

# RUNDSCHAU

FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK



Für Eddie (2008 bis 2017)

**POHL**  
Autohaus

Starke Marken-  
kurze Wege!

**mazda SUZUKI**

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

OSTERN 2024

28. JAHRGANG • NR.: 3

NACHRICHTEN UND BERICHTE AUS FARMSEN-BERNE & UMGEBUNG

## Spielhaus Farmsen muss bleiben



Vor dem Hintergrund steigender Bevölkerungszahlen in Farmsen ist die Sanierung bzw. der Neubau des Spielhauses von zentraler Bedeutung.

Die Wandsbeker rot-grüne Koalition leitet den Planungsprozess für die Wiedereröffnung des Spielhauses Farmsen in die Wege. Zusätzlich soll geklärt werden, ob statt einer Sanierung auch ein Neubau an der gleichen Stelle rechtlich möglich ist. Das Spielhaus Farmsen mit seinem großen städtischen Spielplatz ist ein zentraler Treffpunkt für Kinder und ihre Eltern im Stadtteil. Von engagierten Tagesmüttern aus Farmsen im Jahr 2017 gegründet, hat der Verein Open

Hus Molly e.V. das zuvor seit Jahren leerstehende Spielhaus in der Straße Am Luisenhof 16 wiederbelebt und eine tiefe Verbindung zur Kindertagespflege sowie zur örtlichen Gemeinschaft hergestellt. Sommerfeste, Lichterfeste, Outdoor-Aktivitäten und ein Kinderatelier sind nur einige der breit gefächerten Angebote, die der Open Hus Molly e.V. bereitstellt und mit denen er eine entscheidende soziale und integrative Funktion erfüllt.

Fortsetzung auf Seite 3

WIR WÜNSCHEN ALLEN LESERINNEN UND LESERN  
FROHE OSTERN!

REZEPTE	Seite 6	SENIOREN	Seite 11
SHOPPING	Seite 7	BRANCHEN	Seite 12
BILDUNG	Seite 10	SPORT	Seite 14

### Optik Heidig

Brillen • Kontaktlinsen • Vergrößernde Sehhilfen

- **Biometrische Passbilder** (auch für Krankenkassen)
- **Bewerbungsportraits**



6 Stück für **9,50€**

**Sofort zum Mitnehmen!**

Amtlich anerkannte Sehteststelle für Führerscheinbewerber.

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



Kfz-Service

**JAHNKE** GmbH

Zeit für  
Räderwechsel



Jetzt Termin  
vereinbaren!



Walddörferstraße 416 • 22047 Hamburg  
Telefon 646 000 0 • Fax 646 000 33  
[www.jahnke-hamburg.de](http://www.jahnke-hamburg.de)

# Auf nach Europa

Jetzt anmelden für das Sommer-Programm der Hamburger Volkshochschule

Von Mai bis September bietet die Hamburger Volkshochschule ihr Sommer-Programm an, in dem sich rund 2.300 Kurse und Veranstaltungen aus allen Bereichen finden: Kultur & Kreativität, Sprachen, Digitales, Gesellschaft & Politik, Persönlichkeit, Gesundheit & Kochen, Hamburg & Natur sowie Beruf. Rund 25 Prozent der Angebote können online genutzt werden.

„Mitmachen und mitreden, analog und digital – hierzu laden wir die Hamburger/innen in die Volkshochschule ein“, sagt Uwe Grieger, Direktor der Hamburger VHS. „In diesem Sommer und Europa-Jahr bieten wir aktuelle Kurse rund um die Wahlen zum Europäischen Parlament und spannende Angebote zur Fußball-

Europameisterschaft. Die VHS ist ein zutiefst demokratischer Ort mit seinem Auftrag ‚Bildung für alle‘ sowie mit Diskussion und Austausch auf Augenhöhe. Wir informieren, bieten Blicke hinter die Kulissen und möchten Debatten zu Ereignissen anstoßen.“

## Europawahl

„Die europäische Idee für ein demokratisches Zusammenleben in Freiheit und Frieden könnte inmitten von Kriegen nicht dringlicher sein als je zuvor und deshalb ist ‚Perspektive Europa: miteinander voneinander lernen‘ ein bundesweiter Jahresschwerpunkt der rund 800 Volkshochschulen in Deutschland“, erklärt Anette Borkel, Programmleiterin der Hamburger VHS. Im Juni wählen 27

EU-Länder die Mitglieder des Europäischen Parlaments. In der Hamburger VHS sind zu dem Themenschwerpunkt beispielsweise Kurse geplant wie „KI und die Europa-Wahl: Wie schützt sich Europa?“, „Zu Besuch beim Info-Point Europa und der Handelskammer Hamburg“, „Europawahl in Leichter Sprache“ oder auch „Fake News, Filterblasen, Verschwörungen – durch kritisches Denken Informationen vertrauen“.

## Fußball-EM in Deutschland

Um Respekt, Toleranz, Vielfalt und Fairplay geht es ab dem 14. Juni bei der UEFA EURO 2024 und Hamburg gehört zu den zehn Gastgeberstädten. Passend dazu können alle Fußball-Fans im Rahmen der beliebten VHS-Komplizen-Reihe Organisationen aus der Fußballszene besuchen, wie zum Beispiel das HSV-Fanprojekt, „KickIn!“ – eine Beratungsstelle für Inklusion im deutschen Profifußball oder „Football Supporters Europe“, eine wichtige Stimme der Fußballfans, die auch im Europarat gehört wird.

Die UEFA möchte bei der EURO 2024 auch neue Maßstäbe in Sachen Nachhaltigkeit setzen. Im Rahmen eines weiteren Komplizen-Kurses stellt der FC St. Pauli seine Strategie für einen ökologisch nachhaltigen Verein vor. Rund zwei Stunden dauern die Komplizen-Termine, die für je 6 bis 9 Euro einzeln buchbar sind.

Die VHS öffnet in diesen Veranstaltungen Türen zu wichtigen Institutionen, zeigt auch kritische Seiten rund um den Fußball und bringt die Fans zusammen.

## Outdoor und Hamburg entdecken

Mehr als 200 Kurse aus dem Sommerprogramm finden unter freiem Himmel statt – jede Menge Rundgänge durch die Hamburger Stadtteile und Wanderungen im Duvenstedter Brook oder durch das Raakmoor. Wer eine längere Wandertour plant, kann im Kurs alles über Routen und Equipment lernen. Und besonders schön im Sommer: Stand-up-Paddling auf der Alster, Nordic Walking am Harburger Außenmühlenteich oder im Jenisch Park.

## Jetzt anmelden!

Ab sofort ist die Anmeldung für das neue Programm rund um die Uhr online möglich unter [www.vhs-hamburg.de](http://www.vhs-hamburg.de). Das Programm, das laufend aktualisiert wird, lässt sich ganz individuell nach Themen, Wochentagen, Uhrzeit und Ort durchsuchen, sortieren und direkt buchen.

Die Hamburger Volkshochschule ist die größte Weiterbildungsinstitution in der Stadt. Wohnortnah finden kostengünstige Kurse an rund 250 Lernorten statt. Sprachen lernen oder für die eigene Gesundheit aktiv werden, Position beziehen, Menschen treffen, einen Ausgleich finden – all das ermöglicht Erwachsenenbildung.

