

# RUNDSCHAU

## FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK



Für Eddie (2008 bis 2017)

JULI 2025

15. JAHRGANG • NR.: 6

**POHL**  
Autohaus

Starke Marken-  
kurze Wege!

**mazda SUZUKI**

[www.autohaus-pohl.de](http://www.autohaus-pohl.de)

**NACHRICHTEN UND BERICHTE AUS BRAMFELD & UMGEBUNG**

# Innovativer Campus nimmt Form an



© Behnisch Architekten

In Bramfeld laufen die Arbeiten für ein ambitioniertes Bauprojekt, das nicht nur architektonisch, sondern auch gesellschaftlich wegweisend ist. An der Ecke Werner-Otto-Straße/Haldedorfer Straße entsteht das „Life Hamburg“, das von Janina Lin und Benjamin Otto im Rahmen ihrer Holistic Foundation initiiert und auf einem Gelände der Otto Group verwirklicht wird.

Auf einer Fläche von etwa 15.000 Quadratmetern entsteht ein ganzheit-

licher Campus, der auf die Förderung von lebenslangem Lernen, generationenübergreifendem Miteinander und ganzheitlichem Wohlbefinden ausgerichtet ist. Inhaltlich vereint das Konzept des „Life Hamburg“ die fünf Themenfelder lebenslanges Lernen, Beruf und Berufung, Umwelt, Gesundheit und Wohlbefinden sowie Gemeinschaft und Individualität unter einem Dach und setzt dabei sowohl auf Nachhaltigkeit als auch auf Integration.

**Fortsetzung auf Seite 3**

So wird der ganzheitliche Campus, der im kommenden Jahr eröffnet werden soll, einmal aussehen.

**„miet-fix“ MASCHINEN & GERÄTE**  
Vermietung • Verkauf • Reparatur

**Bei uns schneiden Sie gut ab!**

Holstenhofkamp 6 • 22041 Hamburg • Telefon: 040 - 656 81 680 • [www.miet-fix.de](http://www.miet-fix.de)

## MEHR MARKEN – MEHR AUSWAHL

Überzeugen Sie sich von unserer großen Auswahl an sofort verfügbaren Neu- und Gebrauchtwagen. Und nach dem Autokauf fahren Sie immer gut mit unserem Service weiter.



**DELLO HH-Farmsen**  
August-Krogmann-Straße 200 | 22159 Hamburg | Tel. 040 645586-0  
E-Mail: [farmsen@dello.de](mailto:farmsen@dello.de)

[WWW.DELLO-GRUPPE.DE](http://WWW.DELLO-GRUPPE.DE)

Ernst Dello GmbH & Co. KG, Sitz: Nedderfeld 91, 22529 Hamburg.



**DELLO**  
Leistung von Mensch zu Mensch

# VHS-Kultursommer in ganz Hamburg

Die Hamburger Volkshochschule (VHS) lädt zum Kultursommer ein – ein vielseitiges und attraktives Angebot für alle Hamburger/innen, die ihren Sommer kreativ, künstlerisch und kulturell bereichern möchten. Unter dem Motto „Kultur für alle“ bietet die VHS ein abwechslungsreiches Programm aus Sommerateliers, Stadtrundgängen, einem Lesecafé und vielen weiteren kulturellen Veranstaltungen an unterschiedlichsten Orten, zum Beispiel in Farmsen, am Elbstrand, im Stadtpark, im

## Für ein Jahr in die USA

Ein Jahr in den USA leben, lernen und arbeiten – diese besondere Chance bietet das 43. Parlamentarische Patenschafts-Programm (PPP) des Deutschen Bundestags.

Die Wandsbeker SPD-Bundestagsabgeordnete Aydan Özoguz lädt Schülerinnen und Schüler sowie junge Berufstätige aus dem Bezirk Wandsbek ein, sich für das Austauschjahr 2026/2027 zu bewerben. „Das PPP ist eine einmalige Gelegenheit, den amerikanischen Alltag hautnah zu erleben, die Sprache zu vertiefen und gleichzeitig ein Stück interkulturelle Verständigung mitzugestalten“, so Özoguz. „Ich freue mich, wenn viele junge Menschen aus Wandsbek diese Chance ergreifen.“

Im Rahmen des Programms

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

Hafenmuseum oder auch in den Vierlanden.

Uwe Grieger, Direktor der Hamburger VHS, freut sich über das kreative Kulturangebot für alle, das jedes Jahr größer wird: „Ob Zeichnen im Freien, kreatives Schreiben im Grünen oder gemeinsame Spaziergänge mit historischen Einblicken – der Kultursommer schafft Räume für Begegnung, Austausch und Inspiration. Wir freuen uns über alle Menschen, die Lust haben, sich auszuprobieren. Auch Anfänger/innen sind herzlich willkommen. Wir wollen den Sommer nutzen,

besuchen Schüler/innen eine amerikanische High School und junge Berufstätige absolvieren College-Kurse sowie ein Praktikum in einem US-Unternehmen. Das Stipendium deckt Reise-, Programm- und Versicherungskosten, die Unterkunft erfolgt bei Gastfamilien in den USA.

Gleichzeitig werden auch in Wandsbek Gastfamilien gesucht, die bereit sind, amerikanische Stipendiatinnen und Stipendiaten für ein Schuljahr aufzunehmen. „Wer sich als Gastfamilie engagiert, leistet einen wichtigen Beitrag zur Völkerverständigung und holt sich ein Stück USA nach Hause“, betont Özoguz.

Bewerbungen für das PPP-Stipendium sind ab sofort möglich, Bewerbungsschluss ist der 12. September 2025. Ausführliche Informationen und Bewerbungsunterlagen gibt es unter [www.bundestag.de/ppp](http://www.bundestag.de/ppp).



© Hamburger VHS

Beim VHS-Sommeratelier kann man kreativ sein – egal, ob bei Bildhauerei, beim Schreiben oder beim Impro-Theater.

um Räume zu öffnen und Teilhabe zu ermöglichen!“

## Das Programm

Neu im Programm ist das Lesecafé im Altonaer Museum, das bereits im Mai gestartet ist und bis Ende November sieben verschiedene, kostenlose Themenworkshops rund um das Lesen, Schreiben und Erzählen anbietet. Dort erwarten die Besucher/innen entspannte Stunden mit Zeit für Geschichten und Gesprächen – ein Treffpunkt für Buchliebhaber/innen und solche, die es werden wollen.

Die Sommerwerkstatt in Farmsen vom 19. bis 20. Juli bietet allen Neugierigen viele Schnupperangebote: Es wird gehämmert, geschneidert, gesungen und getanzt (Lindyhop und Bluesdance). Wer Lust auf Neues hat und die VHS am Berner Heerweg 183 kennenlernen möchte, ist herzlich willkommen.

Kunst und Dorfromantik gibt es am Deich in Moorburg. Beim

VHS-Sommeratelier vom 4. bis 7. September stehen alle Werkstätten und Ateliers auf dem ehemaligen Obsthof in Moorburg offen. Hier kann man zusammen in den Flow kommen und kreativ sein – egal, ob bei Bildhauerei, beim kreativen Schreiben oder beim Impro-Theater.

Die beliebten Stadtrundgänge führen durch bekannte und weniger bekannte Ecken Hamburgs und verbinden Geschichte, Alltagskultur und persönliche Geschichten zu einem besonderen Stadterlebnis. Beim Rundgang „Hamburg im Jahr 1330“ durch die Altstadt beispielsweise geht es um das Leben und die Bräuche im Mittelalter.

