RUNDSCHAU

FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK

SEPTEMBER 2022 26. JAHRGANG • NR.: 9

POHL Autohäuser

Starke Marken- kurze Wege!

mazda SUZUKI

www.autohaus-pohl.de

NACHRICHTEN UND BERICHTE AUS FARMSEN-BERNE & UMGEBUNG

Ein klingendes Jubiläum

Der Hamburger Männerchor „Adolphina von 1882 e.V" feiert Jubiläum und lädt zu einem festlichen Konzert ein.

Chöre erfreuen sich nach wie vor großer Beliebtheit, denn neben dem gemeinschaftlichen Singen wird hier vor allem die Geselligkeit gepflegt. So auch im Hamburger Männerchor „Adolphina von 1882 e.V.", der in diesem Jahr sein 140-jähriges Jubiläum feiert.

140 Jahre „Adolphina". Wie fasst man diese Zeit zusammen? In Probestunden und Konzerten? In Musikstücken und Notenzetteln? In Kooperationen und Gänsehaut? Oder in Freundschaften und gemeinsamen Erinnerungen? All das ist nicht voneinander zu trennen, sondern bildet in der Gesamtheit das, was die Mitglieder des Chores, der im Jahre 1882 von Adolph Mehrkens gegründet und nach ihm benannt wurde, als Hamburger Männerchor „Adolphina von 1882 e.V." (er)leben. Hervorragende Persönlichkeiten des Hamburger Musiklebens, wie z.B. John Julia Scheffler und Günter Hertel, haben den Chor nachhaltig geprägt.

Fortsetzung auf Seite 3

TAG DES OFFENEN DENKMALS®
Lesen Sie bitte Seite 5

VERKAUFSOFFENER SONNTAG
Lesen Sie bitte Seite 8

ARBEITSMARKT Seite 10 | BRANCHEN Seite 12
SENIOREN Seite 11 | SPORT Seite 14

Optik Heidig

Brillen · Kontaktlinsen · Vergrößernde Sehhilfen

• Biometrische Passbilder
(auch für Krankenkassen)
• Bewerbungsportraits

€ 9,50

Sofort zum Mitnehmen!

Amtlich anerkannte Sehteststelle für Führerscheinbewerber.

Berner Heerweg 159 · 22159 Hamburg · Tel. 643 21 27
www.optik-heidig.de
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9 bis 18 Uhr · Sa. 10 bis 13 Uhr

MITSUBISHI MOTORS

Immer das richtige Klima im Auto

Elektrische Standklimatisierung[1]

Erwärmen bzw. Kühlen des Innenraums Ihres Mitsubishi Eclipse Cross Plug-in Hybrid.

1 | Ausstattungsabhängig

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE* 8 JAHRE FAHRBATTERIE GARANTIE*

*5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km bzw. 8 Jahre Herstellergarantie auf die Fahrbatterie bis 160.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie

NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R 101 Eclipse Cross Plug-in Hybrid Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100km) kombiniert 19,3. Kraftstoffverbrauch (l/100km) kombiniert 1,7. CO_2-Emission (g/km) kombiniert 39. Effizienzklasse A+++. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet.

Fölster & Finck

Fölster & Finck GmbH
Bullenkoppel 20
22047 Hamburg
Telefon 040/6932056
www.ah-foelster.de

Der Volkshochschulverein feiert Geburtstag

Die Corona-Pandemie hat auch den Volkshochschulverein Hamburg-Ost e.V. gezwungen, sein 40-jähriges Bestehen verspätet zu feiern. Mittlerweile ist er schon fast 43 Jahre alt. Am 4. September soll der Geburtstag nun aber doch in der Karl Schneider Halle am Berner Heerweg 183 zelebriert werden.

Das Programm, das von Gerhard Fuchs moderiert wird, startet um 12.30 Uhr mit Musik von der Bigband Jenfeld und der VHS-Combo, mit Bildern und Bildhauerarbeiten der Künstler/innen Ute Flemming, Christine Ruge und Thomas Behrendt sowie mit persönlichen Gesprächen. Ab 14 Uhr gibt es die erste Begrüßung vom Vorsitzenden des Vereins, Wulf Hilbert, bevor sich der Freizeitsport e.V. und die bulgarische Tanzgruppe „Zdravec“ präsentieren.

Kultursenator als Festredner

Nach der zweiten Begrüßung des Vorsitzenden und seiner Stellvertreterin, Regina Jäck, werden ab ca. 15 Uhr Sönke Schreiber am Marimbaphon und Elisaveta Ilina am Klavier in Aktion mit der Tanzbrücke Hamburg e.V. unter der Leitung von Natalia Dergatcheva ein Highlight sein.

Im Anschluss (gegen 16 Uhr) hat sich Kultursenator Carsten Brosda als Festredner angesagt. Im Vorwege erklärt dieser gegenüber der RUNDSCHAU: „Der Volkshochschulverein Hamburg-Ost ist seit

Kultursenator Carsten Brosda hat sich als Festredner angesagt.

nunmehr über 40 Jahren ein fester Bestandteil des kulturellen und gesellschaftlichen Lebens, nicht nur im Osten Hamburgs. Mit Kreativität bietet er Jahr für Jahr ein vielfältiges Programm und leistet einen wichtigen und durchaus auch kritischen Beitrag zum Diskurs in unserer Stadt. Für dieses Engagement danke ich allen Beteiligten sehr und wünsche dem Verein und der Stadt noch viele Impulse dank der großartigen Arbeit.“

Musik und Ansprachen

Bevor gegen 17.40 Uhr Uwe Grieger, Direktor der Hamburger Volkshochschule, sowie Wandsbeks Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff zu Wort kommen, präsentiert sich das preisgekrönte Farmsener Gitarrenensemble. Im Anschluss spielen Ian Mardon (Violine) sowie Andrea Merlo (Klavier) Stücke von Klassik bis Folk und Wulf Hilbert verrät nach mehr als 40 Jahren ehrenamtlichen Engagements, was einen Menschen so antreiben kann. Er darf sich anschließend auf eine philosophisch-humoristische Einlage aus dem Leben an der VHS gefasst machen, die von Vorstandsmitglied Dr. Volker Thönnes vorgetragen wird. Zum Abschluss der Veranstaltung können die Besucherinnen und Besucher ab 20 Uhr einer öffentlichen Probe des Wandsbeker Sinfonieorchesters von der Galerie aus beiwohnen.

Eintritt frei

Der Tag ist in vier Abschnitte unterteilt: von 12.30 bis 14 Uhr, von 14.20 bis 16.30 Uhr, von 17.15 bis 19.15 Uhr und ab 19.50 Uhr. Gut, wenn man sich angemeldet hat, man kann aber auch spontan vorbeikommen. Der Eintritt ist frei, außerdem bietet der VHS-Verein zu seinem Geburtstag kostenlos Getränke und Snacks an.

Auch das Wandsbeker Sinfonieorchester und die Tanzbrücke Hamburg e.V. sind mit von der Partie.

Kunstausstellung

Das Gymnasium Marienthal feiert sein 50. Jubiläum. Zu diesem Anlass findet im September eine Ausstellung im Bezirksamt Wandsbek statt.

Unter dem Schulmotto „Mit Freude selbstständig werden“ führt das Gymnasium Marienthal seit 1972 zum Abitur. Über 900 Schülerinnen und Schüler lernen aktuell an der Schule, sie werden von ca. 80 Lehrerinnen und Lehrern unterrichtet. 20 weitere pädagogische und nichtpädagogische Mitarbeitende sind in den außerunterrichtlichen Angeboten tätig.

Das Gymnasium ist eine bunte Schule mit vielen Nationalitäten, die gemeinsam im teilgebundenen Ganztagsbetrieb arbeiten. Das pädagogische Engagement, die große Vielfalt an kulturellen Veranstaltungen und das lebendige Miteinander gehören genauso zur DNA dieses Gymnasiums wie das Leistungsprinzip in den akademischen Fächern und die Energie, die das Kollegium seit vielen Jahren in die Unterrichtsentwicklung investiert.

Die Ausstellung zeigt Fotografien mit Impressionen aus den vergangenen 50 Jahren Schulgeschichte, die gleichzeitig auch Zeitgeschichte Wandsbeks ist. Sie wird noch bis zum 23. September im Bezirksamt Wandsbek, Schloßstraße 60, auf der Ausstellungsfläche im 2. Obergeschoss gezeigt und ist Montag bis Freitag von 7 bis 19 Uhr geöffnet. Außerdem ist die Ausstellung in digitaler Form unter in digitaler Form unter www.hamburg.de/wandsbek zu sehen.

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

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
Barmbek	Auflage 41.600
Winterhude	Auflage 36.300

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. 14 vom 01.01.2020

Mitsingen ist ausdrücklich erwünscht

Fortsetzung von Seite 1

Gepflegt wird neben Volksliedern auch die heitere Musik, einschließlich der für Norddeutschland typischen Seemannslieder und Shantys. Selbst klassische Werke fehlen nicht im Programm. Gemeinsame Konzerte mit befreundeten Chören sowie Auftritte in Seniorenheimen und bei Jubiläen sind die Ziele der wöchentlichen Proben, die immer mittwochs von 17 bis 19 Uhr im Restaurant „Luisenhof & Dubrovnik“, Am Luisenhof 1, stattfinden.