## Kräuterwanderung

Eine Kräuterwanderung, die am 21. April von 15 bis 18 Uhr auf dem Gelände und im Bauerngarten von Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, stattfindet, vermittelt Wissenswertes über Heilkräuter am Wegesrand. Im Theorie-Teil erfahren die Teilnehmenden, wie diese als Naturmedizin oder bereichernde Nahrung für unsere Gesundheit eingesetzt werden. Auf der Kräuterführung lernen sie die Frühlings-Wildkräuter mit allen Sinnen kennen und bekommen außerdem Tipps zur Trocknung und Aufbewahrung sowie



zur Verwendung für die Hausapotheke und die Küche (inklusive einer Wildkräuterköstlichkeit und einem Kräutertee).

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

Wir kaufen  
Wohnmobile + Wohnwagen  
Telefon: 03944-36160  
[www.wm-aw.de](http://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](http://www.karl-bestattungen.de) • eMail: [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

# Planungsprozess für Wiedereröffnung

## Fortsetzung von Seite 1

Doch im September 2023 geriet das wichtige soziale Zentrum in eine unvorhergesehene Krise, als während einer Umbaumaßnahme in der Küche des Gebäudes eine erhebliche, gesundheitsgefährliche Schimmelpilzbelastung festgestellt wurde. Daraufhin musste der Betreiber Open Hus Molly

## Podiumsdiskussion

Der Bürgerverein Farmsen-Berne e.V. lädt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger am 21. April zu einer Podiumsdiskussion ein, bei der es um das Thema „Farmsen-Berne – Der wachsende Stadtteil“ geht. Vor dem Hintergrund der anstehenden Bezirkswahlen in Hamburg sowie der Europawahl steht die Frage „Welche Weiterentwicklung und Umsetzung von Infrastrukturmaßnahmen (Schulen, Sport- und Freizeiteinrichtungen, Kitas, Ärzte, Einkaufsmöglichkeiten sowie Verkehrswege) sind ge-

e.V. die Räumlichkeiten kurzfristig verlassen und in einen Interimsstandort umziehen.

Der Verein konnte vorübergehend Flächen in der Kita Mouse House anmieten, um die Großtagespflege und das offene Angebot fortzusetzen. Das Bezirksamt übernimmt die Differenz der höheren Mietkosten. Zusätzlich wurde

plant, um Farmsen-Berne lebenswert zu erhalten und für die Einwohner attraktiver zu machen?“ im Mittelpunkt. Auf dem Podium sitzen Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff, die Vorsitzenden der Fraktionen in der Bezirksversammlung Wandsbek, die für den Stadtteil zuständigen Mitglieder der Hamburgischen Bürgerschaft und die Vorsitzenden der Sportvereine in Farmsen-Berne.

Die Veranstaltung findet um 11 Uhr im Forum des Gymnasium Farmsen, Swebenhöhe 50, statt. Die Teilnahme ist frei.

eine unbefristete Anschlusslösung mit dem Aktiv Spielplatz Farmsen gefunden.

## Zentrale Bedeutung

Die Frage nach einer langfristigen Lösung steht im Raum. Die Prüfung der Sanierungsmöglichkeiten für das bestehende Gebäude oder die Notwendigkeit eines Neubaus sind von zentraler Bedeutung, besonders vor dem Hintergrund steigender Bevölkerungszahlen in Farmsen durch Wohnungsbau, den Bau einer neuen Flüchtlingsunterkunft in unmittelbarer Nachbarschaft des Spielhauses und die damit verbundene Integration von Geflüchteten. Deshalb leitet die Wandsbeker rot-grüne Koalition nun den Planungsprozess für die Wiedereröffnung des Spielhauses in die Wege. Die nötigen Planungsmittel sollen im Wesentlichen über die Bürgerschaft bereitgestellt werden, dafür laufen in den Bürgerschaftsfraktionen

von SPD und Grünen vorbereitende Gespräche.

## Die Kosten

Eigentümer des Gebäudes, das im Frühjahr 2023 energetisch begutachtet wurde, ist das Bezirksamt Wandsbek. Die Kosten für eine umfassende Sanierung belaufen sich laut bezirksamtsinterner Schätzung auf etwa 1,4 Mio. Euro, wobei Planungskosten noch nicht berücksichtigt sind. Eine genaue Kostenermittlung steht noch aus. Nach Klärung der baurechtlichen Optionen und unter Berücksichtigung weiterer Entwicklungen in Farmsen müssen die Anforderungen standortübergreifend sowie mit Beteiligung der lokalen Akteure in einem umfassenden Prozess überprüft werden.

**DIE NÄCHSTE AUSGABE  
DER RUNDSCHAU  
ERSCHEINT AM  
26. APRIL**

Planen Sie jetzt Ihre  
Familien- oder Firmenfeier!

Wir bieten Ihnen Räumlichkeiten  
mit Platz für bis zu 240 Personen.



### VERANSTALTUNG

Tanz in den Mai  
30. April, ab 19 Uhr  
Kalt-warmes Buffet, inklusive Dessert  
und Musik von DJ Stefan, Eintritt frei  
Buffetpreis: ~~statt 38€~~ nur 32 €/Pers.  
Kinder bis 16 Jahre: 16,00 €  
Reservierung erforderlich!

### MITTAGSTISCH

Dienstag bis Samstag bieten wir von 12 bis 16  
Uhr eine Mittagskarte mit sechs verschiedenen  
Gerichten an, die regelmäßig wechseln.

ab 12,50 € (inkl. Suppe und Dessert)

### CATERING/LIEFERUNG

Gern richten wir Ihre Feier auch in Ihren Räumlichkeiten aus. Fragen Sie nach unseren Angeboten!

Für größere Gesellschaften liefern wir im Umkreis  
von 3 Kilometern zudem frei Haus (Mindestbestellwert: 80 Euro). Als Geschenk erhalten Sie eine  
Flasche frisch gezapftes Luisenhof-Bier.

Dienstag bis Samstag 12.00 bis 22.00 Uhr (Küche bis 21.00 Uhr) • Sonn- und Feiertage 12.00 bis 21.00 Uhr (Küche bis 20.00 Uhr) • Montag Ruhetag

Am Luisenhof 1 • 22159 Hamburg • Telefon 040 - 643 10 71 • Mobil 0171 - 643 10 71  
www.luisenhof-dubrovnik.de • info@luisenhof-dubrovnik.de

RESTAURANT  
**Luisenhof**  
& DUBROVNIK

Kulinarisches und mehr zum Osterfest

### UNSERE SPEZIELLE KARTE FÜR DIE OSTERTAGE

Gültig vom 29. bis 31. März 2023. Am Ostermontag bleibt das Restaurant geschlossen!

#### Suppe & Vorspeisen

- Spargelcremesuppe 7,50 €
- Bruschetta nach Art des Hauses (2 Stck.) 7,50 €
- Panierter Schafskäse mit Röstbrot 12,50 €
- Garnelen nach Art des Hauses mit Röstbrot 17,80 €

#### Fleischgerichte

- 1. Lammfilet 31,60 €  
mit Bratkartoffeln und Brechbohnen,  
Kräuterbutter und gemischtem Salat
- 2. Rumpsteak 30,80 €  
mit Champignonsauce, Bratkartoffeln und gemischtem Salat
- 3. Dubrovnik Teller 21,80 €  
Rumpsteak, Nacken, Schweinefilet, Schweinerücken und Speck  
mit Pommes frites, Zwiebeln und gemischtem Salat
- 4. Schweinefiletmedaillons 23,00 €  
mit Champignonsauce, Bratkartoffeln und gemischtem Salat
- 5. Original Wiener Schnitzel 25,50 €  
aus Kalbfleisch, mit Bratkartoffeln und Gurkensalat
- 6. Pljeskavica „nach Bauernart“ 20,50 €  
Hacksteak gefüllt mit Schafskäse, dazu Djuwetschreis,  
Pommes frites, Zwiebeln und gemischter Salat

Familie Bisaku und das Team  
wünschen ihren Gästen  
ein fröhliches Osterfest!