## Jetzt anmelden

Alle Kurse sind buchbar unter [www.vhs-hamburg.de](http://www.vhs-hamburg.de). Das Angebot lässt sich nach Wochentagen, Uhrzeit und Ort durchsuchen, sortieren und direkt buchen. Das Programm wird zudem laufend aktualisiert.

**Karl & Sohn**  
BESTATTUNGEN

Bestatter vom Handwerk geprüft  
SEIT 1914

August-Krogmann-Straße 139 22159 Hamburg-Farmsen / Berne



24/7 040 / 643 46 76

[www.karl-bestattungen.de](http://www.karl-bestattungen.de)



[info@karl-bestattungen.de](mailto: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](mailto:info@rundschau-hamburg.de)

Homepage: [www.rundschau-hamburg.de](http://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

# Ein Leuchtturmprojekt für Bramfeld

## Fortsetzung von Seite 1

Dieser ganzheitliche Ansatz soll Besucherinnen und Besucher jeden Alters ermutigen, sich in verschiedenen Lebensbereichen weiterzuentwickeln und persönlich zu entfalten.

## Vielfältiges Angebot

Wenn der Campus im kommenden Jahr seine Türen öffnet, erwartet die Besucherinnen und Besucher ein breites Spektrum an Angeboten, darunter mehrere Bildungseinrichtungen wie eine Kindertagesstätte mit pädagogischem Fokus auf ganzheitlicher Entwicklung, eine zukunftsorientierte Grund- und Stadtteilschule (Klasse 1 bis 10) sowie eine „Digital School“, die generationenübergreifende Aspekte der Digitalisierung behandeln wird. Ein Foodlab, Makerspace und Werkstätten bieten Raum für Kreativität, während eine große Multifunktionshalle mit Platz für ca. 600 Personen, Veranstaltungsräume für Workshops, Vorträge und kulturelle Formate sowie offene Sportflächen und ein Café die Gemeinschaft fördern sollen. Ein Startup-Campus sowie Büros für Investoren schaffen zudem eine Plattform für innovative Ideen und unternehmerische Initiative.

## Jubiläumsfeier

Der Bramfelder Sportverein (BSV) wird 80 Jahre jung und lädt alle Interessierten am 28. Juni zu einer Jubiläumsfeier ein. Los geht es um 13 Uhr mit einem Kinderprogramm, das Spiel, Spaß und Freundschaftsspiele der Fußballjugend bietet.

Um 15 Uhr findet das Highlight des Tages statt: Das Fußballspiel zwischen den BSV-Legenden und der HSV-Traditionsmannschaft. Außerdem präsentieren den ganzen Tag über die verschiedenen Sparten des Vereins Vorführungen und Mitmachaktionen, bei denen für jeden etwas dabei ist. Die Veranstaltung klingt am Abend mit Musik sowie geselligem Beisammensein aus und



Ein Blick in das Innere des des Campus, der nicht „für“ die Gemeinschaft, sondern „mit“ ihr entsteht.

## Das Besondere

Ein besonderes Merkmal von Life Hamburg ist der partizipative Ansatz. Bereits vor der Eröffnung finden Formate statt, bei denen Interessierte ihre Ideen einbringen können. Das Ziel: Ein Campus, der nicht „für“ die Gemeinschaft, sondern „mit“ ihr entsteht. Diese Offenheit soll sich auch im späteren Betrieb fortsetzen – Life Hamburg möchte ein lebendiger Ort sein, der sich stetig weiterentwickelt.

## Die Architektur

Entworfen wurde der Campus von Behnisch Architekten, deren Konzept die Innen- und Außenräume fließend miteinander verbindet. Die zentrale Agora dient als Herzstück für Austausch und Veranstaltungen. Nachhaltigkeit

endet um 20 Uhr. Für das leibliche Wohl ist mit Leckereien vom Grill und erfrischenden Getränken sowie Kaffee und Kuchen natürlich ebenfalls gesorgt.

Eintrittskarten sind ab sofort in der BSV-Geschäftsstelle, Ellernreihe 88, erhältlich, und zwar zu folgenden Zeiten: Montags von 17.30 bis 19.30 Uhr, Mittwochs von 16 bis 18 Uhr und Freitags von 14 bis 16 Uhr. Bis zu 750 kostenlose Eintrittskarten stellt der Verein exklusiv seinen Mitgliedern zur Verfügung (eine Karte pro Mitglied). Mitglieder unter 12 Jahren erhalten ihre kostenlose Karte nur in Begleitung einer erziehungsberechtigten Person. Gilt nur, so lange der Vorrat reicht!

wird auf allen Ebenen mitgedacht: Die Gebäude verfügen über innovative Verschattungs- und Lichtlenkungssysteme, die sich dem Sonnenverlauf anpassen, und so ein energieeffizientes und angenehmes Raumklima ermöglichen.

## Fortschritt sichtbar

Wie aktuelle Bilder zeigen, schreitet der Bau des Campus deutlich voran. Die markanten architektonischen Strukturen sind bereits gut zu erkennen und geben einen Vor-

## Ferien-Theaterkurs

Bei einem Ferien-Theaterkurs auf Gut Karlshöhe, Karlshöhe 30d, können Kinder im Alter zwischen 6 und 10 Jahren nach Vorlage eines Märchens ein Theaterstück einüben. Dabei stehen auch lautes und deutliches Sprechen sowie Körperhaltung und Präsenz auf dem Programm. Am Ende wird das Theaterstück vor Eltern und Verwandten aufgeführt. Bitte

geschmack auf die besondere Gestaltung des Areals. Zudem lässt ein Blick auf die organische Bauweise mit offenen, lichtdurchfluteten Räumen und vielfältigen Begegnungsflächen das ambitionierte Konzept bereits jetzt erlebbar werden.

Der für Bramfeld zuständige Bürgerschaftsabgeordnete Sandro Kappe (CDU) freut sich sehr über den sichtbaren Fortschritt dieses zukunftsweisenden Projekts. „Life Hamburg ist ein herausragendes Beispiel dafür, wie wir innovative Bildungsangebote, nachhaltige Stadtentwicklung und gelebte Gemeinschaft zusammen denken können. Der Campus wird nicht nur ein Gewinn für Bramfeld, sondern für ganz Hamburg sein“, erklärt der Politiker.

**DIE NÄCHSTE AUSGABE  
DER RUNDSCHAU  
ERSCHEINT AM  
11. JULI**

einen Pausensnack und etwas zu Trinken sowie eventuell Sonnenhut/Regenjacke mitbringen.

Die Proben finden vom 28. Juli bis 1. August jeweils von 10 bis 14 Uhr in der Kulturscheune und auf dem Außengelände statt. Die Teilnahme kostet 155 Euro. Anmeldungen werden per Mail unter [s.schyle@gmail.com](mailto:s.schyle@gmail.com) entgegen genommen.

## Stadtteilführung

Aktuell gibt es in Hamburg 21 Geschichtswerkstätten, zu denen auch das Stadtteilarchiv Bramfeld gehört. Sie befassen sich mit den Alltagsgeschichten der Menschen vor Ort, sammeln Stadtteillfotos und Dokumente, betreiben Archive, veranstalten stadtteilgeschichtliche Ausstellungen, erarbeiten Publikationen und bieten Rundgänge an.

Einen dieser Rundgänge veranstaltet das Stadtteilarchiv Bramfeld am 24. Juni und am 25. 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.