Der Seemanns-Chor Hamburg lädt am 23. September zum Festkonzert in die Laeiszhalle ein.

Fürs Singen geboren

Dieter Flacke, der seit 2007 die Geschicke des Männerchores als Vorsitzender leitet und bei seiner Arbeit von engagierten Vorstandsmitgliedern unterstützt wird, singt seit 60 Jahren in der Adolphina. „Ich bin einfach fürs Singen geboren,“ erzählt er scherzhaft. Dass es wichtig ist, mit Spaß dabei zu sein, bestätigt auch Gunter Wolf, der seit 2006 den Taktstock bei der Adolphina schwingt und mit Führungsstärke sowie mit Menschlichkeit die Tradition seiner Vorgänger fortsetzt. Der ehemalige Chordirektor und Kapellmeister war ein echter Glücksgriff für die Sangesbrüder. Seit Monaten bereitet er den Chor auf das große Festkonzert vor, das am 10. September, um 16 Uhr in der Friedenskirche Berne, Lienaustraße 6, stattfindet. Unter dem Motto „Musik verbindet“ sind auch der „Berner Frauenchor“ sowie der „Männerchor Salia von 1922 e.V.“, der in diesem Jahr sein Jahrhundert-Jubiläum feiert, mit von der Partie. Da Wolf die Männer aus Sasel ebenfalls unter seinen Fittichen hat, wird es beim Festkonzert auch Stücke geben, die gemeinsam mit den Gast-Chören interpretiert werden. Insgesamt spiegelt das Programm, das Musikfreunde mit Spannung erwarten dürfen, das breite Repertoire der Adolphina wider. Der Eintritt ist frei.

Weiteres Jubiläumskonzert

Auch der „Verein der Hamburger e.V.“ feiert in diesem Jahr ein Jubiläum und wird 125 Jahre alt. Der Verein ist ein Zusammenschluss von Bürgerinnen und Bürgern, die sich der hamburgischen Geschichts- und Traditionspflege verpflichtet fühlen und vor allem jüngeren Mitgliedern gegenüber aufgeschlossen sind, die neue Ideen und Aktionen in das Vereinsleben einbringen.

Im Hinblick auf diesen Aspekt hat der überregional bekannte musikalische Leiter und Dirigent des dem Verein angehörenden Seemanns-Chores, Kazuo Kanemaki, ein maritim geprägtes Festkonzert konzipiert, das am 23. September, um 19 Uhr in der Laeiszhalle zur Aufführung kommt. Hier führt er unter dem Motto „Tradition und Jugend“ erneut den Seemanns-Chor Hamburg und den Polizeichor Hamburg auf der Bühne zusammen. Eine Verbindung zwischen Jung und Alt bilden die Gastauftritte von der „Lütt Finkwarder Speeldeel“ und dem „Chinesischen Kinderchor Hamburg“.

Mit dem Konzert möchte der Verein der Hamburger Anstoß geben, Hamburger Lieder in die Familien zu tragen und die nächste Generation für diese Musik zu begeistern. Mitsingen ist nicht nur erlaubt, sondern ausdrücklich erwünscht. Karten zum Preis von 18 Euro, 21 Euro, 24 Euro und 27 Euro (inkl. Nutzung des HVV) gibt es unter www.seemannschor-hamburg.de, im Ticketshop der Laeiszhalle (Telefon 357 66 666) oder direkt bei p.frodeno@gmail.com und unter Telefon 0171 5678722.

Zünftiges Oktoberfest mit Musik und Spielen

Ob laue Sommerabende oder verregnete Herbsttage: Im Restaurant Luisenhof & Dubrovnik, Am Luisenhof 1, finden die Gäste zu jeder Jahreszeit den idealen Platz. Egal, ob auf einer der beiden überdachten Terrasse oder in den gemütlichen Innenräumen – hier kann man sich mit den kulinarischen Highlights aus der Küche verwöhnen oder einfach einen Drink genießen.

Beispielsweise bei dem zünftigen Oktoberfest, zu dem das Restaurant am 24. September ab 19 Uhr einlädt. Neben Tanz und bayerischer Musik von DJ Stefan gibt es verschiedene Spiele wie Beer Pong und Maßkrugstemmen sowie den Partyspaß Wettnageln, bei dem es darum geht, einen Nagel mit dem spitzen Ende eines Hammers in einen Holzklotz zu schlagen und dabei so wenig Schläge wie möglich zu benötigen. Außerdem erwartet die Gäste ein reichhaltiges Buffet mit entsprechenden Schmankerln und Spezialitäten. Die Kosten betragen 22 Euro pro Person (ohne Getränke). Dirndl und Trachten sind gerne gesehen, aber nicht zwingend erforderlich – allerdings werden die Schönsten von ihnen mit einem Gutschein prämiert: 50 Euro (1. Platz), 30 Euro (2. Platz) und 15 Euro (3. Platz).

Eine Reservierung bis zum 22. September ist erforderlich. Diese werden ab sofort unter Telefon 643 10 71 oder direkt im Restaurant entgegen genommen. Hier kann man übrigens bereits Termine für die bevorstehende Weihnachtsfeier buchen, für die Familie Bisaku Sonderrabatte anbietet. Das gilt auch für private Feiern und andere Firmenveranstaltungen. Außerdem gibt es weiterhin den Außer-Haus-Verkauf sowie den Lieferservice (im Umkreis von 3 km und einem Mindestbestellwert von 30 Euro). Die Bestellungen kann man ebenfalls telefonisch oder im Online-Shop auf www.luisenhof-dubrovnik aufgeben.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER RUNDSCHAU ERSCHEINT AM 30. SEPTEMBER

Freie Plätze beim Freiwilligendienst

Wer sich nicht für eine Ausbildung oder ein Studium entscheiden konnte, für den ist ein Bundesfreiwilligendienst (BFD) oder ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) ein guter Schritt zur Persönlichkeitsentwicklung und beruflichen Orientierung. Zahlreiche soziale Einrichtungen bieten noch freie Plätze an. Darauf machen die Freiwilligendienste des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes aufmerksam, der in Hamburg Dachverband von mehr als 400 sozialen Organisationen ist.

„Viele junge Menschen beenden die Schule und wissen noch nicht, welchen Weg sie für die Zukunft einschlagen wollen. Sie möchten sich erst ausprobieren, bevor sie sich für eine Ausbildung oder ein Studium entscheiden, was sie für mehrere Jahre festlegt. Da ist ein mehrmonatiger Freiwilligendienst die perfekte Zwischenstation“, sagt Kristin Alheit, Geschäftsführerin des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Hamburg.

Ein FSJ oder ein BFD kann in Vollzeit oder auch Teilzeit absolviert werden und dauert zwischen sechs und zwölf Monaten, kann aber später noch auf 18 Monate verlängert werden. Zahlreiche soziale Einrichtungen wie Kindertagesstätten, Seniorenheime, Jugendwohnungen oder Einrichtungen der Behindertenhilfe bieten dafür Plätze an.

„Ein Freiwilliges Soziales Jahr oder ein Bundesfreiwilligendienst ist der ideale Weg, erste Berufserfahrungen zu sammeln, Geld zu verdienen und dabei sozialversichert zu sein sowie eine gesellschaftlich relevante Tätigkeit auszuüben. Hier können sich junge Menschen voll einbringen, Gutes tun und dabei selbst viel lernen“, so Alheit weiter. „Außerdem achten Arbeitgeber immer mehr darauf, ob der Lebenslauf mit sozialem Engagement punkten kann.“

Junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren haben für ihr FSJ oder ihren BFD die Wahl zwischen vielfältigen Einsatzmöglichkeiten, zum Beispiel in Kitas, auf Bauspielplätzen, im Mehrgenerationenhaus und in Seniorenheimen sowie in sozialen Beratungsstellen und Wohngruppen. Die Teilnehmenden erhalten Verpflegungsgeld, ein monatliches Taschengeld und zahlreiche kostenfreie Bildungstage. Für junge Menschen, die über 27 Jahre alt sind, steht ausschließlich der BFD offen.

„Viele Teilnehmende im FSJ oder BFD haben so ihren zukünftigen Beruf und teilweise sogar ihren künftigen Arbeitgeber kennengelernt und danach eine entsprechende Ausbildung oder ein passendes Studium aufgenommen. Andere nutzen die Zeit, um neue Eindrücke zu sammeln und sich persönlich weiter zu entwickeln“, fasst Alheit die Erfahrungen des Verbandes mit fast 1.500 Freiwilligendienstleistenden zusammen. Interessierte finden unter www.bfd-hamburg.de und www.hamburg-fsj.de eine aktuelle Übersicht der freien Plätze. Bei Fragen helfen die Mitarbeitenden der Paritätischen Freiwilligendienste unter Telefon 39 92 63-47 gerne weiter.

Country-Musik

Am 9. September ist die Country- & Bluegrass Band „Silver Dollar“ ab 19 Uhr wieder zu Gast im Strandbad Farmsen am Neusurenland 67. Die Band gründete sich im Jahre 2013 und besteht gegenwärtig aus fünf Musikerinnen und Musikern. Die Mitglieder sind seit langem musikalisch unterwegs und hatten den Wunsch, Country-Musik zu spielen, allerdings auf der Grundlage eigener Arrangements. Die Besetzung mit Gitarre, Mandoline, Five String Banjo, Bass-Gitarre, Fiddle und Percussion orientiert sich an der Standard-Besetzung von Bluegrass Bands. Mit den ersten Auftritten im Frühjahr 2014 wurde klar, dass neben den Bluegrass-Titeln, die eine lebensfrohe Stimmung verbreiten, besonders Titel der klassischen Country-Musik vom Publikum gewünscht werden.