- 7. Luisenhof-Platte (ab 2 Personen) pro Pers. 30,50 €  
Lamm- und Schweinefilet, Puten- und Rumpsteak mit Brechbohnen, Djuwetschreis, Bratkartoffeln und gemischtem Salat

#### Fischgerichte

- 8. Zanderfilet 25,90 €  
mit Rosmarinkartoffeln, frischem Gemüse und gem. Salat
- 9. Osterplatte (ab 2 Personen) pro Pers. 29,50 €  
Zwei Zanderfilet, eine Dorade und sechs Garnelen mit  
Rosmarinkartoffeln, frischem Gemüse und gemischtem Salat

#### Für Kinder (bis 14 Jahre)

- 10. Putensteak 11,00 €  
mit Pommes frites
- 11. Kinder Cevapcici 11,00 €  
mit Pommes frites

#### Dessert

- Gemischtes Eis 7,80 € mit Sahne
- Vanilleeis 7,60 € mit heißen Kirschen
- Soufflé au chocolat mit Vanilleeis 8,60 €
- Spezielle Eis- und Obstplatte pro Pers. 9,80 €  
serviert mit Eisfontäne

# Mehr Wohnraum in Farmsen

**Für Senioren oder Menschen, die dringlich auf eine Wohnung warten, baut das städtische Sozial- und Wohnungsbaunternehmen Fördern & Wohnen (F&W) 59 neue Mietwohnungen in Farmsen. Nun steht der Dachstuhl von zwei neuen Wohnhäusern.**

Anfang März bedankte sich F&W mit dem Richtfest bei den Bauarbeitern und Handwerkern – und feierte den Baufortschritt mit 100 geladenen Gästen aus Politik, Verwaltung und Sozialwesen. Staatsrätin Petra Lotzkat von der Sozialbehörde freute sich in ihrem Grußwort, dass im Zuge der Neubauten neben 41 Wohnungen für Senioren auch 18 Wohnungen an vordringlich Wohnungssuchende vermietet werden, also Menschen, die es auf dem Wohnungsmarkt besonders schwer haben. „Der Senat hat sich zum Ziel gesetzt, die Versorgung vordringlich Wohnungssuchender bis 2030 deutlich zu verbessern.

Mit den neuen Wohnungen kommen wir diesem Ziel ein Stück näher. Besonders hervorzuheben ist, dass F&W neben dem Wohnraumangebot auch die passende soziale Unterstützung im Quartier schafft, wie etwa Beratung und Assistenz.“

## Zwei Wohnhäuser

„Wir freuen uns sehr, dass wir im Quartier rund 200 neue Wohneinheiten schaffen und so den Stadtteil mit dringend benötigtem Wohnraum im Standard des modernen sozialen Wohnungsbaus versorgen“, erklärte Roberto Klann, Geschäftsführer von Fördern & Wohnen. An der Dorothea-Buck-Straße 1 entstehen 41 barrierefreie Zwei-Zimmer-Wohnungen für Senioren. Im Haus daneben werden die 18 Wohnungen an vordringlich Wohnungssuchende vermietet, also Personen mit einem Dringlichkeitsschein. Im Herbst 2024 sollen die Wohnungen fertiggestellt sein. Die



Der Richtkranz schmückt jetzt den Dachstuhl der neuen Häuser.

beiden dreigeschossigen Wohnhäuser sind barrierearm und energieeffizient. Sie verfügen über einen Fernwärmeanschluss und werden Sonnenenergie über Photovoltaik-Anlagen nutzen.

## Lebendige Quartiersentwicklung

Die Neubauten entstehen auf dem grünen Grundstück an der August-Krogmann-Straße, das sich zu einem bunten Quartier wandelt. Mit dem Wohnungsneubau entstehen kleine Spiel- und Sportanlagen, ein Gemeinschaftsraum sowie Park- und Fahrradstellplätze. F&W entwickelt das Quartier und plant, dort insgesamt rund 200 Wohneinheiten, darunter auch Wohnungen zur freien Vermietung, und eine Kita zu bauen. Bereits seit den 1960er-Jahren hält F&W auf dem Gelände vielfältige Angebote für Menschen mit einer psychischen Erkrankung vor und ermöglicht

Inklusion. Im Umfeld befinden sich weitere Wohnungen, eine Senioren-Pflegeeinrichtung, Angebote anderer sozialer Träger sowie Schulen, Einkaufsgelegenheiten, Freizeitangebote und Sportvereine. Mit Bus und Bahn erreicht man das Quartier von der U-Bahnstation Farmsen gut.

## Viele soziale Arbeitsfelder

Ob mit Orientierungsberatung in der Wohnunterkunft für geflüchtete und wohnungslose Menschen, der Mietersozialberatung in Wohnhäusern oder der sozialpädagogischen Assistenz für Menschen mit psychischer Erkrankung: Die Teams von F&W sind für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie für die Klienten da. Sie fördern ihre Teilhabe und den Austausch im Stadtteil, indem sie fachliche Kooperationen aufbauen und das freiwillige Engagement stärken.



**Berner Wochenmarkt**  
Einkaufen, gerne in Berne

Mach Dich Frisch!  
Mit frischen Produkten aus der Region!

Wir wünschen allen frohe Ostern und erholsame Feiertage

Unser Ostermarkt findet am:  
**Gründonnerstag**  
**28.03.2024**  
von **08.30 - 18.00 Uhr** statt.

Mehr Informationen unter:  
[www.berner-wochenmarkt.de](http://www.berner-wochenmarkt.de)

**FROHE OSTERN!**

**WOCHENMARKT**  
Dienstags, 08.30 - 13.00 Uhr  
& Freitags, 08.30 - 18.00 Uhr

## Genussvolles Osterfest!

...mit deutschem Qualitätsfleisch:  
Lammfleisch, Kalbfleisch, Rindfleisch,  
Schweinefleisch und Frischgeflügel

### Täglich frisch:

- wechselnder Mittagstisch (Mo. - Fr. 11:00 - 14:00 Uhr)
- ➔ auch außer Haus, Bestellung möglich

**FLEISCHEREI**  
**UWE KNOLL**

Vertrauen seit 37 Jahren  
Hermann-Balk-Straße 114 • 22147 Hamburg  
Telefon 644 97 83  
[www.fleischerei-knoll.de](http://www.fleischerei-knoll.de)

# „Die Egozentriker“ spielen wieder Theater

„Die Egozentriker“ heben wieder einmal ihren Vorhang und zeigen im April das Stück „Gestorben wird immer“. Viel Komik (auch unfreiwillig), viel Tragik und eine Prise schwarzen Humor bieten zwei Einakter, in denen das Thema Tod einmal ganz anders angegangen wird. Gezeigt werden „Die Zofen“ von Jean Genet und „Der Tod klopft“ von Woody Allen. In „Die Zofen“ (Regie: Jürgen