# TERMINE UND VERANSTALTUNGEN



## Stromabschaltung

Anlässlich der Erneuerung der Niederspannungshauptverteilung wird am 23. Juni von 6 bis 9 Uhr der Strom im Wandsbeker Rathaus in der Schloßstraße 60 abgeschaltet. Davon betroffen ist auch der Hamburg Service (Standort Wandsbek Ausländerangelegenheiten und Einwohnerangelegenheiten – ehemals Kundenzentrum). In diesem Zeitraum können deshalb keine Dienstleistungen erbracht werden. Auch die telefonische Erreichbarkeit des Bezirksamtes sowie des Hamburg Service ist während der Durchführung der Maßnahmen eingeschränkt.

## Themenbrunch

Das Leben kann uns zum Stolpern bringen und manchmal kann man nicht gleich weitermachen, als wäre nichts geschehen. Muss ich meine Krone immer selbst wieder aufrichten, oder darf ich mir dabei helfen lassen? Was denken Sie über diesen „Postkartenspruch“? Darüber möchte sich die Ev.-Luth. Kirchengemeinde Farmsen-Berne mit Interessierten am 5. Juli von 11 bis 13 Uhr aus-

tauschen. Im Gemeindehaus Berne, Lienastraße 6, erwartet sie ein leckeres Brunchbuffet, Live-Musik und interessante Gespräche. Eine Kostenbeteiligung für den Brunch ist willkommen. Um Anmeldung bis zum 3. Juli unter <https://www.kirche-in-farbe.de/termine/1155276-themenbrunch> wird gebeten.

## Silent Book Club

Am 15. Juli steht das gemütliche Zusammensein und Lesen in der Bücherhalle Bramfeld im Mittelpunkt: Beim „Silent Book Club“ bringen die Teilnehmenden ein Buch, das sie gerade lesen, mit. Ob Roman, Sachbuch oder Comic – alles ist möglich. Zu Beginn des Abends darf jeder, der möchte, sein mitgebrachtes Buch vorstellen. Anschließend wird eine Stunde in Stille gelesen. Danach erfolgt dann zwanglos ein Austausch über die gelesenen Bücher. Wer das nicht möchte, kann in der Zeit auch einfach weiterlesen.

Die Veranstaltung findet von 18.30 bis 20.30 Uhr in der Herthastraße 18 statt. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung unter [bramfeld@bue-](mailto:bramfeld@bue-)

cherhallen.de oder unter Telefon 641 59 33 ist erforderlich.

## Kräuterwanderung

Eine Kräuterwanderung, die am 20. Juli von 15 bis 18 Uhr auf dem Gelände und im Bauerngarten von Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, stattfindet, vermittelt Wissenswertes über Wild- und Heilkräuter. Im Theorieteil erfahren die Teilnehmenden, wie diese als Naturmedizin oder bereichernde Nahrung für unsere Gesundheit eingesetzt werden und bekommen Tipps zur Trocknung und

Aufbewahrung sowie zur Verwendung für Hausapotheke und Küche. Auf der Kräuterführung lernen sie diese Sommerkräuter an verschiedenen Standorten kennen und stellen gemeinsam eine Ringelblumensalbe sowie ein Kräutergetränk her.

Die Teilnahme an der Führung, die von Ursula Axtmann (Heilpraktikerin und Kräuterfrau) geleitet wird, kostet 49 Euro. Treffpunkt ist an der Kinderforscherwerkstatt. Eine Anmeldung unter [www.gut-karlshoehe.de](http://www.gut-karlshoehe.de) ist erforderlich.

## „Like Ice and Sunshine“ Das Sommerevent in Wandsbek

**Dass „Sommer“ und „Hitze“ oft getrennt voneinander auftreten, wissen nicht nur Hamburger. Wie viel Spaß der Sommer jedoch machen kann, beweist die Veranstaltung „Like Ice and Sunshine“ auf dem Wandsbeker Marktplatz, die am 13. Juni offiziell eröffnet wurde. Mit von der Partie waren Christian Kower (Dezernent für Bürgerservice des Bezirksamtes Wandsbek), Veranstalter Manfred Pluschies und die HSV Cheerleader, die live performten.**

Die mehr als 400 Quadratmeter große Strandlandschaft ist in ein uriges Hafenflair eingebettet. Hier stehen die bekannte Lounge „Dock 12“ und die Hütte „Windstärke 13“, die sich optisch von Wind und Wetter geprägt, perfekt in das maritime Bild einfügen. Der Beach Club bietet die Möglichkeit, bei heißen Rhythmen neue Cocktailkreationen zu genießen, darunter auch alkoholfreie Drinks.

Ein vielseitiges Veranstaltungsprogramm, zu dem unter anderem kostenlose Zumbakurse gehören,

## Naturforum

Der Botanische Sondergarten Wandsbek in der Walddörferstraße 273 lädt am 29. Juni wieder zum „Naturforum“, dem Tag der offenen Tür, ein. Hier bieten Aussteller/innen sowie das Team des Sondergartens von 11 bis 17 Uhr Informationen über Pflanzen, Tiere und natürliche Lebensräume. Auf dem „Gärtnermarkt“ offerieren Gartenbaubetriebe und Gewerbetreibende Pflanzen, Dekorationsartikel, Bio-Produkte und Zubehör zum Kauf. Außerdem gibt es eine „Künstlermeile“, auf der Werke mit dem Thema Natur präsentiert und zum Kauf angeboten werden.

Interessierte könnten bei einem Rundgang durch den Garten Inspirationen und Informationen bekommen, neue Kontakte knüpfen oder alte Begegnungen Revue passieren lassen. Außerdem lädt

Helge Masch, Leiter des Botanischen Sondergartens, unter dem Motto „AUSZEIT: 900 Sekunden Natur pur“ zu Gesprächen mit folgenden Themen und Gästen ein: • Eine Bachpatenschaft über 39 Jahre an der Wandse (mit Ralf Jüttner, NAJU/NABU Hamburg, 11.55 Uhr) • Klimawandel – Anpassungen im Eichtalpark (mit Annette Glowania, Bezirksamt Wandsbek, 12.55 Uhr) • Zum Artenkenner an der Naturschutz-Akademie Hamburg (mit Dr. Kristin Ludewig, Loki Schmidt Stiftung, 13.55 Uhr) • Ausbildung zur Gärtnerin/zum Gärtner – Was bietet der Bezirk Wandsbek (mit Ausbilder Hannes Dehne und Auszubildende, 14.55 Uhr) • Ein FÖJ (Freiwilliges ökologisches Jahr) im Sondergarten (mit Freya Limberg und Rosaline Olczak, 15.55 Uhr). Der Eintritt ist frei.



**Hanna Reichel (19), Studentin aus Wandsbek und Besucherin des Beachclubs, freut sich auf den Sommer.**

Noch bis zum 13. Juli dreht sich bei dem Sommerevent für die ganze Familie alles um Sonne, Strand und Wasser. Strandkörbe und Liegestühle unter Palmen laden täglich ab 13 Uhr zum Verweilen ein. Ein attraktives Rahmenprogramm und sportliche Highlights bieten Spaß für Groß und Klein.

sorgt für Unterhaltung. Auch Klassiker wie After Work on Beach (Montag bis Freitag ab 17 Uhr), die Ladies Night (immer montags ab 18 Uhr) oder die Schatzsuche für Kinder sind natürlich wieder mit von der Partie. Einen Überblick über das gesamte Programm und weitere Informationen gibt es unter [www.likeiceandsunshine.de](http://www.likeiceandsunshine.de).