Die Freude an einem Musik-Genre, welches jedem Spieler ein weites Spektrum instrumenteller und gesanglicher Gestaltungsmöglichkeiten eröffnet, ist das, was die Band antreibt und was sie immer wieder herausfordert.

Der Eintritt kostet 10 Euro, die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Karten gibt es im Vorverkauf im Weinshop (EKT Farmsen) und in „Ihre Frisierstube“ (Neusurenland 103). Restkarten, soweit vorhanden, sind an der Abendkasse erhältlich.

Ausstellung

Nach langer Corona-Pause präsentiert der KUNSTRAUM FARMSEN im VHS-Zentrum Ost. Berner Heerweg 183, ab dem 21. September wieder neue Werke. Die Ausstellung „buntGEMISCHTES 2022“ verspricht zum vierten Mal eine wunderbare Vielfalt an Kunstwerken, gesehen und gemalt von den Teilnehmenden der Acrylmalkurse der VHS-Kursleiterin Ute Meta Kühn.

Interessenten sind zur Austellungseröffnung am 21. September, um 19.30 Uhr herzlich eingeladen. Im Anschluss können die Werke bis zum 12. November jeweils montags bis freitags von 9 bis 19 Uhr besichtigt werden. Der Eintritt ist frei.

Rathausbesuche

Lars Pochnicht (SPD), Bürgerschaftsabgeordneter für Bramfeld, Farmsen-Berne und Steilshoop, lädt am 7. September zu einem Besuch des Hamburger Rathauses ein. Hier werden die Besucherinnen und Besucher um 12 Uhr durch das politische Herz der Stadt geführt und erhalten einen Einblick in eines der wohl schönsten sowie bekanntesten Gebäude Hamburgs. Nach der Besichtigung der repräsentativen Räume gibt es einen kurzen Film über die Geschichte des Hauses und es besteht die Möglichkeit, sich mit Lars Pochnicht über die aktuellen Themen aus Hamburg und dem Wahlkreis auszutauschen. Im Anschluss kann man bis 15 Uhr eine Sitzung der Bürgerschaft verfolgen, bei der die brennendsten Themen unserer Stadt diskutiert werden. Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Interessierte Bürgerinnen und Bürger können sich ab sofort im Wahlkreisbüro von Lars Pochnicht, Telefon 63 91 76 80 oder per Mail unter buero@pochnicht.de anmelden.

Auch der Bürgerschaftsabgeordnete Sandro Kappe (CDU) bietet aufgrund der hohen Nachfrage für Interessenten aus Bramfeld, Farmsen-Berne und Steilshoop am 29. September, um 14.45 Uhr erneut eine Führung durch das Rathaus an. Anmeldungen werden per Mail unter sandro.kappe@gmail.com oder unter Telefon 0151/15591280 entegen genommen.

Neues Programm

Ab sofort können sich Familien für die Angebote der Elternschule Farmsen-Berne, Bekassinenau 126, für die zweite Jahreshälfte anmelden. Das Programm ist bunt und vielseitig. Angeboten werden beispielsweise Babymassagen, verschiedenen Eltern-Kind-Gruppen und Themenabende. Ein Blick in das Programmheft unter https://www.hamburg.de/elternschulen-wandsbek/ lohnt sich.

Zurzeit gibt es leider keine offenen Angebote. Zu allen Treffen ist eine Anmeldung erforderlich. Diese kann unter anderem schriftlich mit Hilfe des Anmeldeformulars in den gedruckten Exemplaren erfolgen. Auch eine Anmeldung per Mail unter elternschule-farmsen-berne@wandsbek.hamburg.de oder unter Telefon 647 63 88 sowie eine Gebührenbefreiung bei Sozialleistungsbezug sind möglich.

Tag des offenen Denkmals®

Vom 9. bis 11. September kann man Hamburgs Baukultur auf besondere Art erleben: Beim Tag des offenen Denkmals erfährt man die Geschichte von sonst nicht öffentlich zugänglichen Baudenkmälern und erlebt das historische Flair. Denkmalpfleger, Architekten und Kunsthistoriker sowie Eigentümer und Initiativen, die sich um den Erhalt denkmalgeschützter Bauten kümmern, stellen Gebäude und aktuelle Projekte vor.

„KulturSpur. Ein Fall für den Denkmalschutz" – unter diesem lädt der Tag des offenen Denkmals® ein, sich auf spannende Spurensuche zu begeben. Welche Spuren wurden durch menschliches Handeln an Denkmälern hinterlassen? Welche Geschichten erzählen diese und welche Schlüsse zieht die Denkmalpflege daraus? Manchmal ziehen sich architektonische Kulturspuren ganz offensichtlich durch die ganze Stadt und prägen sie, wie zum Beispiel die traditionsreiche Backsteinbauweise von Oberbaudirektor Fritz Schumacher. Oft sind diese Spuren auch so verdeckt, dass sie wieder freigelegt werden müssen, wie so manch ausgeklügeltes Farbkonzept in den Bauten der Moderne von Karl Schneider. „Wie bei der praktischen Restaurierung wollen wir symbolisch ein wenig an der Fassade der historischen Denkmäler kratzen und Spuren der wechselnden Zeiten, Moden und des technischen Wandels aufspüren", erklärt Irina von Jagow, Geschäftsführerin der Stiftung Denkmalpflege Hamburg.

Bei einer Führung auf dem Friedhof Ohlsdorf kann man Geschichte erkunden.

Zahlreiche Angebote

In diesem Jahr laden rund 160 Veranstaltungen dazu ein, die Hamburger Denkmallandschaft zu erkunden. Vor Ort wird es Besichtigungen, Führungen und Rundgänge für Erwachsene und Kinder Fahrten mit historischen Fahrzeugen geben. So lädt beispielsweise der Förderkreis Ohlsdorfer Friedhof e.V. am 11. September um 10.30 Uhr zu einer Führung ein, die sowohl zu Fuß als auch mit dem eigenen Fahrrad möglich ist. Treffpunkt ist vor dem Museum Ohlsdorfer Friedhof. Weil die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird um Anmeldung unter Telefon 0176 7417 9415 oder per Mail unter fuehrungen@fof-ohlsdorf.com gebeten. Die Teilnahme ist frei, Spenden sind gern gesehen. Ein breites Familienprogramm sowie ein buntes Kulturprogramm mit einer Denkmalnachtradtour, Konzerten, einem Landschaftstheater und vielem mehr runden die Veranstaltung ab.

Denkmäler digital

Auch von zuhause können Denkmäler erkundet werden: Das digitale Programm wird am 9. September um 11 Uhr unter www.denkmaltag-hamburg.de veröffentlicht. Das Programmheft mit einem Überblick über alle Angebote steht ab sofort als PDF zum Download und für mobile Endgeräte unter www.denkmalstiftung.de/denkmaltag zur Verfügung.

Humanistische Jugendfeier:

Ein Meilenstein im Leben

Mit einem würdevollen Fest im Sasel-Haus haben Jugendliche aus Wandsbek im Juni ihren Schritt ins Erwachsenwerden gefeiert. Die humanistische Jugendfeier, die zum großen Teil von den jugendlichen Teilnehmerinnen und Teilnehmern selbst gestaltet wurde, bildete den krönenden Abschluss einer 8-monatigen Vorbereitungszeit – einem abwechslungsreichen Mix aus analogen und virtuellen Gruppentreffen, Workshops, Projekttagen und Ausflügen sowie einer Wochenendfahrt nach Berlin.

Ab November 2022 startet in der Gyula-Trebitsch-Schule in Tonndorf die neue Saison. Die Abschlussfeier findet dann am 17. Juni 2023 wieder im Sasel-Haus statt. Kein Kind mehr – und doch noch nicht erwachsen. Jugendliche zwischen 13 und 15 Jahren befinden sich in einer aufregenden Phase, zwischen Wünschen und Wirklichkeit. Diese Zeit ist häufig verwirrend, manchmal chaotisch, aber immer spannend.

Mit ihrem Programm rund um die humanistische Jugendfeier werden die Gruppenleiter Petra Schmidt und Arne Lund gemeinsam mit ihren Teamer/innen die Jugendlichen auf einem Abschnitt dieses Weges begleiten sowie mit ihnen den Abschied von der Kindheit und den Übergang ins Erwachsensein feiern.

Die Humanistische Vereinigung ist Körperschaft des öffentlichen Rechts und als Träger der freien Jugendhilfe anerkannt. Weitere Infos und Anmeldung unter: www.jugendfeier.de.

Petra Schmidt (2.v.l.) und Arne Lund mit zwei ihrer Teamerinnen bei einer der diesjährigen Jugendfeiern.