Rißmann) proben Claire und Solange den Aufstand. Wieder und wieder und wieder. Kaum ist die gnädige Frau, in deren Dienst die beiden Schwestern stehen, aus dem Haus, der Wecker gestellt und die Vorhänge zugezogen, beginnt ein unheimliches Ritual...! In „Der Tod klopft“ (Regie: Ricarda Schuler) stolpert nachts eine seltsame Besucherin ins Schlafzimmer von Nat Ackermann. Sie

## Auf zum „Girls‘Day“

Die SPD-Bürgerschaftsabgeordnete Regina Jäck lädt Schülerinnen ab 14 Jahren aus ihrem Wahlkreis Bramfeld, Steilshoop und Farmsen-Berne ein, am 25. April am Girls‘Day teilzunehmen. Der bundesweite Aktionstag gibt den Mädchen die Möglichkeit, Einblicke in Berufe zu erhalten, in denen Frauen bislang unterrepräsentiert sind und unterstützt sie bei der Berufsorientierung. Das Programm beginnt mit einem Treffen im SPD-Kreisbüro Wandsbek. In

einem Gespräch mit der Abgeordneten erfahren die Mädchen alles über den beruflichen und politischen Werdegang der Politikerin. Im Anschluss geht es gemeinsam in das Hamburger Rathaus, in dem die Mädchen das Wahrzeichen unserer Stadt bei einer Rallye näher kennenlernen können.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Interessierte Mädchen können sich mit einem kurzem Motivationsschreiben per Mail an [girls-day@regina-jaeck.de](mailto:girls-day@regina-jaeck.de) bewerben.

## Podiumsdiskussion

Im Rahmen der Diskussionsreihe „Was Hamburg betrifft“ sind Laura Frick (SPD) und Freya Gräfin von Kerssenbrock (CDU) am 7. April zu Gast beim Volkshochschulverein Hamburg-Ost. Unter dem Titel „Wie wichtig ist das Europaparlament für Hamburg?“ werden die beiden Kandidatinnen für ein Mandat beim Europäischen Parlament hier zwei

Monate vor der Wahl Rede und Antwort stehen. Gerhard Fuchs und Wulf Hilbert stellen die Fragen und lassen genügend Raum für Beiträge aus dem Publikum.

Die Veranstaltung findet um 11.30 Uhr in der Karl Schneider Halle, Berner Heerweg 183, statt. Bereits ab 11 Uhr spielen Helmut Stuar-nig & Friends bei kostenlosen Getränken. Der Eintritt ist frei.

Möchten Sie monatlich über die neuesten Entwicklungen in unseren Stadtteilen informiert bleiben? Dann melden Sie sich doch einfach für meinen kostenlosen digitalen Infobrief an! In diesem erhalten Sie regelmäßig Updates zu laufenden Baustellen sowie weiteren aktuellen Themen.

Die Anmeldung ist unkompliziert möglich: [sandro.kappe@gmail.com](mailto:sandro.kappe@gmail.com) oder per WhatsApp an 0151/15591280.

Ihr  
Bürgerschaftsabgeordneter  
Sandro Kappe



Die Schwestern Solange (Ricarda Schuler, li.) und Claire (Silina Breitewischer) sind selten einer Meinung.

behauptet, der Tod zu sein, der Ackermann abholen solle. Der ist jedoch noch nicht bereit für seinen letzten Gang. Und so beginnt ein witziges Spiel auf Leben und Tod...! „Die Egozentriker“ präsentieren das Stück am 20., 26. und 27. April jeweils um 19.30 Uhr sowie am 21. und 28. April um 18 Uhr auf

der Studiobühne des Gymnasiums Grootmoor, Am Damm 47. Karten zum Preis von 8 Euro (ermäßigt 5 Euro für Schüler, schwerbehinderte Menschen und Mitglieder des Bürgervereins) sind unter Telefon 64 55 47 26 oder per Mail unter [DieEgozentriker@t-online.de](mailto:DieEgozentriker@t-online.de) erhältlich.

## Kunstaussstellung

Unter dem Titel „Menschenrechte für alle: Antimuslimischer Rassismus“ stellen muslimische Jugendliche zwischen 13 und 25 Jahren im Bezirksamt Wandsbek noch bis zum 28. März eine Sammlung von Fotos aus, die sie im Rahmen eines Workshops aufgenommen haben.

Die Fotos wurden im Stadtteil aufgenommen und beschäftigen sich mit den Themen antimuslimischer Rassismus und intersektionelle Diskriminierung. Die Bilder spiegeln die Erfahrungen, Gedanken und Emotionen der Jugendlichen zu diesen Themen wider. Bei dem Foto-Workshop handelt es sich um ein Kooperationsprojekt, das in Zusam-

menarbeit mit der Steilshooper Moschee, mit der Projekt-Koordinierungsstelle der Schura, dem wirsprechenfotografisch e.V. und dem Projekt QualiMoVe durchgeführt wurde. Ziele des Foto-Workshops sind unter anderem die Thematisierung der antimuslimischen Diskriminierung im Alltag, der Abbau negativer Vorurteile, der gesellschaftliche Dialog und Austausch sowie die Stärkung von Engagement und demokratischem Verhalten in der Zivilgesellschaft.

Die Ausstellung wird im Bezirksamt Wandsbek, Schloßstraße 60, auf der Ausstellungsfläche im 2. Obergeschoss gezeigt und ist montags bis freitags von 7 bis 19 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.



Wir wünschen Ihnen  
**Frohe Ostern!**

Friseur Team Stegen

Berner-Heerweg 159 - 22159 Hamburg  
Tel. 040 / 643 19 55

# Leckereien für den Osterbrunch

Ein Osterbrunch mit frühlingshafter Tischdeko und blühenden Zweigen hat in vielen Haushalten Tradition: Freunde und Familie treffen sich Ostersonntag am späten Vormittag zum Schlemmen in zwangloser Atmosphäre.

Spätes Frühstück, frühes Mittagessen – der Brunch hat nicht nur sprachlich von beidem etwas. Der Trend, Breakfast und Lunch zusammen zu legen, kommt aus Amerika. Dort wurde er populär, als hungrige Party-Tiger aus den Ballsälen New Yorks in die Restaurants strömten, um nach einer durchtanzten Nacht wieder Kräfte zu sammeln. Aber auch hierzulande erfreut sich die ausgedehnte Mahlzeit immer größerer Beliebtheit. Der Vorteil: Es gibt keine festen Regeln, was man servieren muss. Eine raffinierte Kombination aus süßen und



herzhaften sowie warmen und kalten Speisen bietet sich dafür an. Ganz klassisch stehen Eier in allen Variationen im Mittelpunkt: Ob hart gekocht, pochiert, als Omelett, Pfannkuchen, Quiche, Spiegel- oder Rührei – erlaubt ist, was schmeckt! Beliebter Bestandteil beim Osterbrunch ist ein süßer Osterzopf bzw. -kranz. Der locker-leichte Hefeteig schmeckt mit Butter und Marmelade und macht – mit Ostereiern gefüllt – auch optisch viel her. Ein Highlight ist zudem ein gebackenes Lamm, das aus einem einfachen Rührteig zubereitet wird. Damit der Brunch nicht in Stress ausartet, sollte man frühzeitig mit der Planung beginnen, einige Tage vorher den Einkauf erledigen und so viel wie möglich vorbereiten. Dann steht einem entspannten Osterfest nichts mehr im Wege.

## HEFEZOPF

ZUBEREITUNGSZEIT 3 Std. 25 Min.