# Die Juli-Highlights im Brakula

Der Bramfelder Kulturladen (Brakula) ist das erste und größte Stadtteilkulturzentrum im Nordosten Hamburgs. Mitten in Bramfeld steht die Einrichtung für eine nicht kommerzielle, stadtteilbezogene Kultur- und Bildungsarbeit. Der Brakula trägt Kultur in den Stadtteil, setzt Akzente und lebt von den Impulsen, die von den hier lebenden Menschen kommen. Diese können sich im Juli auf folgende Highlights freuen:

## Yo!Jazz!

Von lebhaftem Swing bis zu innovativen Fusion-Klängen: Am 1. Juli liefert Yo!Jazz um 19 Uhr dynamischen Sound aus kraftvollen Rhythmen und sanften Melodien – mal voller Energie, mal elegant. Seit 2023 leitet der Posaunist Ken Dombrowski das junge Jazz-Ensemble im Big

## Jubiläumskonzert

Das Farmsener Gitarrenensemble unter der Leitung von Clemens Völker feiert am 29. Juni ab 18 Uhr sein 30-jähriges Jubiläum mit einem Konzert im Fanny-Hensel Saal der Hochschule für Musik und Theater (HfMT) Hamburg, Harvestehuder Weg 12. Den musikalischen Rahmen bilden Werke von Ravel, Scarlatti, Caluda und Albéniz für Ensemble und Kammermusikbesetzungen.

Band Port Hamburg e.V. und setzt mit seinen rund 20 Musikerinnen und Musikern beständig neue Impulse, stets auf der Suche nach dem besten Match von solistischen Highlights und gemeinsamer Performance. **(Eintritt 14 Euro)**

## Disco Moms

Für Mütter, die nicht die ganze Nacht durchtanzen können, aber trotzdem wieder einmal den Dancefloor unsicher machen möchten, ist die Party „Disco Moms“ genau richtig. Am 11. Juli wird von 19 bis 22 Uhr gefeiert – Getränke und Cocktails gibt es an der Bar. Schnapp dir deine beste Freundin und komm tanzen! Die Disco ist für Mamas und Frauen ab 18 Jahren gedacht. **(Eintritt: 8 Euro im VVK, 10 Euro an der AK)**

Das Ensemble von überregionaler Bedeutung ist eigentlich noch viel älter, davon wird Wulf Hilbert, ehemaliger Leiter (auch der VHS-Farmsen), berichten. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung unter <https://www.eventbrite.de/e/30-jahre-farmsener-gitarrenensemble-tickets-1323531591619?aff=oddtcreator> jedoch notwendig. Spenden zur Unterstützung des Ensembles sind erwünscht.

## Cultures meet Silent

Bauchtanz trifft auf Deutschrap, sanfte Klänge auf Afrobeats: Werdet am 13. Juli, ab 16 Uhr Teil eines großen Ganzen, einer einzigartigen Tanzperformance! Drei Kanäle können via Bluetooth-Kopfhörer empfangen werden: Arabsphere, African Vibes und European Heartbeats. Das gemeinsame Ganze hat auch ein optisches Motto, nämlich: „Gold! Strahlt zusammen!“. Tragt goldene Elemente auf der Kleidung oder wie immer ihr euch wohlfühlt. Mit Tanzperformance von Katalina Götz und anderen. Bei gutem Wetter findet die Party draußen statt. Hinweis: Bei der Veranstaltung werden Fotos gemacht. **(Eintritt: 8 Euro im VVK, 10 Euro an der AK)**

## Ausstellung

Noch bis zum 17. Juli kann man täglich von 11 bis 22 Uhr die Ausstellung „Zwischen Blick und Begegnung“ mit Bildern der Künstlerin Katrin Kröger besichtigen. Was geschieht, wenn wir einem

Menschen wirklich begegnen? Wenn wir uns frei von Vorurteilen und mit offener Haltung auf unser Gegenüber einlassen? Die Ausstellung ist eine Einladung, Menschen mit offenen Augen und offenem Herzen zu begegnen. **(Eintritt: frei)**

## Kursprogramm

Natürlich gibt es auch im Juli wieder die unterschiedlichsten Kurse – fortlaufend und mit neuem Starttermin. Darunter beispielsweise den Schnupperkurs „Yoga für Schwangere“, einen Sommer-Workshop Trommeln, Ballett für alle, die Podcast Werkstatt und viele mehr.

Alle Veranstaltungen finden in der Bramfelder Chaussee 265 statt. Tickets gibt es online unter [www.brakula.de](http://www.brakula.de) oder direkt vor Ort. Das Büro ist Mo., Di. und Do. von 16 bis 19 Uhr und Mi von 10 bis 13 Uhr geöffnet. **Achtung:** Vom 26. Juli bis zum 9. August bleibt der Brakula aufgrund der Ferienzeit geschlossen.

## Optik Heidig

Brillen • Kontaktlinsen • Vergrößernde Sehhilfen

**alfo.**  
passbild

**AB SOFORT**  
mit E-Passbild  
zum Amt

Wir machen es möglich!

Berner Heerweg 159 • 22159 Hamburg • Tel. 643 21 27  
[www.optik-heidig.de](http://www.optik-heidig.de)  
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9 bis 18 Uhr • Sa. 10 bis 13 Uhr

## 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- oder 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](mailto:info@landhaus-restaurant-hamburg.de)

[www.landhaus-restaurant-hamburg.de](http://www.landhaus-restaurant-hamburg.de)



+

# Hallo Sommer, wir sind bereit!

Endlich raus! Der Sommer ist da, die Temperaturen steigen und bald beginnen die Ferien. Alles scheint möglich, wenn sechs schulfreie Wochen vor einem liegen und man endlich wieder das tun kann, worauf man Lust hat: Freunde treffen, shoppen, zelten, baden oder bloß faul in der Sonne liegen.

Auch wer in diesem Jahr keine Koffer packt und zu Hause bleibt, braucht auf Ferienspaß keinesfalls zu verzichten. Bietet Hamburg doch so viele Möglichkeiten, dass ein Sommer gar nicht genügt, um alles auszuprobieren. Ein Bummel durch den Einkaufstreffpunkt Farmsen gehört unbedingt dazu. Hier kann man sich mit Freunden verabreden und Eis essen oder entspannt Kaffee trinken sowie außerdem zahlreiche saisonale Angebote entdecken. Das macht jede Menge Spaß und funktioniert auch prima, wenn der Sommer



Sommerliche Accessoires bekommt man bei Bijou Brigitte.



Alles, was man für einen Grillabend mit Freunden oder der Familie braucht, bekommt man ebenfalls im EKT.



Die Fashion-Stores haben sich auf die Freiluft-Saison eingestellt und bieten trendige Outfits für jeden Geschmack.



Luftiges Schuhwerk gibt es bei Deichmann.

pausiert und Regentage die gute Laune killen wollen.

## Modische Trends

Ob Daheimbleiber oder Weitwegfahrer – in dem beliebten Nahversorgungszentrum kommt jeder auf seine Kosten, denn der Branchenmix ist vielfältig und deckt alle wichtigen Zweige ab. Die Fashion-Stores haben sich auf die heiße



Outdoor-Artikel für Strand oder Garten bietet Nanu-Nanu.

Freiluft-Saison eingestellt und bieten neben trendigen Outfits für den Beachclub, auch coole Looks für Freibad, Ostsee oder Mittelmeer. Ob Röcke, Kleider, T-Shirts, Tops oder kurze Hosen, modische Sandalen oder Freizeitschuhe: Die Auswahl ist riesig und für jeden Geschmack ist etwas dabei.