Jugendfeier

die weltlich-humanistische Alternative zur Konfirmation

Vorbereitungs-Programm ab November 2022
in der Gyula Trebitsch Schule Tonndorf
und
Jugendfeier am 17. Juni 2023
im Sasel-Haus
(Saseler Parkweg 3, 22393 Hamburg)

Ihre Ansprechpartnerin:

Petra Schmidt
Telefon: 0162 6719408
petra.schmidt@jugendfeier.de

Mehr Infos unter:
www.jugendfeier.de

Humanistische Vereinigung

Humanistische Vereinigung K.d.ö.R.
Prinzenstraße 10, 30159 Hannover

seit 1848 für Menschlichkeit und Vernunft

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 September

Im September starten bei der Hamburger Volkshochschule viele neue Kurse – sowohl online als auch vor Ort im VHS-Zentrum Ost in Farmsen. Die Online-Kurse finden mit ZOOM Meeting statt (www.zoom.us). Der Link zum Kurs wird vor Kursbeginn per E-Mail mitgeteilt. Für die Teilnahme werden PC- und Internetgrundkenntnisse vorausgesetzt. Außerdem wird ein Computer mit Internet-Zugang und ZOOM-App, Kamera, Lautsprecher und Mikrofon sowie eine Mail-Adresse benötigt.

Yoga für Frauen mit Krebserkrankung

Yoga bietet eine Vielfalt an Atem- und Körperübungen, die speziell angepasst werden können, um nach Therapien die Regenerationsfähigkeit zu aktivieren und mögliche Bewegungseinschränkungen zu reduzieren. Das hilft sowohl dem Körper als auch dem Geist. Es geht darum, den eigenen Rhythmus zu entdecken, einen wohlwollenden und achtsamen Umgang mit sich selbst zu erfahren und wieder Vertrauen in den Körper und das Leben zu bekommen. Diese wertvollen Erfahrungen kann man dann in den Alltag integrieren. Erfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, ein großes Handtuch zum Bedecken der Matte, eine Decke, warme Socken und bei Bedarf ein flaches Kissen mitbringen. **Termine:** ab 7.9., jeweils Mi., 14.30 bis 16 Uhr (10 Termine, 131 Euro)

Fitness fürs Gehirn

Konzentrations- und Gedächtnistraining mit Schwung, vielerlei Übungen und viel Spaß lässt die „grauen Zellen" beweglich bleiben, stärkt das Gedächtnis, führt zu besserer Konzentrationsfähigkeit und fördert so ganz nebenbei auch noch die Kreativität. Das alles ganz locker und entspannt – und ohne Leistungsdruck. **Termine:** ab 13.9., jeweils Di., 16.15 bis 17.45 Uhr (10 Termine, 72 Euro, zzgl. 72 Euro Umlage für Kopien)

Musikstadt Oslo

Kaum eine Stadt kann ein so umfangreiches Musikleben aufweisen wie die Hauptstadt Norwegens. Etliche Festivals mit über 5.000 Konzerten im Jahr sind nicht so leicht zu toppen. Wulf Hilbert hat sich in Oslo mit der norwegischen Musikgeschichte befasst und nachgeforscht, wo berühmte Musiker/-innen gewohnt und ihre Kreativität entfaltet haben. Bilder und Musikbeispiele untermalen den Vortrag; anschließend wird zur Diskussion eingeladen. **Termin:** 14.9., 19 bis 20.30 Uhr (1 Termin, 10 Euro)

Buchführung - Grundlagen

Es werden die Grundlagen der Buchführung vermittelt, die den Einstieg und das Verständnis in das betriebliche Rechnungswesen darstellen. Folgende Themen werden behandelt: Aufgaben der Buchführung, rechtliche Grundlagen, Inventur, Bilanz, Belegorganisation, Aufgaben und Aufbau der Kontenrahmen, praxisrelevante Geschäftsfälle auf Bestands- und Erfolgskonten, Umsatzsteuer und Vorsteuer, Abschluss über GuV und Bilanz. **Termine:** 16.9. und 23.9., 18 bis 21 Uhr sowie 17.9. und 24.9, 10 bis 18 Uhr (4 Termine, 178 Euro)

Weben am Webstuhl

In diesem Kurs lernen Interessierte die Grundlagen des Webhandwerks kennen: Was ist Kette und Schuss und wie geht das eigentlich? Wie schafft man Verbindungen durch Hebung und Senkung und wie entsteht das Muster? An einem Wochenende können sie an einem fertig vorbereiteten, eingezogenen Webstuhl ein Stück Stoff herstellen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Schere, Maßband und dicke Socken (am Webstuhl mit Tritten wird ohne Schuhe gewebt). Garne sind vorhanden, können aber auch gerne mitgebracht werden. Vorhandenes Material liegt bei ca. 5 Euro pro 100 g, je nach Art. Es stehen fertig eingerichtete Webstühle mit 4 und 8 Schäften bereit. **Termine:** 17.9. und 18.9., jeweils 12 bis 17.45 Uhr (2 Termine, 124 Euro)

Workshop

Mit einer Kombination aus traditionellen asiatischen Kampfkünsten und effektiven Selbstverteidigungstechniken können die Teilnehmenden lernen, sich besser zu behaupten. Abwehrübungen und mentale Trainingseinheiten machen sicherer im eigenen Angst- und Panikverhalten. Wahrnehmungsschulung ermöglicht eine realistische Situationseinschätzung und situationsangemessene Gegenwehr. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenschuhe und etwas zu trinken. **Termine:** 24.9., 10 bis 16.30 Uhr und 25.9., 10 bis 14 Uhr (2 Termine, 72 Euro)

Mittagsmenü für Gesellige

Wer mittags lieber in größerer Runde kocht und isst und sich über etwas Gesellschaft freut, ist hier genau richtig! Gemeinsam wird ein raffiniertes Drei-Gang-Menü zubereitet und genossen. Unter professioneller Anleitung gibt es neue geschmackliche Inspirationen und den ein oder anderen Küchenkniff dazu. Bitte mitbringen: bei Bedarf Getränke und Gefäße für eventuell übriggebliebene Köstlichkeiten. **Termin:** 27.9., 10.30 bis 14.15 Uhr (1 Termin, 47 Euro)

Sprachkurse für Anfänger

Italienisch (ab 10.9., jeweils Sa., 10.15 bis 15 Uhr = 4 Termine für 142 Euro; online ab 13.9., jeweils Di., 18 bis 19.30 Uhr = 14 Termine für 122 Euro)
Dänisch (ab 12.9., jeweils Mo., 18 bis 19.30 Uhr = 14 Termine für 122 Euro)
Spanisch (online ab 12.9., jeweils Mo., 19.45 bis 21.15 Uhr = 14 Termine für 122 Euro)

Alle Kurse finden 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 sind auch unter www.vhs-hamburg.de zu finden.

ANZEIGE

HIER WIRD EINKAUFEN ZUM ERLEBNIS

DIE FILIALE IST NOCH NICHT PERFEKT – DIE PREISE SCHON!

Gleich entdecken im
Einkaufstreffpunkt Farmsen.

einkaufstreffpunkt farmsen

Auf geht‘s zum Sonntagsbummel

Die Tage werden kürzer, der Herbst steht vor der Tür – und mit ihm der dritte verkaufsoffene Sonntag des Jahres. Am 25. September hat der Einkaufstreffpunkt Farmsen von 13 bis 18 Uhr für Sie geöffnet. Nutzen Sie die Gelegenheit, um in aller Ruhe die schönsten Kollektionen der aktuellen Herbst- und Wintermode zu entdecken oder um mit der ganzen Familie verschiedene Spiel- und Mitmach-Stationen auszuprobieren.

Beim Shoppingsonntag kann man in aller Ruhe die Kollektionen der aktuellen Herbst- und Wintermode entdecken.

Es ist die Zeit, in der die Röcke wieder länger getragen werden, die Jacken dicker sind und T-Shirts unter wärmenden Pullovern verschwinden. Ab dem 23. September ist offiziell Herbst und damit Zeit, wieder einmal nach Herzenslust zu shoppen und die Garderobe auf den neuesten Stand zu bringen. Praktisch, dass der Einkaufstreffpunkt Farmsen mit seinen 70 Fachgeschäften gleich vor der Tür liegt und am 25. September sogar geöffnet hat.

Die Besucherinnen und Besucher können das Glücksrad drehen.

In dem beliebten Nahversorgungszentrum kommt wirklich jeder auf seine Kosten, denn der Branchenmix ist vielfältig und deckt alle relevanten Zweige ab: Vom Modeausstatter über den Juwelier und dem Spielwarenladen bis hin zu praktischen Geschäften wie Drogerie, Optiker, Friseur, Parfümerie und Supermarkt. Viele der hier ansässigen Läden haben sich für den verkaufsoffenen Sonntag etwas Besonderes ausgedacht und überraschen die Kunden unter anderem mit tollen Angeboten. Und wem das Einkaufen die letzten Reserven geraubt hat, der kann sich in einem der Gastronomiebetriebe vor Ort stärken, bevor es auf zur nächsten Runde geht.