### ZUTATEN (30 Scheiben)

- 500 g Mehl (Type 550)
- 1/2 Würfel Hefe
- 75 g Zucker
- 125 ml Milch
- 2 Eier
- 100 g Butter (weich)
- 1/2 TL Salz
- 1 Pck. Vanillezucker
- Mehl (zum Bearbeiten)



6. Hefezopf auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit einem Küchentuch abdecken und nochmals etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.

7. Den Backofen auf 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4 vorheizen.

8. Das Eigelb mit der Milch verquirlen und den Hefezopf damit bestreichen. Hagelzucker drüber geben und anschließend im vorgeheizten Ofen etwa 20 bis 30 Minuten goldbraun backen.

## OSTERLAMM

ZUBEREITUNGSZEIT 60 Min.

### ZUTATEN

- 125 g Butter
- 75 g Zucker
- 75 ml Milch
- 2 Eier
- 250 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- Puderzucker (zum Bestäuben)
- Osterlamm-Backform

### ZUBEREITUNG

1. Die Backform einfetten und mit Mehl bestäuben. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.
2. Die Butter und den Zucker zusammen in eine Schüssel geben und mit einem Handrührgerät schaumig aufschlagen.
3. Nacheinander unter Rühren die Eier hinzufügen und diese mind. 30 Sek. aufschlagen.
4. In einer zweiten Schüssel das Mehl und Backpulver miteinander vermengen. Danach durch ein Sieb in die Schüssel mit der Butter-Ei-Masse geben und mit einem Löffel unterheben.
5. Die Milch hinzufügen und die Lamm-Form etwa bis zur Hälfte mit dem Teig befüllen.
6. Das Osterlamm etwa 45 Min. auf der mittleren Schiene backen, auskühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.



## QUICHE LORRAINE

ZUBEREITUNGSZEIT 60 Min.

### ZUTATEN

- 250 g Mehl
- 160 g Butter (kalt)
- 5 Bio-Eier (groß)
- 250 ml Sahne
- 1 Zwiebel
- 1 Stange Lauch
- 100 g Speck (gewürfelt)
- Salz
- Pfeffer (frisch gemahlen)
- Butter (zum Anbraten)
- Mehl (für die Arbeitsfläche)



### ZUBEREITUNG

1. Das Mehl auf die Arbeitsfläche häufen und in die Mitte eine Mulde drücken. Ein Ei in die Mulde geben.
2. Danach die kalte Butter in die Mulde reiben und eine Prise Salz hinzufügen.
3. Alle Zutaten schnell zu einem Teig kneten.
4. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und für 30 Minuten kalt stellen.
5. Den gewürfelten Speck in ein wenig Butter anbraten. Den Lauch sowie die Zwiebel putzen und schneiden und zum Speck in die Pfanne geben.
6. Die Arbeitsplatte mit Mehl bestreuen und den Teig darauf ausrollen.
7. Den ausgerollten Teig in eine Quicheform geben und festdrücken.
8. Die restlichen Eier und die Sahne mit Pfeffer, Lauch und Speck in einer Schüssel verrühren und die Mischung anschließend auf den Teig geben.
9. Den Teig samt Mischung im Ofen bei 180 Grad (Ober-/Unterhitze) für etwa 35 Minuten garen.



### Zum Fertigstellen

1 Eigelb, 1 TL Milch, 2 EL Hagelzucker

### ZUBEREITUNG

1. Mehl in eine große Rührschüssel geben und eine Mulde hineindrücken. 4-5 EL Milch erwärmen. Die Hefe in die lauwarme Milch hinein bröckeln und 1 TL dazugeben. Die Hefe in der Milch auflösen und das Milch-Hefe-Gemisch in die Mulde vom Mehl geben.
2. Alles mit einer Gabel und etwas Mehl vom Rand zu einem dickflüssigen Vorteig verrühren. Etwas Mehl darüber stäuben und zugedeckt an einem warmen Ort etwa 20 Minuten gehen lassen, bis der Vorteig aufgegangen ist und kleine Blasen zeigt.
3. Restliche Milch ebenfalls lauwarm erwärmen und mit dem restlichen Zucker, Eiern, Salz, Vanillezucker und weicher Butter zum Vorteig geben. Alles zunächst mit den Knethaken des Handrührers, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten.
4. Teig zugedeckt nochmals an einem warmen Ort etwa 45 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.
5. Teig mit den Händen auf wenig Mehl kurz durchkneten und in 3 Portionen teilen. Jede Portion zu einem langen Teigstrang (etwa 60 cm Länge) rollen. Die Teigstränge zu einem Zopf flechten und die beiden Enden nach unten einschlagen.

## „Eine Tasse Tee macht alles besser“

Eine Tasse Tee – für manchen ist das der ruhende Pol am Tag, ein anderer liebt die anregende Wirkung (egal ob Grüner, Schwarzer oder Weißer Tee), wieder andere schätzen eine wohltuende Tasse Kräuter- oder Früchtetee am Abend. Die Kleinen lieben fruchtigen Kinder- oder Eistee, und dann gibt es natürlich noch Rooibos (auch Rotbusch genannt) und immer wieder auch verwegene Neu-Kreationen.

Die ganze Welt des Tees findet man im Einkaufstreffpunkt Farmsen, wo Wolfgang Wagner seit 24 Jahren sein Geschäft „Tee & Gewürze“ führt. In den hellen, freundlichen Räumlichkeiten in der oberen Ladenstraße erwartet die Kunden ein breit gefächertes Angebot: Allein 220 Teesorten hat Wolfgang Wagner im Sortiment, dazu kommen 90 verschiedene Gewürze sowie weiterhin 18 Brän-



Geschenke, die zu Ostern Freude machen, bietet Wolfgang Wagner in seinem Geschäft „Tee & Gewürze“.

de und Liköre. Außerdem gibt es jede Menge Zubehör, wie beispielsweise Tassen, Kannen, Stövchen und Teesiebe sowie natürlich Kandis, Kekse, Marmelade und zahlreiche weitere Leckereien. Verschenken Sie zum Osterfest doch eines der liebevoll zusammengestellten Geschenksets oder überraschen Sie Ihre Lieben mit

den Teesorten „Eierpunsch“ und „Schlappohr“ (mit dem Geschmack nach Erdbeer und Banane) beziehungsweise mit einer der weiteren leckeren Sorten. Auch die Teebärchen, die in mehreren Geschmacksrichtungen sowie als Set erhältlich sind, kommen garantiert gut an.

Für alle Freunde des Kaffees gibt

es ihr Lieblingsgetränk in österlich gestalteten Tüten sowie in frühlinghaft dekorierten Schachteln. Die hochwertigen, aromatischen Kaffees von Schäfer's Privatrösterei, einem Traditionsunternehmen aus Plön, und die 18 aromatisierten Sorten der Kaffeerösterei Burg aus Hamburg-Eppendorf, die unter anderem in den Geschmacksrichtungen „Macadamia“, „Marzipan Cappuccino“ und „Haselnuss“ erhältlich sind, eignen sich auch für alle, die gern selbst genießen möchten.

Für die bevorstehende Grillsaison sind außerdem Gewürz-Dipps in 41 verschiedenen Geschmacksrichtungen, die man mengenmäßig individuell herstellen kann sowie weitere leckere Produkte im Angebot. Am besten, Sie schauen einmal bei „Tee & Gewürze“ vorbei – Wolfgang Wagner berät Sie gern umfassend und kompetent.