Gönnen Sie sich unbedingt auch einpaarsommerliche Accessoires: Bademode von H&M, eine Sonnenbrille von Fielmann oder trendigen Schmuck von Bijou Brigitte. Tolle Sommerdüfte mit frischen oder blumigen Nuancen gibt es in der Parfümerie Aurel Bartels. Hier erhalten Sie zudem hochwertige Sonnenschutzprodukte, die man auch in der Center Apotheke erstehen kann, die übrigens gern bei der Zusammenstellung sowie der Komplettierung der Reiseapotheke hilft.

## Genuss-Vielfalt

Weil der Sommer erfahrungsgemäß viel zu schnell vergeht, ist es umso wichtiger, jeden einzelnen Tag zu genießen. Zum Beispiel bei einem Grillabend mit Freunden oder der Familie, für den es im Einkaufstreffpunkt jede Menge Anregungen gibt. Alles, was Sie dafür brauchen, bieten die hier ansässigen Lebensmittelmärkte sowie Dehning, das Fischhaus Farmsen, Tee & Gewürze und der Weinshop: Grillfleisch und Würstchen in bester Qualität, eine Riesenauswahl an Dips und Saucen, Leckereien aus dem Meer und vegetarische Beilagen für die Grillplatte sowie edle Tropfen oder spritzige Biere. Und wem das Einkaufen die letzten Reserven geraubt hat, der kann sich in einem der Gastronomiebetriebe vor Ort mit süßen oder herzhaften Leckereien stärken, bevor es auf zur nächsten Runde geht.

## 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.

# Lust auf neuen Style?



## Mehr Mode geht nicht!

  
**einkaufs | treffpunkt**  
**farmsen** ... mehr als Einkaufen!

[www.ekt-farmsen.de](http://www.ekt-farmsen.de)

Montag - Samstag bis 19.00 Uhr geöffnet!



Über 1.000  
kostenlose  
Parkplätze!



18 Ladestationen  
für Elektrofahrzeuge!



# Wahl der Giftpflanze des Jahres 2026

Wie in jedem Jahr ist es im Frühsommer an der Zeit, zur Wahl der Giftpflanze des Jahres aufzurufen und die Kandidaten vorzustellen.

Pflanzen mit einer giftigen Wirkung auf Menschen und Tiere werden in vielen Gärten und Wohnungen als Zierpflanzen kultiviert, ohne Kenntnis der besonderen Eigenschaften. Ziel dieser Aktion soll eine aktive Auseinandersetzung mit diesen Pflanzen sein. Die „Giftpflanze des Jahres“ unterscheidet sich von der Vielzahl an Tieren, Pflanzen und Lebensräumen, die jährlich als „Natur des Jahres“ ausgerufen werden, darin, dass die Pflanzen nicht unbedingt in ihrer Existenz gefährdet sind.

Zum 22. Mal ruft der Botanische Sondergarten Wandsbek auf, sich an der Wahl zur Giftpflanze des Jahres zu beteiligen. Folgende fünf Pflanzen stehen für das



Jahr 2026 zur Wahl: • Gefleckter Schierling (*Conium maculatum*) in der Kategorie Ein- und zweijährige Pflanzen • Echter Seidelbast (*Daphne mezereum*) in der Kategorie Gehölze • Bohne (*Phaseolus sp.*) in der Kategorie giftige Nahrungspflanzen • Schneerose (*Helleborus niger*) in der Kategorie Stauden sowie • Engelstropfete (*Brugmansia suaveolens*) in der Kategorie Zimmer- und Kübelpflanzen. Ein besonderes Augenmerk soll auch auf Nahrungspflanzen ge-

legt werden, in denen Giftstoffe enthalten sind. Diese Giftstoffe führen jedoch durch Reifeprozesse oder die richtige Zubereitung bzw. richtige (niedrige) Dosierung beim Verzehr nicht unbedingt zu einer Vergiftung.

## Die Abstimmung

Auf der Homepage des Botanischen Sondergartens ([www.hamburg.de/go/sondergarten-giftpflanze](http://www.hamburg.de/go/sondergarten-giftpflanze)) werden die Pflanzen vorgestellt. Dort kann sich jeder per Mausklick an der Abstimmung

beteiligen. Außerdem stellen sich die fünf Kandidaten auch im Gewächshaus des Sondergartens in der Walddörferstraße 273 zur Wahl. Bei der Abstimmung geht es nicht um Schönheit oder Artenschutz, sondern um das ganz persönliche Bauchgefühl der Abstimmenden. Darüber hinaus können Kandidaten für die Wahl der Giftpflanze des Jahres 2027 vorgeschlagen werden. Die Abstimmung endet am 15. Dezember, das Ergebnis wird dann einen Tag später bekannt gegeben.



## HANDWERKER EMPFEHLEN SICH



### G LASARBEITEN



**Glas - soviel Sie mögen  
Beratung - soviel Sie brauchen**

Haldesdorfer Str. 143 • 22179 Hamburg

### M ARKISEN



Meisterbetrieb

Alle führenden Marken + eigene Herstellung

- Markisen •
- Sonnensegel •
- Terrassendächer •

Haldesdorfer Straße 74 • 22179 HH • ☎ 641 35 46  
[www.markisen-jagow.de](http://www.markisen-jagow.de)

### S ANITÄRE 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](mailto:info@schebitz-sanitaertechnik.de)

### Mobile

### Problemstoffsammlung

Die nächsten mobilen Problemstoffsammlungen der Stadtreinigung Hamburg finden wie folgt statt: • Mo., 23. Juni, 12 bis 13.30 Uhr in der Königsbergerstraße 2-6 • Do., 3. Juli, 9 bis 10.30 Uhr an der Karlshöhe/Pezolddamm • Mo., 7. Juli, 16.30 bis 18 Uhr in der Fabriciusstraße 35 und • Do., 24. Juli, 16.30 bis 18 Uhr in der Bengelsdorfstraße 2-6. 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. Sie gehören nicht in die Restmülltonne und sollten bei der Abgabe in einem geschlossenen Behälter abgefüllt sowie möglichst genau gekennzeichnet sein.

**HAMBURGER VOLKSHOCHSCHULE**

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

REGION OST

**Die VHS Ost im Juli**

Im Juli hat die VHS wieder zahlreiche Kurse im Angebot. Ob Kreativität, Digitales, Sprachen oder Gesundheit – Informationen zum umfangreichen Programm gibt es unter [www.vhs-hamburg.de](http://www.vhs-hamburg.de). Die Online-Kurse finden mit ZOOM ([www.zoom.us](http://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 Anfänger/innen**

**Italienisch** – ab 10.7., jeweils Do., 11.30 bis 13 Uhr (14 Termine online, 130 Euro)

**Japanisch** – ab 28.7., jeweils Mo., 9.30 bis 11.30 Uhr (10 Termine online, 169 Euro)

**Pilates**

Pilates ist ein ruhiges Körpertraining, das zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur, dient. Pilatesübungen sprechen vor allem die tiefliegenden Muskelgruppen an, die eine wichtige Funktion für die Stabilisation des Körpers und der Körperhaltung haben. 45 Minuten, um in der Mittagspause gezielt etwas für sich und das körperliche Wohlbefinden zu tun. Der Kopf wird frei und der Rest des Arbeitstages lässt sich mit neuer Kraft bewältigen. **Termine:** ab 1.7., jeweils 12.30 bis 13.25 Uhr (8 Termine online, 45 Euro)