Das Rahmenprogramm

Einen besonderen Rahmen bekommt der Shoppingsonntag durch das Thema Kinder, Jugend und Familie, dem mit zahlreichen Spiel- und Mitmach-Aktionen Rechnung getragen wird. Die großen und kleinen Besucher können sich auf ein Glücksrad sowie auf Bullriding freuen oder sich in einem Virtual Reality 5D-Simulator mit speziellen Brillen themenbezogene Filme ansehen und dabei durch die Bewegungen des Sitzes sowie den simulierten Wind tolle Effekte erleben. Alle Teilnehmer an den Mitmach-Stationen erhalten kleine Give-aways und ein Clown verzaubert außerdem mit Luftballonmodellage. Für Kinder gibt es zusätzlich eine Pinguin-Rennbahn, eine Schminkstation sowie Entenangeln und – wenn das Wetter es zulässt – eine große Hüpfburg auf dem Parkdeck.
Ein Großteil der Aktionen findet in der unteren Ladenstraße statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Kostenlos Parken

Zum Sonntags-Shopping mit dem eigenen Auto? Im Einkaufstreffpunkt Farmsen kein Problem! Mehr als 1.000 kostenlose Stellplätze sorgen dafür, dass einem entspannten Bummel nichts im Wege steht. Gegenüber der Zufahrt zum Parkdeck gibt es zudem einen Allego-Schnelllade-Park für Elektrofahrzeuge, auf dem 18 Plätze mit Ladeleistungen von 22 kW bis 300 kW zur Verfügung stehen.

Tolle Effekte genießt man im Virtual Reality 5D-Simulator.

Dieser wilde Bulle gibt alles, um die Reiter abzuwerfen.

LBV-Mobil vor Ort

Einen Service ganz besonderer Art gibt es erneut am 16. und 17. September: Der Landesbetrieb Verkehr (LBV) ist zu Gast und hält eine Vielzahl von Dienstleistungen bereit. So kann man beispielsweise seinen Führerschein in einen EU-Kartenführerschein tauschen, einen internationalen Führerschein beantragen, sein Kraftfahrzeug an-, ab- oder ummelden, sein Wunschkennzeichen reservieren oder Adressänderungen im Fahrzeugschein vornehmen lassen. Außerdem bekommt man Ersatzdokumente für Fahrzeug-Zulassung und Führerschein (nur bei Diebstahl) und kann Karteiabschriften erstellen lassen. Damit haben die Besucherinnen und Besucher Gelegenheit, beim Bummel durch das Center ganz entspannt und außerhalb der behördlichen Öffnungszeiten ihre Angelegenheiten rund um das Auto zu erledigen.
Die LBV-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter sind an beiden Tagen von 10 bis 19 Uhr vor Ort, und zwar im großen Lichthof in der unteren Ladenstraße. Bitte beachten Sie, dass die Dienstleistungen nur von Privatkunden in Anspruch genommen werden können.

Sonntags-Shopping

25. September
13.00 bis 18.00 Uhr

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!

Tag der Jugend:

Start in Ausbildung noch dieses Jahr möglich

Wer sich jetzt um eine Ausbildung bewirbt, hat weiter gute Chancen auf einen Ausbildungsplatz. Die Berufsberaterinnen und Berufsberater bieten jungen Menschen für eine erfolgreiche Suche nach einem Ausbildungsbetrieb Orientierung und unterstützen durch eine Vermittlung.

Eine Ausbildung eröffnet jungen Menschen den Zugang zu einer sicheren und attraktiven Beschäftigung. Und nicht nur das: In der betrieblichen Praxis können sie oft konkreter etwas bewegen als in der Schule. Sie können neue Entwicklungen in einer zunehmend digitalen und nachhaltigen Wirtschaft mit vorantreiben oder zu einer sozialen Gesellschaft – in der Menschen auf Unterstützung angewiesen sind – beitragen, denn all das ist in einer Ausbildung möglich.

Gute Chancen auf Ausbildungsplatz

Die Chancen auf einen Ausbildungsplatz sind für die jungen Menschen in diesem Sommer weiter gut. Es gibt bundesweit momentan weit mehr freie Ausbildungsplätze als Ausbildungssuchende. Viele Unternehmen suchen weiter intensiv Bewerberinnen und Bewerber, um Fachkräfte für die Zukunft zu gewinnen. Auch wenn das Ausbildungsjahr bereits begonnen hat, können junge Menschen noch eine Ausbildung aufnehmen.

Jetzt informieren

Bei den Berufsberaterinnen und Berufsberatern in den Arbeitsagenturen und Jugendberufsagenturen können sie sich zu den Ausbildungsangeboten am Wohnort und im Umkreis umfassend informieren. Ein solcher Austausch geht von individuellen Wünschen und Begabungen aus und gibt oft wichtige Impulse für Bewerbungen.

Individuelle Beratungsgespräche

Tatsache ist, dass sich die Ausbildungsberufe ständig weiterentwickeln: Im Handwerk, in der IT, in Hotellerie und Gastronomie sowie in medizinischen Berufen zum Beispiel stehen Veränderungen auch im Zeichen von Nachhaltigkeit und Digitalisierung. Die Bundesagentur für Arbeit rät jungen Menschen anlässlich des Internationalen Tags der Jugend zum individuellen Beratungsgespräch für die berufliche Orientierung. Die Berufsberaterinnen und Berufsberater geben einen neutralen Ausblick auf die künftige Entwicklung der Berufe und Beschäftigungschancen.

Die Internetseite https://www.arbeitsagentur.de/k/ausbildung-klarmachen führt zum digitalen Selbsterkundungs-Tool „Check-U“, zur Ausbildungsplatzsuche und zur Terminvergabe für die Berufsberatung – persönlich vor Ort oder per Video.

Logistik-Jobbörse

Der gemeinsame Arbeitgeber-Service von Agentur für Arbeit und Jobcenter team.arbeit.hamburg organisiert für für alle Interessierten die Logistik Jobbörse 2022. Hier präsentieren sich zahlreiche Unternehmen, die auf der Suche nach Mitarbeitenden und Auszubildenden sind.

Die Logistik – die Steuerung von Warenströmen und Informationsflüssen, der Transport und die Lagerung von Gütern – zählt in Deutschland zu den größten Wirtschaftsbereichen. Die Metropolregion Hamburg ist in Nordeuropa der führende Logistik-Standort. Über Hamburg werden Warenströme zwischen Übersee, Mittel- und Osteuropa sowie dem gesamten Ostseeraum bewegt. Hamburg ist weltweit der drittgrößte Standort der zivilen Luftfahrtindustrie und verfügt über den größten Eisenbahnknotenpunkt Europas.

Sie suchen einen Arbeits- oder Ausbildungsplatz? Dann lernen Sie doch auf der Logistik Jobbörse 2022 Ihren zukünftigen Arbeitgebenden kennen. Zahlreiche Unternehmen präsentieren sich am 6. September von 10 Uhr bis 15 Uhr in der BallinStadt (Haus 1 und Außengelände) am Veddeler Bogen 2.

Die Ausstellerinnen und Aussteller suchen Mitarbeitende sowie Auszubildende in der Verwaltung, im Vertrieb, im Marketing, in der IT, im Warenumschlag, in der Technik sowie in Fahrberufen. Für Ihren ersten Kontakt ist ein Kurzprofil mit Ihren wichtigsten Daten hilfreich. Der Eintritt ist frei und eine Anmeldung nicht erforderlich.

Du suchst... einen Ausbildungsplatz?
Du kennst..... Deinen Traumjob?
Du weißt.. wo Du im Leben hin willst?

Das Team **AzubiPlus**
hilft Dir bei Deinem erfolgreichen Start in die Ausbildung

Türöffner zu Firmen in ganz Hamburg
Ziel: **Ausbildung!**
Vermittlung in alle Branchen
regelmäßige Messen und Firmenbesuche
Unterstützung im Arbeitgeberkontakt
Tipps zu Unternehmen für Deinen Wunschberuf
Anpassung Deiner Bewerbungsunterlagen
Dein **Netzwerk**: Rund 40 Ansprechpartner:innen an 7 Standorten

Starte jetzt mit AzubiPlus durch: **Nutze** unser kostenfreies Angebot und sende eine E-Mail mit Deinem Anliegen an:
Hamburg.Ausbildungsstellen-448@arbeitsagentur.de

ARBEITGEBER-SERVICE HAMBURG
Bundesagentur für Arbeit | jobcenter
jugendberufsagentur HAMBURG

Aktionswoche Selbsthilfe in Hamburg

Vom 3. bis 11. September findet die zweite bundesweite Aktionswoche Selbsthilfe unter dem Motto „Wir hilft!“ statt. Auch in Hamburg gibt es rund um diesen Zeitraum ein vielfältiges Programm, das neben einem kostenlosen Kino-Abend auch eine Online-Lesung zu Info- und Fachveranstaltungen sowie einen Flashmob bietet.

„Wir wollen aufzeigen, wie vielfältig die Hamburger Selbsthilfeszene ist und wie wichtig Selbsthilfegruppen auch und gerade in der heutigen Zeit sind. Sie geben belasteten Menschen Halt, egal, ob sie krank sind oder in einer schwierigen Lebensphase stecken“, sagt Christa Herrmann, Leiterin der Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen (KISS Hamburg). „Die Gruppe hilft, mit der eigenen Situation besser umzugehen, man erhält praktische Tipps, tauscht sich mit anderen Betroffenen aus

und stärkt sich gegenseitig.“

Das Programm ist breit gefächert und wendet sich an alle Interessierten. So lädt beispielsweise die Kontaktstelle Harburg am 5. September zu einem digitalen Informationsabend ein. Am 7. September zeigt KISS Hamburg in einer interaktiven Veranstaltung, was in der Selbsthilfe digital möglich ist und diskutiert über Herausforderungen der Selbsthilfe. Die Kontaktstelle Wandsbek veranstaltet am 8. September einen Nachmittag der offenen Tür und am gleichen Tag gibt es im Pflegestützpunkt Harburg eine Infoveranstaltung zur Gründung für pflegende Angehörige. Außerdem lädt KISS Hamburg zu einer Online-Veranstaltung für Angehörige von an ME/CFS Erkrankten mit Fachvortrag und Vernetzungsmöglichkeit ein.

Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, der Bund der Schwerhörigen, die Deutsche Rheumaliga, das Louis-Braille-Center sowie KIDS Hamburg laden ebenfalls zu Infoveranstaltungen ein. Den Abschluss bildet ein Flashmob auf dem Rathausmarkt unter dem Motto „Face your Fears“ am 13. September.

Weitere Informationen gibt es unter www.kiss-hh.de.

Ausbildungsstart

42 Pflegefachleute und 28 Pflegeassistenzkräfte begannen am 1. August ihre dreijährige bzw. zweijährige Ausbildung in den zwölf Einrichtungen der PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG GmbH. Erneut bewarben sich mehr als 400 Interessentinnen und Interessenten um einen Ausbildungsplatz. Sie durchliefen ein intensives Auswahlverfahren und absolvierten ein eingehendes Praktikum. Die Auszubildenden werden verschiedene Stationen innerhalb der Einrichtungen des Unternehmens sowie verschiedene Facheinsätze in Krankenhäusern und Ambulanten Diensten durchlaufen.

PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG verfolgt langjährig das Ziel, die Auszubildenden nach ihrem Abschluss in feste Arbeitsverhältnisse zu übernehmen. Thomas Flotow, Sprecher der Geschäftsführung: „Wir freuen uns, dass neben vielen neuen Auszubildenden auch in diesem Jahr erfahrene Pflegekräfte aus unseren Häusern ihre Ausbildung beginnen, um hervorragend qualifiziert ihre Teams zu verstärken.“

Anzeige

Neues von
PFLEGEN & WOHNEN
FARMSEN

PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG
In Gemeinschaft leben. Seit 1619

Sommerfest in Farmsen

Bei strahlendem Sonnenschein feierte PFLEGEN & WOHNEN FARMSEN Mitte August das traditionelle Sommerfest. Um 14 Uhr versammelten sich die Bewohnerinnen und Bewohner auf der bunt geschmückten und festlich hergerichteten Terrasse. Für schwungvolle und mitreißende Musik sorgte die Hamborger Schietgäng mit ihren Shantys. „An der Nordseeküste“, „Auf der Reeperbahn nachts um halb 1“ und das „Tüdelband“ begeisterten das Publikum und die Veranstalter.

Kulinarisch wurden neben einem reichhaltigen Kuchenbuffet auch selbstgebackene italienische Pizza, Grillwürste und Salate sowie passend zur Musik klassische Matjesbrötchen serviert und als sommerliches Highlightgetränk gab es Sangria.

Die Hamborger Schietgäng begeisterte mit ihren Shantys.

Gefeiert wurde auf der bunt geschmückten Terrasse.

Eine Tombola, organisiert von Eva Maria Heppner und unterstützt von Karin Langermann sowie Hannelore Rink, bot viele tolle Glücksmomente nach der Losvergabe, denn jedes 2. Los gewann.

Frau Kühnel unterhielt während der Musikpausen mit einer selbstkreierten Hutmodenschau, dargeboten von den Kolleginnen und Kollegen der Sozialen Betreuung. Ein weiterer Höhepunkt war außerdem die Gedichtpräsentation „Das heiße Höschen“.

HANDWERKER
EMPFEHLEN SICH

BEDACHUNG

Beratung Vermittlung Verkauf
LIEBSCHER BEDACHUNG
Dach und Bausanierung
Fachbetrieb für Holz und Bautenschutz
Freie Termine!
040 261 869 78
Liebscher Bedachung · Willi-Hill-Weg 18 · 22547 Hamburg
info@liebscher-bedachung.de · www.liebscher-bedachung.de

GARAGEN-TORE

e.f.Schleusner
Tor- u. Antriebstechnik GmbH
Kipp-·Sectional-·Schiebe-·Dreh-·Rolltore
Schranken · Briefkasten- u. Schließanlagen
www.garagenantriebe.de
Dringsheide 1 · 22119 Hamburg
Fax (040) 65 30 300 · Tel. (040) 654 987-0

GARTENGESTALTUNG

JÖRG NEUMANN
Garten- und Landschaftsbau
Aerifizieren (Perforierung) des Rasens
Jahrespflege • Pflanzungen
Zäune setzen · Plattenarbeiten
Seit 28 Jahren in Hamburg
Auf Anfrage reinigen wir auch Ihre Ablaufsysteme!
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

Glaserei Anton Scholze e.K.
Rauschener Ring 21 · 22047 Hamburg
Ausführung sämtlicher Glaserarbeiten
Sicherheits- und Energiesparverglasung
Versicherungsabwicklung
Tel.: 695 09 55
24 Stunden Notdienst

MARKISEN

Markisen-Markt JAGOW
Meisterbetrieb
Alle führenden Marken + eigene Herstellung
• Markisen •
• Sonnensegel •
• Terrassendächer •
Haldesdorfer Straße 74 • 22179 HH • ☎ 641 35 46
www.markisen-jagow.de

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

WERBEANLAGEN

Leuchtwerbungen · Beschriftungen
Banner · Planen · Fahnen
Wir beraten Sie gern!
AHa DESIGN
Wandsbeker Zollstraße 141-143 · 22041 Hamburg
Telefon: 040 - 500 363 02
E-Mail: info@aha-design-hamburg.de

RUNDSCHAU
FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK
Schlaue Handwerker inserieren
☞ HIER!

Mobile Problemstoffsammlung

Die nächsten mobilen Problemstoffsammlungen der Stadtreinigung Hamburg finden wie folgt statt: • am Montag, dem 5. September, von 14.30 bis 16 Uhr auf der Marktfläche Herthastraße • am Dienstag, dem 6. September, von 9 bis 10.30 Uhr in der Fabriciusstraße 30 und • am Montag, dem 26. September, von 12 bis 13.30 Uhr an der Karlshöhe/Ecke Pezolddamm. 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 sollten über die Problemstoffsammlung (mobil oder stationär auf den Recyclinghöfen) entsorgt werden, damit sie die Umwelt nicht nachhaltig belasten. Abgesehen davon, lassen sich einige Stoffe sogar noch recyceln. Auf keinen Fall dürfen gefährliche Stoffe wie beispielsweise Batterien, Chemikalien, Kosmetika und Medikamente in der Hausmülltonne landen und schon gar nicht im Abfluss oder in der Natur. Bei Abgabe sollten sie in einem geschlossenen Behälter abgefüllt und möglichst genau gekennzeichnet sein.

Energieberatung

Am 7. September bieten die Expertinnen und Experten der Verbraucherzentrale Hamburg von 14 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. Sie wird zu 100 Prozent vom Bundeswirtschaftsministerium gefördert und in Kooperation mit den Hamburger Energielotsen angeboten. Eine Anmeldung unter Telefon 248 32 250 ist erforderlich.

Start für Schulwettbewerb „E-Waste Race“

In einer vierwöchigen Aktion sammeln Schülerinnen und Schüler im Rahmen des Wettbewerbs „E-Waste Race“ Elektroschrott in ihrer Nachbarschaft und setzen sich dabei aktiv mit Recycling und den damit verbundenen Auswirkungen auf Mensch und Umwelt auseinander. Insgesamt zehn Hamburger Schulen beteiligen sich an diesem Projekt, das nun bereits zum zweiten Mal in der Hansestadt stattfindet. Wer am fleißigsten sammelt, gewinnt einen Schulausflug. Der Startschuss fiel am 24. August in der Max-Schmeling-Stadtteilschule.

Schüler/innen der Max-Schmeling-Stadtteilschule mit dem ersten gesammelten E-Schrott.

Jährlich fallen allein in Deutschland insgesamt 1,7 Millionen Tonnen Elektro- und Elektronikschrott an. Weniger als die Hälfte wird in Deutschland gesammelt, ordnungsgemäß recycelt und damit in den Wertstoffkreislauf zurückgeführt. Bei nicht ordnungsgemäßer Entsorgung gehen Wertstoffe unwiederbringlich verloren. Dabei bieten Kommunen und Handel zahlreiche Möglichkeiten zur Rückgabe von Elektroaltgeräten an.

Auf Anregung der gemeinnützigen Initiative „Das macht Schule“ startete am 24. August das zweite E-Waste Race in Hamburg. Die Initiative hat das Projekt aus den Niederlanden nach Deutschland geholt und initiiert es nun deutschlandweit – in Hamburg mit finanzieller Unterstützung von der Aurubis AG. Die Stadtreinigung Hamburg stellt die Sammelbehälter zur Verfügung und kümmert sich um die fachgerechte Entsorgung.