## Edle Tropfen und Weine für den Alltag

Kostenloser Lieferservice ab 6 Flaschen (auch sortiert)

Weinkenner heben das Glas und begrüßen den Frühling mit dem Frühlingswein, der mit seiner frischen, fruchtigen Note hervorragend zur Jahreszeit passt. Doch der Wein-Shop, der sich seit mehr als 40 Jahren in der unteren Ladenstraße des Einkaufstreffpunktes Farmsen befindet, bietet noch vieles mehr. In stilvollem Ambiente können Weinliebhaber hier eine Reise durch die erlesensten Weinanbau-

gebiete erleben und gleichzeitig mehr als 20 Sorten im regelmäßig wechselnden, offenen Ausschank vor Ort genießen.

Remi Henrion ist seit dem Jahr 2002 Besitzer des ambitionierten Weingeschäftes. Er und seine drei Mitarbeiterinnen führen die Kundinnen und Kunden mit fachkundiger Beratung und freundlicher Bedienung stets zum richtigen Wein – egal, ob diese einen Weißen zum Spargel oder einen Roten



Aktuell empfiehlt Remi Henrion vor allem den Frühlingswein, der ideal zu Salaten, Fisch und Spargel passt.

zum Rehbraten wünschen. Neben edlen Tropfen, Weinen für den Alltag und exklusiven Spirituosen gehören zu dem umfangreichen Sortiment auch Sekt und Champagner. Dabei geht das Konzept von Remi Henrion weit über das Angebot feiner Weine hinaus: „Bei uns erhalten die Kun-

dinnen und Kunden außerdem Gutscheine mit frei wählbaren Beträgen und natürlich Geschenkverpackungen für jeden Anlass. Des Weiteren bieten wir bei Kauf ab sechs Flaschen nach Absprache einen kostenlosen Lieferservice im Umkreis von fünf Kilometern an“, so Henrion.

### Wein - Shop

Unsere Empfehlung für den Frühling:

**Badischer Rivaner & Riesling**

- fruchtig-blumiges Bukett
- elegante Mineralität
- frisch und trocken im Geschmack
- ideal zu Salaten und Fisch sowie für sonnige Frühlingstage



EKT Farmsen (untere Ladenzeile) • Telefon 643 05 99

## Ostershopping im EKT Farmsen

Sie suchen Geschenkeideen für das Osternest? Dann hüpfen Sie rein in den Einkaufstreffpunkt Farmsen und entdecken Sie in 70 Fachgeschäften viele tolle Angebote und schöne Dekorationen für das bevorstehende Fest.

Verbinden Sie Ihren Bummel durch das Center doch mit einem Besuch in einer der gastronomischen Einrichtungen, wenn Sie sich bei den Besorgungen von kleinen Geschenken für Ihre Lieben eine Pause gönnen möchten. Neben den ansässigen Geschäften bieten auch einige frühlingshaft



Bei Arko findet man süße Leckereien für das Osternest.



Bei Nanu-Nana gibt es zahlreiche Anregungen zum Dekorieren.

dekorierte Stände in der unteren Ladenstraße schöne Geschenkideen rund um das bevorstehende Osterfest. Hier findet man beispielsweise handwerkliche Kunst und Patchworkarbeiten sowie Tischdecken, aber auch duftende Seifen und Öle. Kleine Gaumenfreuden – lecker aufgetischt von der Wurst-Station Lothar Burgardt – runden das Angebot ab. Weil Ostern nur noch einen Hahnsprung entfernt ist, gibt es bei Arko unter dem Motto „Ab ins Körbchen“ zudem süße Leckereien für das Osternest, im Geschenkehaus Nanu-Nana zahlreiche

Anregungen zum Dekorieren und bei Blume 2000 frische Ideen für die neue Saison. Auch die Modefachgeschäfte des Centers haben sich auf den Frühling eingestellt und bieten den Kundinnen und Kunden die neuesten und angesagtesten Trends.

Jazz der Spitzenklasse gibt es am 26., 27. und 28. März, wenn die Musiker der „Delvtown-Jazzmen“ jeweils von 14 bis 17 Uhr durch das Center ziehen. Und wer einmal 7.000 bunte Ostereier sehen will, der sollte sich unbedingt die gigantische Ostereier-Pyramide ansehen, welche die Werbegemeinschaft des Centers auch in diesem Jahr wieder präsentiert. Die Ostereier auf dem imposanten „Bauwerk“ dienen einem guten

Zweck und können noch bis einschließlich 30. März für 25 Cent pro Stück erworben werden. Der Verkaufserlös wird anschließend einer Einrichtung im Stadtteil zur Verfügung gestellt. Da der Verkauf erneut von Mitgliedern des Bürgervereins Farmsen-Berne e.V. ehrenamtlich durchgeführt wird, können am Ende auch alle Einnahmen weitergegeben werden.

Selbstverständlich stehen den Kundinnen und Kunden auch für den Osterbummel die mehr als 1.000 Parkplätze kostenlos zur Verfügung. Außerdem können die 18 Ladestationen für Elektrofahrzeuge genutzt werden, die sich direkt gegenüber der Zufahrt zum Parkdeck befinden.



7.000 bunt gefärbte Ostereier stehen zum Verkauf.

## Das schönste Ei im Nest: Geschenkgutscheine

Über einen Gutschein freut sich jeder, denn er ist praktisch und persönlich zugleich. Deshalb sind die beliebten Center-Gutscheine garantiert das passende Geschenk zum Osterfest, denn damit kann der Beschenkte selbst auswählen, was er am liebsten haben möchte. So kommt es nicht zu Enttäuschungen – und umtauschen muss man auch nichts mehr.

Die Gutscheine im Wert von 10 Euro beziehungsweise 25 Euro stecken in einem hübschen Umschlag und können

in allen teilnehmenden Geschäften des Einkaufstreffpunktes Farmsen eingelöst werden. Erhältlich sind die Gutscheine jeweils montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr im Center-Management, welches sich in der 6. Etage des Ärztehauses am Berner Heerweg 175 befindet.



### TEE & GEWÜRZE

**220 verschiedene Teesorten**

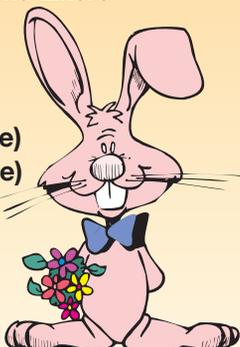
über 90 verschiedene Gewürze

18 verschiedene Brände und Liköre

#### Zum Osterfest:

- Eierpunsch (Schwarzer Tee)
- Frühlingsduft (Schwarzer Tee)
- Grüner Hasenfuß (Grüner Tee)
- Schlappohr (Rooibostee)

**Kaffee von  
Schäfer's Privatrösterei  
und der Kaffeerösterei Burg**



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

**FROHE OSTERN wünscht Ihnen Wolfgang Wagner**

**EKT Farmsen • Obergeschoß • Telefon 645 09 809**

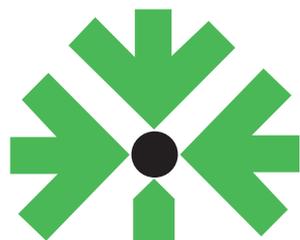
# OSTERN in Farmsen

## Große Ostereier- Pyramide

7.000 bunte Ostereier  
für den guten Zweck



*Frühlingshafte Angebote in 70 Shops!*



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

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

Montag - Samstag bis 20.00 Uhr geöffnet!