**Aktzeichnen**

In diesem Kurs geht es um figurliches Zeichnen nach Aktmodell. Der spielerisch kreative Umgang mit Kohle und Blei – von Punkt und Linie zur Fläche und zur Zeichnung – mit Papier zum Scherenschnitt, mit Pinsel und Farbe zur Malerei, mit Wachs oder Ton in die dritte Dimension, führen zur Schulung der Wahrnehmung. Kur-

ze Posen im Wechsel mit längeren Sitzungen schärfen die Beobachtungsgabe. Anatomie und Proportion werden spielerisch erlernt. Arbeitsbesprechungen einzeln oder in der Gruppe sind Bestandteil des Kurses. **Termin:** 5.7., 10 bis 16 Uhr (1 Termin, 69 Euro)

**Lampenfieber lieben lernen**

In diesem praxisorientierten Online-Kurs werden wirkungsvolle Techniken vermittelt, um das Lampenfieber zu mindern. Gleichzeitig lernen die Teilnehmenden die Hintergründe ihres Lampenfiebers kennen und wie sie sich positiv einstimmen können, um die kraftvolle Energie des Lampenfiebers zu nutzen. **Termin:** 11.7., 16 bis 19.30 Uhr und 12.7., 10 bis 13 Uhr (2 Termine online, 63 Euro)

**Kräuterwanderung**

Viele essbare Wildkräuter wie Frauenmantel, Goldrute, Hirtentäschel, Johanniskraut, Rotklee oder Schafgarbe zeigen sich erst im Sommer. Gerade jetzt lassen sich auch essbare Blüten finden, die nicht nur gesund sind, sondern jedes Essen zu einem wahren Augenschmaus machen. Der Kurs findet in einem Naturschutzgebiet statt, damit möglichst viele Kräuter und Früchte entdeckt und bestimmt werden können. Allerdings dürfen die Pflanzen im Naturschutzgebiet nicht geerntet werden. **Termin:** 12.7., 17 bis 19.15 Uhr (1 Termin, 20 Euro) **Treffpunkt:** Naturschutzgebiet Höltingbaum, Haus der wilden Weiden, Eichberg 63

**Der essbare Balkon**

In diesem Kurs erfahren die Teilnehmenden, worauf geachtet werden muss, wenn der Balkon oder die Terrasse zum Obst- und Gemüseanbau genutzt wird. Welche Pflanzen und Gefäße eignen sich besonders gut für welchen Standort? Welche insektenfreundlichen Begleiter passen? Wie pflanzt man in der Vertikalen? Worauf muss bei der Pflege geachtet werden? Kann auf dem Balkon kom-

postiert werden? Und wie gelingt die Bepflanzung ökologisch und nachhaltig? Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, den eigenen Balkon zu skizzieren und erste Schritte für die Planung des neuen Obst- und Gemüselieferanten zu machen. **Termin:** 16.7., 18 bis 21 Uhr (1 Termin, 20 Euro)

**Papier schöpfen und kreativ gestalten**

Papier ist ein tolles Gestaltungsmaterial und eignet sich für viel mehr, als nur zum Schreiben oder Malen und Zeichnen. Nach einem kurzen Blick auf seine Entstehungsgeschichte und seinen langen Weg nach Europa wird es kreativ: Die Teilnehmenden schöpfen Papiere aus Cellulose und Papierresten, mit Pflanzenteilen und mehr. Anschließend steht das kreative Gestalten mit Papier und Karton auf dem Programm. Nützliche Techniken wie Kleben, Schneiden, Lochen, Bohren, Prägen etc. werden vorgestellt. Mitgebrachte Papierreste können kreativ für Upcycling genutzt werden. Dabei können künstlerische Büchlein, Leporellos, 3-D-Objekte, Karten, Ketten, Perlen, Kunstwerke und mehr entstehen. **Termin:** 19.7. und 20.7., jeweils 11 bis 17 Uhr (2 Termine, 74 Euro)

**Blues Dance**

Nicht von ungefähr stammt der Ausdruck „I’ve got the Blues“, denn mit Bluesmusik werden häufig auch die Schattenseiten des Lebens besungen und vertanzt. Im Workshop werden die Grundlagen des Blues Dance vermittelt: rhythmische Basics, die Verbindung mit

der/dem Tanzpartner/in und improvisierte Bewegungen. Die Teilnehmenden lernen, auf die Musik zu hören und sie mit dem Körper zu interpretieren. Dabei gibt es viel Raum zum Ausprobieren! **Termin:** 19.7., 16.30 bis 18 Uhr (1 Termin, 14 Euro)

**Bunte Bowls**



Mit kreativen Bowls wird das Kochen ab sofort wirklich flexibel. Je nach Wünschen und Vorlieben lassen sich die Bowls vegan, vegetarisch, mit Fleisch oder Fisch füllen. Basierend auf möglichst frischen, saisonalen, vollwertigen und naturbelassenen Zutaten, stellen die Teilnehmenden gemeinsam eine Auswahl an einfallreichen Bowls zusammen, z.B. roten Reis mit Hähnchen oder eine Falafel-Bliss Bowl und zum Nachttisch eine Cookie-Lemon Bowl. Der Vielfalt sind keine Grenzen gesetzt und wenn die Bowl durch ein Glas ersetzt wird, ergibt sich ganz nebenbei auch die nächste Mahlzeit für unterwegs. **Termin:** 25.7., 18 bis 21.45 Uhr (1 Termin, 49 Euro)

Alle Kurse finden, sofern nicht anders angegeben, im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183, statt. Das Team informiert und berät telefonisch unter der Rufnummer 60929 - 5555 oder per Mail unter [ost@vhs-hamburg.de](mailto:ost@vhs-hamburg.de).

**SOMMERWERKSTATT**

Die VHS Farmsen lädt ein zu einem Wochenende voller Schnupperangebote am 19. und 20. Juli: Sie wollten schon lange einmal schneiden, singen oder ein neues Handwerk ausprobieren? In der Sommerwerkstatt können Sie unser Kursangebot kennenlernen und unverbindlich testen.

Jetzt anmelden!



# Start für den Active City Summer

**Vom 1. Juli bis zum 30. September heißt es für ganz Hamburg wieder: Active City Summer. Bei dem kostenlosen Angebot haben die Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, neue Sportarten auszuprobieren und die Vereine in der Nachbarschaft kennenzulernen.**

Der seit dem Jahr 2018 erfolgreiche Active City Summer bildet eine Einheit mit dem Active City Festival, das am 13. September von 12 bis 18 Uhr im Wilhelmsburger Inselpark veranstaltet wird und ganz im Zeichen von Sport, Wettkampf und Spaß steht sowie dem Active City Day, der bereits am 6. Juni stattgefunden hat. Alle Formate der Active City Strategie werden von der Stadt Hamburg und der Agentur YOU-MAN-RACE hansebeach GmbH & Co. KG organisiert. Partner, wie Decathlon, Lotto Hamburg und die AOK Rheinland/Hamburg sowie die Sparda-Bank und NDR Hamburg, unterstützen das Projekt, das in diesem Jahr bereits in die achte Saison startet.