Wichtiges Umwelt-Thema

„Wir freuen uns, beim E-Waste-Race auch dieses Mal als Logistikpartner dabei zu sein“, sagt Andree Möller, Pressesprecher der Stadtreinigung Hamburg. „Der richtige Umgang mit Elektro-Altgeräten ist ein wichtiges Umwelt-Thema. Derart pädagogisch aufbereitet und mit viel Raum für eigene Teilhabe lernen die jungen Menschen, wie sie Umweltschutz selbst in die Hand nehmen können. Denn Recycling verhindert die Verschwendung von Wertstoffen, fördert die Kreislaufwirtschaft und den bewussten Umgang mit Ressourcen. Eine frühzeitige Sensibilisierung für das Thema ist daher von hoher Bedeutung für die zukünftigen Generationen. Wir sind gespannt, was am Ende des E-Waste-Races an Elektro-Altgeräten zusammenkommt. Und wir hoffen, dass auch das Potenzial an wiederzuverwendenden Altgeräten erkannt wird. Viele ältere Geräte sind ja oft gar nicht kaputt, sondern einfach nicht mehr angesagt. Auch hier wäre ein Umdenken wünschenswert.“

Toller Preis für die Sieger

Insgesamt 10 Hamburger Schulen beteiligen sich an dem Projekt, darunter das Gymnasium Grootmoor in Bramfeld sowie die Max-Schmeling-Stadtteilschule mit Standorten in Marienthal und Jenfeld, in der auch der Startschuss fiel. „Wir freuen uns sehr, heute mit euch zusammen den Startschuss für das E-Waste Race Hamburg 2022 zu feiern“, sagte der stellvertretende Schulleiter Robert Witte am 24. August. „Umweltbildung spielt eine zentrale Rolle auf dem Weg in eine nachhaltigere Zukunft. Unsere Schülerinnen und Schüler sollen verantwortungsvoll, selbstkritisch und konstruktiv ihr Leben gestalten lernen. Durch das Sammeln von Elektroschrott zu Hause und in der Nachbarschaft wird das Thema Umwelt und Recycling erfahrbar gemacht.“

Noch bis zum 16. September werden die Schülerinnen und Schüler fleißig sammeln. Sie sind motiviert, Teil dieses Projektes zu sein, freuen sich auf einen spannenden Wettbewerb und sind hochmotiviert, den Gewinn in ihre Schule zu holen. Schließlich fahren die Sieger zum Universum® Bremen.

Coole Projekte

„Das macht Schule“ hilft mit coolen Praxisprojekten, Schüler auf das zukünftige Leben vorzubereiten sowie Teilhabe, Werte und Kompetenzen zu fördern. Die Schülerinnen und Schüler lernen Probleme zu lösen, um mit den globalen Herausforderungen der Zukunft umgehen zu können. Zusätzlich vermittelt die Initiative gebrauchte Hardware aus Unternehmen kostenlos an Schulen. „Das macht Schule“ ist seit 2007 online – deutschlandweit, gemeinnützig, gründergeführt – und wird durch Stiftungen und Spenden finanziert. Weitere Informationen gibt es unter: www.das-macht-schule.net/ueber-uns.

Pflanzenmarkt

Gartenschätze, Marmeladenzauber und Elfenblumen: Der Pflanzenmarkt auf Gut Karlshöhe findet in diesem Jahr das erste Mal im Herbst statt, als verkleinerte Variante des Marktes im Frühjahr.

Gartenfans aufgepasst! Am letzten September-Wochenende bietet der große regionale Pflanzenmarkt auf dem historischen Gutshof ein breit gefächertes Angebot für große und kleine Garten- und Pflanzenfreunde. Mehr als 20 kleine Gärtnereien sowie engagierte Hobbygärtnerinnen und -gärtner aus Hamburg und dem Umland haben eine Vielzahl von Pflanzen im Sortiment: Stauden, Kletterpflanzen, Kräuter, Gehölze, Blumenzwiebeln und Saatgut.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt, zwischendurch kann man sich mit Gegrilltem oder Kaffee und selbst gebackenem Obstkuchen aus dem Kleinhuis Gartenbistro stärken. Wie immer gibt es auch diesmal einen Pflanzenparkplatz für die Einkäufe sowie einen Transportservice zum Parkplatz.

Der Markt findet am 25. September von 10 bis 16 Uhr an der Karlshöhe 60d statt. Der Eintritt kostet zwei Euro. Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre haben freien Zugang.

Rundgang

Bei einem Rundgang am 12. September können Interessierte etwas über den im Sommer 2018 eröffneten Planetengarten im Botanischen Sondergarten Wandsbek erfahren. Die Referentin Anke Fricke (Pflanzenkundlerin) gibt Antworten auf Fragen wie „Warum braucht es einen Planetengarten?“, „Welche Pflanzen wurden ausgewählt?“ und „Gibt es Bezüge zwischen Pflanzen und Planeten?“.

Die Veranstaltung findet um 18 Uhr in der Walddörferstraße 273 statt. Die Teilnahme kostet zwei Euro (Kinder frei). Eine Anmeldung unter Telefon 693 97 34 oder per Mail unter sondergarten@wandsbek.hamburg.de ist erforderlich. Weitere Angebote unter: www.hamburg.de/wandsbek/veranstaltungen-im-sondergarten/.

FITNESS,
SPORT UND WELLNESS

Sportangebote beim tus BERNE

Sportliche Betätigung ist heute wichtiger denn je, schließlich ist sie ein idealer Ausgleich zum oft hektischen und stressigen Alltag. Deshalb hält der tus BERNE ein großes Angebot an Bewegung sowie Freizeit-, Leistungs-, Wettkampf- und Gesundheitssport für alle Altersklassen bereit. Diese Angebote gibt es aktuell:

Gymnastik für die Wirbelsäule

Abwechslungsreiches, orthopädisch ausgerichtetes Training für den Rücken und den ganzen Körper, wie leichtes Ausdauer- und Krafttraining, Gleichgewichts- und Beweglichkeitstraining sowie Dehnungsübungen, Entspannung und vieles mehr sind Inhalt dieses Angebotes. Es richtet sich nicht nur an Frauen, auch Männer sind herzlich willkommen! Sie treffen sich immer donnerstags von 14 bis 15 Uhr im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6. Eine Probestunde ist möglich. Für den Monatsbeitrag von 19 Euro kann jeweils eine weitere Gymnastikstunde in der Woche besucht werden.

Rückenfit

Ein regelmäßiges Training der Rückenmuskulatur sowie der umgebenden stabilisierenden Muskeln erhält und verbessert

die Kraft der Körpermitte sowie die Beweglichkeit. Eine kräftige Rückenmuskulatur stützt den Rumpf, entlastet die Wirbelsäule samt Bandscheiben, sorgt für eine aufrechte Körperhaltung und hilft, Rückenbeschwerden vorzubeugen. Trainiert wird immer donnerstags von 9.45 bis 10.45 Uhr im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6. Eine Probestunde ist möglich. Für den Monatsbeitrag von 19 Euro kann jeweils eine weitere Gymnastikstunde in der Woche besucht werden.

Balancetraining

Gezieltes Training der Balance schult nicht nur den Gleichgewichtssinn, sondern stärkt die Tiefenmuskulatur in Rücken und Rumpf, verbessert die Motorik und Koordination im Alltag, erhöht die Konzentration, verbessert Reflexe und vermindert damit die Sturzgefahr.
Die Gruppe trifft sich immer donnerstags von 11 bis 12 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a. Eine Probestunde ist möglich. Für den Monatsbeitrag von 19 Euro kann jeweils eine weitere Gymnastikstunde in der Woche besucht werden.

AIKIDO – Anfängerkurs

Nach der Corona-Zwangspause kann die Aikido-Abteilung endlich wieder ihren beliebten Anfängerkurs zum Kennenlernen dieser faszinierenden Kampfkunst anbieten. Der vierwöchige Kurs beginnt am 13. September und findet jeweils dienstags von 19 bis 20.30 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a, statt. Vereinsmitglieder zahlen 17 Euro und Gäste 30 Euro. Weitere Infos und Anmeldung unter info@aikido-tusberne.de.

Kinder-Olympiade

Am 10. September werden beim tus BERNE die Wettbewerbe der 16. Kinder-Olympiade ausgetragen. Hier steht der Spaß im Vordergrund, wenn es gilt, einen Parcours zu absolvieren, der Geschicklichkeit und Schnelligkeit erfordert. Dabei wird die Zeit gestoppt. Die Besten qualifizieren sich für das große Finale am 25. September.

Die Wettkämpfe finden von 10 bis 13 Uhr in der Sporthalle Berne, Lienaustraße 32, statt. Teilnehmen können alle Kinder der Jahrgänge 2012 bis 2017. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich und auch eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht nötig.

Für alle Angebote ist eine vorherige Anmeldung per Mail an service@tusberne.de oder unter Telefon 604 42 880 erforderlich.

www.tus-berne.de

Erfolgreiches Turnier

Am 20. und 21. August fand beim SC Condor der erste „Hamburger mit Herz Cup“ statt. Über 90 Jugendmannschaften aus Hamburg, Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Mecklenburg-Vorpommern, deren Fußballerinnen und Fußballer zwischen 7 und 13 Jahren alt waren, lieferten sich zwei Tage lang spannende Spiele. Hunderte Zuschauer bevölkerten bei bestem Sommerwetter die Anlage am Berner Heerweg und sorgten bei süßen sowie herzhaften Leckereien für reichlich Stimmung.
Außerdem war der Verein „Hamburger mit Herz e.V.“ mit einem Infostand vor Ort. Die Initiative, die sich für Flüchtlinge in Hamburg engagiert, konnte sich am Ende über die Hälfte der Einnahmen aus dem Turnier freuen.