Über 1.000  
kostenlose  
Parkplätze!



18 Ladestationen  
für Elektrofahrzeuge!



## Die VHS Ost im April

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

### Sprachkurse

Für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse hat die VHS Ost im April folgende Kurse im Angebot:

**Englisch, Kurs für ältere Menschen** – ab 2.4., jeweils Di., 11.15 bis 12.45 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (14 Termine, 127 Euro)

**Italienisch** – ab 2.4., jeweils Di., 16.15 bis 17.45 Uhr in der Ohlendorff'schen Villa, Im Alten Dorfe (14 Termine, 166 Euro)

**Englisch** – ab 3.4., jeweils Mi., 15 bis 16.30 Uhr, online (14 Termine, 127 Euro)

**Russisch** – ab 3.4., jeweils Mi., 18 bis 19.30 Uhr, im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (14 Termine, 127 Euro)

**Spanisch** – ab 4.4., jeweils Do., 16.30 bis 18 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (14 Termine, 127 Euro)

**Portugiesisch** – ab 8.4., jeweils Mo., 19.45 bis 21.15 Uhr im Matthias-Claudius-Gymnasium, Witthöfftstraße 8 (14 Termine, 127 Euro)

**Spanisch für die Reise** – ab 12.4., jeweils Fr., 16 bis 19.15 Uhr, online (3 Termine, 82 Euro)

**Englisch, Intensivkurs** – ab 13.4., jeweils Sa., 10 bis 15.15 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (4 Termine, 148 Euro)

**Polnisch für die Reise** – ab 19.4., jeweils Fr., 18 bis 19.30 Uhr, online (6 Termine, 89 Euro)

## Der Ohlsdorfer Friedhof historisch

Der Ohlsdorfer Friedhof ist einer der größten weltweit. Seine Geschichte ist ebenso vielfältig, wie es die Bestattungen auf ihm bis heute sind. Der Historiker Dr. Daniel Meis gibt in seinem Online-Vortrag einen Ausblick auf die vielfältige Geschichte des größten Parkfriedhofes der Welt: Wie entwickelte er sich, was ist markant an ihm, wieso entwickelte er sich ganz anders und dann doch wieder ähnlich wie viele andere, kleinere Friedhöfe? **Termin:** 2.4., 18 bis 19.30 Uhr (8 Euro)

### Keramisches Arbeiten

In diesem Kurs erlernen die Teilnehmenden verschiedene Aufbautechniken und Farbgestaltungen von Keramikobjekten. In den ersten Stunden werden Modellieretechniken erlernt und Fertigkeiten an Rohlingen geübt. Anhand der modellierten Objekte können verschiedene Glasurtechniken ausprobiert und die farbliche Gestaltung durch Zugabe von Farbpigmenten nach freiem Geschmack geübt werden. Die Teilnehmenden sind frei in der Modellierung ihres Wunschobjektes, in der Entwicklung eigener Formen und in der Gestaltung der Oberflächen. Gemeinsam wird die Vielfalt der Farben entdeckt. Die Freude am Ausprobieren und der kreative Austausch sollen in diesem Kurs im Vordergrund stehen. Materialkosten werden nach Verbrauch erhoben. Das Drehen an der Drehscheibe ist nicht Bestandteil dieses Kurses. **Termine:** ab 4.4., jeweils Do., 13.30 bis 16.30 Uhr (160 Euro)

### Skizzieren lernen

In diesem Kurs können die Teilnehmenden üben, experimentieren und mit lockeren, flotten Linien, schnellen Strichen und Schraffuren, Hell-Dunkelwerten und Farbe spielen. Es werden Landschaften, Architekturmotive und Personen skizziert. Folgende Materialien werden vorgestellt: Stifte, Kohle, Rötel, Kreide, Pin-

sel, Feder und Wasserfarben. Skizzieren schult den Blick und lohnt sich als Vorarbeit für Zeichnungen und Bilder. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte eigene Skizzenmaterialien, z.B. Bleistifte (B2, B4, B6), Farbstifte, Kohle, Kreide, Pastellkreidestifte, Zeichenpapier, eventuell einen Kittel und eigene Fotos oder Vorlagen mitbringen. **Termin:** 7.4., 10 bis 17 Uhr (41 Euro)

### Sanftes Training für Ältere

Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Beweglichkeit für den Alltag trainieren möchten oder müssen. Mit leichtem Aufbau- und Krafttraining sollen die Ausdauer, das Gleichgewicht und die Gehfähigkeit verbessert und möglichst erhalten bleiben. Es werden Übungen mit Kleingeräten im Intervall, Entspannungsbildungen und Atemtechniken aus dem Yoga angeboten. Das Angebot richtet sich an Personen, die gehfähig oder eingeschränkt gehfähig sind. Es finden Übungen sowohl im Stehen, im Sitzen und im Liegen auf der Gymnastikmatte statt. Der Kursraum hat einen Gymnastikboden, der mit dem Rollstuhl nicht befahren werden darf. Mitzubringen sind eine Decke, ein Handtuch, ein kleines Kissen und Socken. **Termin:** 8.4., jeweils Mo., 10 bis 11.30 Uhr (88 Euro)

### Langer Abend der Philosophie

„Die Philosophie des Abendlands besteht im Wesentlichen aus Fußnoten zu Platon“, heißt es in einem

berühmten Zitat. In der Tat hat Platon (427-347 v. Chr.) in allen wesentlichen Gebieten der Philosophie wegweisende Arbeiten geleistet. Ob Erkenntnistheorie, Ethik, Logik oder Metaphysik – sein Denken setzt sich auf faszinierende Weise mit den berühmten großen Fragen auseinander. Man kann im Grunde Philosophie nicht verstehen, ohne sich mit Platon beschäftigt zu haben. In einem anregenden Ausflug in die antike griechische Philosophie werden die Grundzüge von Platons Denken behandelt und erläutert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. **Termin:** 10.4., 18 bis 21 Uhr (21 Euro) **VHS-Haus Alstertal, Rolfinckstraße 6a**

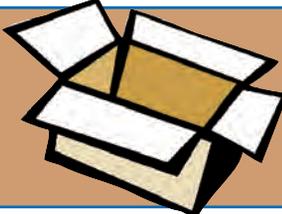
### Computer-Sprechstunde

Hier erhalten die Teilnehmenden fachkundige Beratung und Unterstützung bei aktuellen Fragen rund um ihren Computer, iPhone und/oder iPad. Der Kurs bietet die Möglichkeit, sich bei individuellen Fragen von einer erfahrenen Kursleitung beraten zu lassen. Mitzubringen sind die eigenen Geräte inklusive zugehörigem Passwort und Netzteil. **Termin:** 24.4., 16.30 bis 18 Uhr (25 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 428 853-0 oder per Mail unter [ost@vhs-hamburg.de](mailto:ost@vhs-hamburg.de). Alle genannten Kurse sowie viele weitere gibt es auch unter [www.vhs-hamburg.de](http://www.vhs-hamburg.de).