## Ashtanga Yoga

Für alle Interessierten bietet der tus BERNE ab dem 2. Juli Ashtanga Yoga an. Bei der anspruchsvollen Yoga-Richtung werden die Asana-Positionen gemäß einer vorgegebenen Reihenfolge eingenommen und sind mit einer Vinyasa-Bewegungsabfolge miteinander verbunden. Die Teilnehmenden lernen Schritt für Schritt die erste Serie kennen und erarbeiten sich die asanas und Bewegungsabläufe. Mit einer guten und regelmäßigen Übungspraxis stär-

## Tischtennis für Alle

Wer gern Tischtennis spielt oder den beliebten Freizeitsport einmal ausprobieren möchte, der ist beim SC Condor genau richtig. Ab sofort bietet der Verein allen Interessierten die Möglichkeit, jeweils mittwochs von 17 bis 18 Uhr in der Karl-Schneider-Halle am Berner Heerweg 183a den Schläger zu schwingen. Mitzu-

Das gesamte Angebot ist für beide Seiten kostenfrei. Im vergangenen Jahr wurden von rund 60 Sportvereinen über 5.600 Kursstunden angeboten und mehr als 26.000 Hamburger/innen nahmen teil.

## Breites Spektrum und eine Premiere

Beim Active City Summer öffnen Hamburger Vereine über drei Monate lang ihre Kurse und Trainingsstunden für Interessierte, die so neue Sportarten einfach ausprobieren und zudem ihre Vereine in der Nachbarschaft kennenlernen können. Die Bandbreite reicht dabei vom klassischen Fitness-Training über Trendsportarten bis hin zu den neuesten Fitnesstrends.

Eine besondere Premiere ist die Einführung der neuen Kursreihe „21 Minuten Bewegung“ der AOK Rheinland/Hamburg, die in Zusammenarbeit mit Sportvereinen in verschiedenen Stadtteilen umgesetzt wird. Über den gesamten Zeitraum von drei Mo-

ken sie besonders die Bauchmuskulatur und entwickeln Kondition und Kraft sowie Flexibilität. Bitte eine eigene Matte, gerne auch eine Decke und gegebenenfalls Wasser zum Trinken mitbringen. Der Kurs findet jeweils mittwochs von 19.30 bis 20.45 Uhr (4 Termine) in der Sporthalle der Grundschule am Gut, Thomas-Mann-Straße 2, statt. Die Kosten betragen 29 Euro für Vereinsmitglieder und 48 Euro für Gäste. Der Kurs ist buchbar auf [www.tus-berne.de](http://www.tus-berne.de).

bringen sind bitte Sportsachen, Hallenschuhe und – sofern vorhanden – ein Schläger. Diese werden auch gern zur Verfügung gestellt.

Die Teilnahme ist kostenlos und eine Vereinsmitgliedschaft nicht erforderlich. Antworten auf Fragen gibt es per Mail unter [tischtennis@sccondor.de](mailto:tischtennis@sccondor.de).



**Rund 60 Vereine präsentieren auch in diesem Jahr wieder die gesamte Vielfalt der Sportlandschaft für alle Altersklassen.**

naten sind acht Kurse pro Woche geplant – dezentral, wohnortnah und in enger Zusammenarbeit mit den teilnehmenden Sportvereinen. Besonderer Anreiz: Die Trainerhonorare werden übernommen, um die niedrighschwellige Teilnahme für alle Interessierten zu ermöglichen.

Das gesamte Kursprogramm – und bis Ende September kommen täglich neue Angebote hinzu – finden Interessierte unter [www.activecitysummer.de](http://www.activecitysummer.de).

## Bewegt in Hamburgs Osten

Auch in den östlichen Stadtteilen bietet der Active City Summer zahlreiche Möglichkeiten der Bewegung für Jung und Alt. Wieder gut aufgestellt ist dabei der Bramfelder SV – erneut auch mit interessanten Angeboten aus dem Bereich „GESundFIT“.

Das Studio lädt alle Interessierten am 7. Juli, 14. Juli und 21. Juli zur Entspannung ein. Geleitet wird der Kurs von Marion, die dafür sorgt, dass sich die Teilnehmenden liegend oder sitzend gut spüren. In einer abschließenden Phantasiereise können sie ihren Körper & Geist „verreisen“ und die positiven Effekte einer angenehmen Entspannung wirken lassen. Bitte warme Socken mitbringen, Matten, Decken, Kissen sind vor Ort zum Ausleihen vorhanden, können aber ebenfalls gern mitgebracht werden. Treffpunkt ist jeweils um 18 Uhr am GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44. Eine verbindliche Anmeldung unter [www.bramfelder-sv.com](http://www.bramfelder-sv.com) ist erwünscht.

Wichtig: Personen mit Atemwegserkrankungen (Asthma, COPD usw.) wird von der Teilnahme abgeraten.

Neben diesem Angebot stehen beim Bramfelder SV auch Choreo-, Fitness- und Linedance, Complete Body Workout und Golden Age Aerobic sowie Yoga und RückenFit auf dem Programm. Außerdem gibt es Kampfsport, Crosstraining, Karate und Kickboxen mit Atrium Sports (Ivo-Hauptmann-Ring 10), Frauenpower-Outdoortraining mit der Sportwissenschaftlerin Darlin Liedtke im Eichtalpark sowie Rock'n'Roll, Zumba, Sommer-Biathlon, Pilates Barre-Workout und Yin Yoga mit dem Walddorfer SV (Halenreihe 32-34).

## Vorteile für Vereine

Für die Vereine ist der Active City Summer eine gute Gelegenheit, neue Mitglieder zu gewinnen und zu zeigen, wie viel Spaß Sport in der Gemeinschaft macht. Außerdem werden erneut die „Aktivsten Vereine“ gesucht. Die Sportvereine, die im Verhältnis zur eigenen Mitgliederzahl die meisten Kursstunden anbieten, werden prämiert. Die Sparda-Bank Hamburg stiftet insgesamt 7.500 Euro zur Förderung der Jugendarbeit in den Vereinen.

Im vergangenen Jahr erreichte der Hamburger Turnerbund von 1862 den ersten Platz. Auf den weiteren Plätzen folgten der Tanzsportverein Club Saltatio Hamburg e.V. und Atrium Sports aus Farmsen.

# Neuer Kia-Showroom bei Hugo Pfohe

Hugo Pfohe freut sich über die erfolgreiche Eröffnung des hochmodernen und vollklimatisierten Kia Stores am Standort Wandsbek. Die Veranstaltung zog zahlreiche Besucher an, die die Gelegenheit nutzten, die neuesten Kia Modelle zu erleben und das abwechslungsreiche Rahmenprogramm zu genießen. Erst Anfang Februar hatten die Bauarbeiten zum neuen Kia Store von Hugo Pfohe am Friedrich-Ebert-Damm 190 begonnen – bereits am 24. Mai wurde er mit einem bunten Rahmenprogramm feierlich eröffnet. Neben attraktiven Angeboten gab es für die deutlich über 300 Besucherinnen und Besucher auch kulinarische



Blick in den neuen Showroom (oben). Joachim Timmann (l.) im Gespräch.



Köstlichkeiten sowie Kinderschminken für die Kleinen. Für den musikalischen Rahmen sorgten die Violinistin Pauline Moser und der Hamburger Star-DJ Kai Schwarz. Das Highlight am Er-

öffnungstag war ein Gewinnspiel mit vielen tollen Preisen. Der Hauptgewinn: Ein Wochenende mit dem brandneuen Kia EV6.

## Sinnvolle Station

**Die schriftlichen Schulabschlussprüfungen sind geschafft, die mündlichen stehen noch bevor – und damit auch die Frage: Wie geht es danach weiter?**

Die Möglichkeiten sind vielfältig, doch viele junge Menschen wissen noch nicht genau, was sie nach ihrem Schulabschluss beruflich machen wollen. Ein Bundesfreiwilligendienst (BFD) oder ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) bieten ideale Möglichkeiten, sich zu orientieren und die eigenen Stärken und Wünsche zu erfahren. „Wer sich nach der Schule noch nicht für eine konkrete Ausbildung oder einen Studiengang entscheiden kann, für den sind ein BFD oder FSJ großartige Optionen zur Persönlichkeitsentwicklung und beruflichen Orientierung“, sagt Kristin Alheit, Geschäftsführerin des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Hamburg. Viele der mehr als 400 sozialen Organisationen, die zu dem Verband gehören, haben noch freie Plätze.

