Sie ist am Veranstaltungstag bar vor Ort zu entrichten. Anmeldungen werden von Volkmar Grote per Mail unter volkmar-grote@chorverband-hamburg.de entgegen genommen.

Fahrt nach Berlin

Die SPD-Bürgerschaftsabgeordneten Regina Jäck und Astrid Hennies laden Bürger/innen aus ihren Wahlkreisen Bramfeld, Steilshoop, Farmsen-Berne und Rahlstedt zu einer Tagesfahrt nach Berlin ein. Hier wird die Gruppe im Deutschen Bundestag von Vizepräsidentin Aydan Özoğuz (SPD) empfangen, die einen persönlichen Blick hinter die Kulissen des Politikbetriebes ermöglicht. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, gemeinsam mit den Hamburger Abgeordneten die Umgebung rund um den Reichstag zu erkunden und die kostenlose Ausstellung zum Thema „Wie wollen wir leben?“ im FUTURIUM – Haus der Zukünfte am Berliner Spreebogen zu besichtigen.

Los geht es am 15. Juni um 7.46 Uhr mit dem FlixTrain vom Hamburger Hauptbahnhof. Die Rückkehr erfolgt um 20.09 Uhr. Der Selbstkostenbeitrag liegt bei 29 Euro pro Person. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Interessenten melden sich bitte per Mail unter buero@regina-jaeck.de oder unter buergerbuero@astrid-hennies.de bzw. per Telefon unter 689 445 20 im SPD-Abgeordnetenbüro Wandsbek an. Hier erhalten Sie auch weitere Informationen zu der Fahrt.

Hier für Bramfeld/Steilshoop. Hier für Dich.
Hier für eine starke Demokratie.

Marc Buttler, Spitzenkandidat

Carsten Heeder, Wahlkreiskandidat

Jessica Hennig, Wahlkreiskandidatin

Am 9. Juni alle Stimmen für die SPD.

Hier für Wandsbek.
Hier für Hamburg.
SPD

Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

Bei Inspiration geht es um weit mehr als Ideen: sich zu bewegen, Neues zu erfahren und so die Sinne mit neuen Eindrücken anzuregen. Deshalb haben wir den neuen Kia EV6 entwickelt: Dank seiner Reichweite von bis zu 394 km[3] und der beeindruckenden Fähigkeit, von 10 % auf 80 % in ca. 18 Minuten zu laden[4], erlebst du mehr von der Welt. Lass dich bei einer Probefahrt inspirieren und profitiere von seiner kurzfristigen Verfügbarkeit.[1]

Kia EV6 Elektromotor, 125 kW, RWD, 125 kW (170 PS), schon für € 357,- monatlich[2]

Fahrzeugpreis	€ 46.990,-	36 mtl. Raten à	€ 357,-	Laufzeit in Monaten	36
Einmalige Leasingsonderzahlung	€ 0,-	Gesamtbetrag	€ 12.852,-	Gesamtlaufleistung	30.000 km

Verbrauchsangaben kombiniert n. WLTP - Kia EV6 Elektromotor, RWD (Strom/Reduktionsgetriebe); 125 kW (170 PS): Energieverbrauch 16,6 kWh/100 km; CO_2-Emission 0 g/km. CO_2-Klasse A.[5] Reichweite bis zu 394 km.[3]

HUGO PFOHE
VAN MOSSEL AUTOMOTIVE GROUP

Friedrich-Ebert-Damm 190
22047 Hamburg
Telefon (040) 669 680
www.kia-pfohe-hamburg.de

Hauptsitz:
Hugo Pfohe GmbH
Alsterkrugchaussee 355
22335 Hamburg

1 Lieferung erfolgt ca. 3 Wochen nach Bestellung.
2 Ein unverbindliches Leasingbeispiel für Privatkunden der KIA Finance - Leasing by Allane, ein Service der Allane SE, Dr.-Carl-von-Linde-Str. 2, 82049 Pullach. Bonität vorausgesetzt. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Sonderausstattung möglich. Überführungskosten in Höhe von 1.290,- EUR enthalten. Vorstehende Angaben stellen den Beispielwert des nach § 17 Abs. 4 PAngV zu erwartenden effektiven Jahreszinses in 2/3 aller voraussichtlich aufgrund der Werbung zustande kommender Verträge dar. Nicht kombinierbar mit anderen Verkaufsförderungsmaßnahmen. Alle Preise inkl. Gesetzlicher MwSt.. Angebot gültig bis 30.06.2024.
3 Die Reichweite wurde nach dem vorgeschriebenen EU-Messverfahren ermittelt. Die individuelle Fahrweise, Geschwindigkeit, Außentemperatur, Topografie und Nutzung elektrischer Verbraucher haben Einfluss auf die tatsächliche Reichweite und können diese u. U. reduzieren.
4 Um die maximale Ladegeschwindigkeit zu erreichen, muss für den EV6 ein 800-Volt-Elektrofahrzeug-Ladegerät verwendet werden, das mindestens 350 kW Strom liefert. Die tatsächliche Ladegeschwindigkeit und Ladezeit kann von der Batterietemperatur und den äußeren Witterungsbedingungen beeinflusst werden.
5 Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.