Gespannt verfolgten die Condoraner die Spiele der über 90 weiteren Jugendmannschaften.

Schwimmen für Babys und Kleinkinder

Der Farmsener TV bietet ab dem 12. September sowohl einen sechswöchigen Schwimmkurs für Babys (6 bis 12,5 Monate) als auch für Kleinkinder (1,5 bis 2,5 Jahre) an. Eltern und ihre Babys treffen sich am 12.9., 19.9., 26.9., 24.10., 31.10. und 7.11. jeweils von 17 bis 17.30 Uhr im Lehrschwimmbecken Farmsen am Bramfelder Weg 121. Im Anschluss schwimmen die Kleinkinder von 17.30 bis 18.15 Uhr. Einlass ist immer 15 Minuten vor Kursbeginn, die Wasserzeit liegt bei 30 Minuten (Babys) und 45 Minuten (Kleinkinder). Die Kosten liegen jeweils bei 112 Euro (inkl. Mwst. und Bearbeitungsgebühr).
Fragen zu diesen Angeboten beantworten Vivien Kretschmer und Stefanie Fäseke per Mail unter lsb@farmsener-tv.de. Hier kann man sich auch anmelden.

Technologischer Wandel in Kfz-Werkstätten

Neuartige Antriebe stellen nicht nur Autofahrer, sondern auch das Kfz-Gewerbe – insbesondere Werkstätten – vor zahlreiche Herausforderungen. Mancher Kunde mag sich fragen, wie es beispielsweise um Reparatur und Service bei batterieelektrischen Fahrzeugen und Plug-in-Hybriden bestellt ist.

„Die Kfz-Werkstätten sind jedenfalls gut auf diese Fahrzeuge vorbereitet“, teilt der Zentralverband Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe (ZDK) mit. „Zunächst einmal gilt: Auch Elektroautos haben Reifen, Bremsen, Beleuchtung, Verglasung, Blech, Lackierung, Heizung und ein Kühlsystem. Und das nicht nur für den Innenraum, sondern meistens auch noch für die temperaturempfindliche Batterie.“ Und wie lange Elektromotoren und Batterien halten, werde sich noch zeigen. Auf jeden Fall nicht ewig. „Das kennt jeder zuhause von der Waschmaschine.“

Und es stimme auch, dass an Fahrzeugen mit Elektroantrieb nur Kfz-Mechatroniker arbeiten dürfen, die eine entsprechende Qualifikation besitzen. Auch, wenn es gar nicht um Strom gehe, sondern

An Elektro-Fahrzeugen dürfen nur Kfz-Mechatroniker arbeiten, die eine entsprechende Qualifikation besitzen.

nur der Wechsel von Sommer- auf Winterreifen anstünde.

Das betreffe auch die Hybridfahrzeuge. Und mittlerweile ist es 25 Jahre her, dass Toyota den ersten Prius vorstellte und den Hybridantrieb salonfähig machte. Deshalb sei davon auszugehen, dass mittlerweile wirklich jede ernstzunehmende Autowerkstatt über Personal mit Elektro-Kenntnissen der Stufe 1S verfügt, das Arbeiten an nicht spannungsführenden Teilen ausführen darf. Und das sind auch beim Elektroauto noch die meisten.

„Sind dagegen wirklich Arbeiten an der Hochvolt-Technik erforderlich, müssen die Leute gemäß der Stufe 2S qualifiziert sein – wie alle ab dem 1. August 2013 ausgebildeten Kfz-Mechatroniker“, sagt der ZDK. Darüber hinaus würden von 2010 bis Mitte dieses Jahres bereits 35.000 weitere Werkstatt-Mitarbeiter von der Akademie des Kfz-Gewerbes (TAK) in Zusammenarbeit mit den Bildungszentren des Handwerks auf Stufe 2S qualifiziert.

Kunden mit E-Autos könnten also unbesorgt sein, wenn es um Reparatur und Service an ihrem E-Fahrzeug gehe. Zusätzlich könnten sich Meisterbetriebe der Kfz-Innungen jetzt als eCar-Service-Betrieb registrieren lassen. Mit diesem neuen Zusatzzeichen zum Kfz-Meisterschild zeigten die Betriebe nun auch ihren Kunden, dass sie über gut qualifiziertes Personal und die nötige Werkstattausrüstung für Arbeiten an E-Autos verfügen.

Führerschein tauschen

Etwa 15 Mio. Papierführerscheine (ausgestellt bis 31.12.1998) sowie rund 28 Mio. Scheckkartenführerscheine (ausgegeben zwischen 1.1.1999 und 18.1.2013) müssen in den kommenden Jahren umgetauscht werden. Dieser Prozess muss bis zum 19.1.2033 abgeschlossen sein. Der Hintergrund der Umtauschaktion: Führerscheine sollen künftig EU-weit (EU-Richtlinie 2006/126/EG) fälschungssicher und einheitlich sein. Außerdem sollen sie in einer Datenbank erfasst werden, um Missbrauch zu vermeiden.

In Deutschland regelt ein Gesetz, in welcher Reihenfolge Autofahrer ihren Führerschein umtauschen müssen. Wer wann dran ist, kann auf www.adac.de unter dem Menü „Verkehr“ nachgesehen werden.

Elektrische Standklimatisierung[1]

Erwärmen bzw. Kühlen des Innenraums Ihres Mitsubishi Eclipse Cross Plug-in Hybrid.

*5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km bzw. 8 Jahre Herstellergarantie auf die Fahrbatterie bis 160.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/herstellergarantie · **NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R 101 Eclipse Cross Plug-in Hybrid** Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100 km) kombiniert 19,3. Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 1,7. CO_2-Emission (g/km) kombiniert 39. Effizienzklasse A+++. Die tatsächlichen Werte zum Verbrauch elektrischer Energie/Kraftstoff bzw. zur Reichweite hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc., dadurch kann sich die Reichweite reduzieren. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet.

1 | Ausstattungsabhängig

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE* · 8 JAHRE FAHRBATTERIE GARANTIE*

Fölster & Finck
Fölster & Finck GmbH
Bullenkoppel 20
22047 Hamburg
Telefon 040/6932056
www.ah-foelster.de

Aktiv sein und entspannen:

Gesund durch den Herbst

Joggen in der Dunkelheit oder Walken bei Kälte? Der Herbst liefert uns einige Ausreden, das persönliche Sportprogramm einzustellen. Dabei gibt es gute Gründe, gerade jetzt zu trainieren. Denn es ist unbestritten, dass Immun-Booster wie regelmäßige Bewegung und sportliche Aktivität sowie eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Regeneration das Immunsystem stärken. Genau diese Themen sind die Kernkompetenz von Alsterfit.

Die Gesundheitsstudios bieten Mitgliedern und Patienten aller Altersgruppen sowohl am Standort Barmbek-Nord als auch am Standort Rahlstedt ein ganzheitliches Konzept, das von Physiotherapie über Präventions- und Reha-Sport bis hin zu Fitness und Gerätetraining sowie Ernährungsberatung und Wellness reicht. Das Besondere: Die zertifizierten Fitnesstrainer und erfahrenen Physiotherapeuten arbeiten eng zusammen, bieten eine erstklassige Beratung und betreuen die Mitglieder intensiv.

Die Übungseinheiten basieren auf einer Eingangsdiagnostik, bei der gemeinsame Ziele festgesetzt werden können. Um sicher zu gehen, wo der Kunde leistungsmäßig steht, führen die Mitarbeiter im Anschluss das erste Training gemeinsam mit ihm durch. So können sie muskuläre Defizite oder Dysbalancen entdecken und einen individuellen Trainingsplan erstellen, der immer wieder angepasst wird. In den Praxen für Physiotherapie kann das Team zudem auf ein breites Spektrum effektiver Behandlungstechniken zurückgreifen und ist dank kontinuierlicher Fortbildung stets auf dem aktuellen Stand therapeutischer Möglichkeiten. Außerdem bietet eine Ernährungswissenschaftlerin neben Beratung auch Workshops an.

Auch das Kursangebot ist vielfältig und reicht von Functional Fitness über Indoor-Cycling bis hin zu Yoga und Zumba. Weil für die Teilnahme an den Kursen nur eine bestimmte Anzahl an Plätzen zur Verfügung steht, müssen Interessenten sich im Vorwege anmelden.

Nach dem Training oder einfach zwischendurch empfiehlt sich ein Besuch im Wellness-Bereich. Hier kann man in der Sauna sowie im Solarium oder bei einer Wohlfühlmassage perfekt entspannen.

www.alsterfit.com

› **Alsterfit**
Hamburg Barmbek-Nord
Steilshooper Straße 293
Telefon 040/63 91 74 80

› **Alsterfit**
Hamburg Rahlstedt
Bargkoppelweg 52
Telefon 040/67 99 95 20

alsterfit

Physio und Sport an einem Ort

Fitness, Wellness und Ernährung
ab 15,90 €
14-tägig
auch monatlich kündbar

alsterfit.com

Zu Ihrer Mitgliedschaft