Ein FSJ oder BFD kann in Vollzeit oder Teilzeit absolviert werden und dauert in der Regel zwischen sechs und zwölf Monaten. Eine Verlängerung auf bis zu 18 Monate ist möglich. Junge

Menschen im Alter von 16 bis 27 Jahren können aus vielfältigen Einsatzbereichen wählen, darunter Kitas, Bauspielplätze, Mehrgenerationenhäuser, Seniorenheime, soziale Beratungsstellen und Wohngruppen. Die Teilnehmenden erhalten ein monatliches Freiwilligengeld, Verpflegungsgeld und zahlreiche kostenfreie Bildungstage. Für Menschen über 27 Jahre steht ausschließlich der BFD offen.

„Viele Freiwilligendienstleistende nutzen die Zeit, um neue Eindrücke zu sammeln und sich persönlich weiterzuentwickeln. Gleichzeitig bietet der Fachkräftemangel in sozialen Berufen gute Chancen, hier eine berufliche Perspektive zu entwickeln. Zahlreiche Teilnehmende haben auf diese Weise ihren zukünftigen Beruf und teilweise sogar ihren künftigen Arbeitgeber kennengelernt“, fasst Alheit die Erfahrungen des Verbandes mit fast 2.000 Freiwilligendienstleistenden zusammen.

Eine Übersicht über freie Plätze finden Interessierte unter [www.bfd-hamburg.de](http://www.bfd-hamburg.de) und [www.hamburg-fsj.de](http://www.hamburg-fsj.de). Für Fragen stehen die Mitarbeitenden der Paritätischen Freiwilligendienste unter Telefon 399263-46 zur Verfügung.

tieren und unsere Kunden weiterhin mit erstklassigem Service zu begeistern.“

## Nachhaltige Mobilität

Der Umbau des 400 Quadratmeter großen Showrooms orientiert sich vollständig am neuen Corporate Identity von Kia und sorgt für eine beeindruckend moderne sowie coole und einladende Atmosphäre. Er bietet den idealen Rahmen, um die breite Palette an Kia Fahrzeugen – vom kompakten Stadtauto bis zum innovativen Elektro-SUV – vorzustellen.

Besondere Aufmerksamkeit galt dem Kia EV3, einem vollelektrischen Fahrzeug, das eindrucksvoll zeigt, wie Kia Nachhaltigkeit und Fahrvergnügen vereint. Mit seinem futuristischen Design und fortschrittlichen Technologien setzt der EV3 neue Maßstäbe in der Elektromobilität und spricht sowohl umweltbewusste Fahrer als auch Technikliebhaber an. Beide Lager können sich übrigens schon jetzt auf den neuen Kia PV5 Passenger freuen, einen Elektro-Kleinbus, der ab sofort bestellbar ist. Und im Herbst rollt dann der Kia PV5 als Transporter vor.

## Perfekte Plattform

„Wir sind begeistert von der positiven Resonanz und dem großen Interesse an unserem neuen Showroom“, sagt Joachim Timmann, Niederlassungsleiter der Hugo Pfohe GmbH. „Seit 15 Jahren sind wir am Standort nun schon Kia Händler – jetzt haben wir die perfekte Plattform, um die neuesten Modelle und Technologien entsprechend zu präsen-

**Kia EV3 mit 58,3-kWh-Batterie** (Strom/Reduktionsgetriebe); Stromverbrauch komb.15,8-14,9 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission komb. 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse A  
**Kia EV3 mit 81,4-kWh-Batterie** (Strom/Reduktionsgetriebe); Stromverbrauch komb.21,2-19,5 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission komb. 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse A  
**Kia PV5 Passenger mit 51,5-kWh-Batterie** (Strom/Reduktionsgetriebe); Stromverbrauch komb.20,0 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission komb. 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse A  
**Kia PV5 Passenger mit 71,2-kWh-Batterie** (Strom/Reduktionsgetriebe); Stromverbrauch komb.20,3 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission komb. 0 g/km; CO<sub>2</sub>-Klasse A

## Autohaus Michael

Ihr Autohaus mit 

Autohaus Michael GmbH & Co. KG  
 Holstenhofweg 55 • 22043 Hamburg  
 Tel.: 040 656 900 0  
[www.autohausmichael.de](http://www.autohausmichael.de)



# Der Kia Ceed.

Jetzt ohne Anzahlung leasen.

mtl. leasen ab

€ 199,-<sup>1</sup>



Abbildung zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

Ein Fahrerlebnis, das dich immer wieder neu inspiriert: Genau darauf kannst du dich beim Kia Ceed zu besonders attraktiven Konditionen freuen. Sichere dir jetzt den Kia Ceed in unterschiedlichen Ausstattungsvarianten und freue dich auf ein modernes Design und umfangreiche Ausstattung. So erwarten dich nicht nur intelligente Assistenzsysteme, die für mehr Sicherheit und Komfort sorgen, sondern auch neuestes Infotainment. Erlebe ihn jetzt live bei uns, am besten direkt bei einer Probefahrt.

z.Bsp. Kia Ceed 1.0 T-GDI 100 PS Vision (Super/ 6-Gang-Schaltgetriebe); 73,6 kW (100 PS), schon für € 199,- monatlich<sup>1</sup>

Fahrzeugpreis	€ 23.620,48	Gesamtleistung	37.500 km	Mehrkilometer	ct 9,69
Einmalige Leasingsonderzahlung	€ 0,-	Gesamtbetrag*	€ 13.630,55	Minderkilometer	ct 5,54
Laufzeit	60 Monate	60 mtl. Raten à	€ 199,-	Inkl. Überführung und Zulassung	€ 1.690,55

**Kia Ceed 1.0 T-GDI 100 PS Vision (Super/ 6-Gang-Schaltgetriebe); 73,6 kW (100 PS):**  
**Kraftstoffverbrauch kombiniert 5,8 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 132 g/km. CO<sub>2</sub>-Klasse D.**

**HUGO PFOHE**

VAN MOSSEL AUTOMOTIVE GROUP

Hauptsitz: Hugo Pfohe GmbH, Alsterkrugchaussee 355, 22335 Hamburg

22335 Hamburg-Fuhlsbüttel, Alsterkrugchaussee 355  
 Tel. (040) 500 60-0, [www.kia-pfohe-fuhlsbuettel.de](http://www.kia-pfohe-fuhlsbuettel.de)

22047 Hamburg-Wandsbek, Friedrich-Ebert-Damm 190  
 Tel. (040) 669 68-0, [www.kia-pfohe-hamburg.de](http://www.kia-pfohe-hamburg.de)

22848 Norderstedt, Niendorfer Straße 147  
 Tel. (040) 528 007-0, [www.kia-pfohe-norderstedt.de](http://www.kia-pfohe-norderstedt.de)

<sup>1</sup> Ein unverbindliches Leasingbeispiel für Privatkunden der KIA Leasing, 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. Inkl. Überführungs- und Zulassungskosten in Höhe von 1.690,55 EUR. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis auf Widerruf. Änderungen, Irrtümer vorbehalten. Details erfahren Sie bei uns. \* Ggf. zzgl. Wertminderung und Kilometerabrechnung zum Vertragsende.