## WERNER KÜRSTEN

*seit 1948*  
*Kartonagen und Verpackungsmittel*



- Anfertigung von Voll- und Wellpappkartonagen
- Versandhüllen & alles für den Paketversand
- An- und Verkauf von gebrauchten Kartons

Waldsdörferstraße 376 b • 22047 Hamburg-Wandsbek  
Tel.: 040-66 77 30 • [www.kuersten.de](http://www.kuersten.de)

# Modellprogramm „AGIL“ gestartet

Das Bundesseniorenministerium hat am 1. März das neue Modellprogramm „AGIL – Altersgerecht, gemeinschaftlich und inklusiv leben“ gestartet. Gefördert werden bundesweit bis zu 15 Investitions- und Bauprojekte, die in ihrer Konzeption sowie ihrer Umsetzung innovativ und modellhaft für bedarfsgerechtes und gemeinschaftliches Wohnen sind. Bewerbungen sind noch möglich. Die meisten Menschen möchten auch im sehr hohen Alter, bei Krankheit oder Pflegebedürftigkeit in ihrem vertrauten Wohnumfeld bleiben. Damit dieser Wunsch gelebt werden kann, braucht es eine bedarfsgerechte Infrastruktur, die die Menschen in ihrem Alltag unterstützt. Mit dem Modellprogramm AGIL sollen Projekte gefördert werden, die zeigen, wie dies gelingen kann. Darüber hinaus soll gezeigt werden, wie Nachbarschaften gestärkt werden und neue Ge-

meinschaften entstehen können, in denen sich Menschen auch außerhalb der Familie füreinander einsetzen. Schwerpunkte des Programms sind: • Neue Formen des gemeinschaftlichen Wohnens – „Wohnen Plus“ • Gemeinschaft fördern – Orte für Begegnung, Teilhabe und lebendige Nachbarschaften sowie • Technik und Barrierefreiheit im Alltag.

„Wir wollen gerade ältere Menschen dabei unterstützen, dass sie länger zuhause leben können“, erklärt Bundesseniorenministerin Lisa Paus (Grüne). „Neue Wohnformen, die ein selbstbestimmtes Leben fördern, helfen dabei. Ziel der von uns geförderten Projekte ist es, das Miteinander und den Gemeinsinn zu stärken – und so auch Einsamkeit vorzubeugen. Die Frage, wie wir künftig wohnen, betrifft aber alle Generationen. Darum ist dieses Modellprogramm so wichtig. Ich freue mich auf viele gute und kreative Bewerbungen.“



## Die Projekte

Bewerben können sich zum Beispiel Projekte, die ein gemeinschaftliches Wohnangebot mit sogenannten Plus-Bausteinen verbinden, also mit Pflege-, Unterstützungs- oder Beratungsangeboten. Auch Projekte, die den nachbarschaftlichen Austausch, Informationsangebote im Quartier und den sozialen Zusammenhalt stärken oder das selbstbestimmte Wohnen durch technische Hilfen oder einen

mustergültigen Abbau von Barrieren unterstützen, kommen in Frage. Nicht zuletzt soll auch die Vielfalt des Wohnens gestärkt werden. Generell ist dem Programm AGIL der schonende und nachhaltige Umgang mit Ressourcen wichtig, dies betrifft Flächen, Energie und Baumaterial.

## Die Bewerbung

Teilnahmeberechtigt am Modellprogramm AGIL sind Wohnungsunternehmen und Genossenschaften, freie Initiativen und Baugruppen, Vereine, Stiftungen und andere gemeinwohlorientierte Organisationen. Bewerbungen sind bis zum 30. April bei der Regiestelle des Programms, der Bundesvereinigung FORUM Gemeinschaftliches Wohnen e.V., möglich, die unter [verein.fgw-ev.de](http://verein.fgw-ev.de) auch einen Bewerbungsvordruck bereithält.

## Vortrag

Der Pflegestützpunkt Wandsbek berät und unterstützt hilfe- und pflegebedürftige Menschen sowie deren Angehörige kostenfrei und vertraulich zu allen Fragen rund um das Thema Pflege. Die Beratung erfolgt unabhängig von der Kassenzugehörigkeit oder dem Bezug von Sozialleistungen. Interessierte können sich auch vorsorglich an den Pflegestützpunkt wenden und von den Beratungs- und Informationsangeboten Gebrauch machen. Vor diesem Hintergrund bietet der Pflegestützpunkt Wandsbek am 10. April einen Vortrag zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Pa-

tientenverfügung an, der um 11 Uhr in den Räumlichkeiten an der Wandsbeker Allee 61 (1. Stock), stattfindet. Referieren wird Anja Caspari vom ZukunftsWerkstatt Generationen e.V., Betreuungsverein Wandsbek und Hamburg Mitte. Die Teilnahme ist frei, um Anmeldung unter Telefon 42899 1070 oder per E-Mail unter [pflgestuetzpunkt@wandsbek.hamburg.de](mailto:pflgestuetzpunkt@wandsbek.hamburg.de) wird gebeten.

Weitere Infos gibt es unter [www.hamburg.de/wandsbek/pflgestuetzpunkt/](http://www.hamburg.de/wandsbek/pflgestuetzpunkt/). Terminvereinbarungen für persönliche Beratungsgespräche sind jederzeit unter der oben genannten Telefonnummer oder E-Mail-Adresse möglich.

## Wohlfühlmorgen

Bereits zum 28. Mal öffnet am 6. April der Wohlfühlmorgen von 10 bis 13 Uhr seine Pforten in der Sankt-Ansgar-Schule, Bürgerweide 33. Den Gästen stehen einen Vormittag lang kostenlose Angebote, wie ein reichhaltiges Frühstück, Sozial- und Rechtsberatung, ein Friseurbesuch, Massage, Maniküre, Pediküre, eine Brillensprechstunde und ärztliche sowie tierärztliche Versorgung zur Verfügung. Für musikalische Begleitung sorgt das Hamburger

Trio „TubaTonk“. Rund 150 Ehrenamtliche, darunter zahlreiche Schülerinnen und Schüler, ermöglichen den Besuchern einen unbeschwernten, sorgenfreien Tag mit Wellness-Faktor.

Der Hamburger Wohlfühlmorgen, der von den Maltesern, der Caritas, dem Sozialdienst Katholischer Frauen, der Alimaus und der St. Ansgar Schule zweimal im Jahr veranstaltet wird, gilt als Zeichen der Solidarität für arme und bedürftige Menschen in der Stadt.

## Matthias-Claudius-Heim

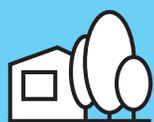
Alten- und Pflegeheim der Diakoniestiftung Alt-Hamburg

Wir wünschen allen Bewohnern und ihren Angehörigen, allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie allen Geschäftspartnern und Freunden des Hauses ein schönes Osterfest!



Matthias-Claudius-Heim

Walther-Mahlau-Stieg 8 • 22041 Hamburg  
Telefon: 69 69 53-0 • E-Mail: [verwaltung@mch.diakoniestiftung.de](mailto:verwaltung@mch.diakoniestiftung.de)  
[www.mch.diakoniestiftung.de](http://www.mch.diakoniestiftung.de)



Häusliche Alten- und Krankenpflege  
Rehbein GmbH

Wir suchen ab sofort

Exam. Pflegepersonal sowie Haushalts- oder Pflegehilfen

Rufen Sie uns an oder senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen!

Flachland 10  
22083 Hamburg  
Telefon (040) 642 40 66

Wir wünschen unseren Patienten ein schönes Osterfest!

# NABU-Vogelführungen starten in die Saison

Amsel, Drossel, Fink oder Star? Auf die Frage „Was singt denn da?“ gibt der NABU Hamburg auf seinen vogelkundlichen Frühjahrsspaziergängen seit mittlerweile 76 Jahren Antworten. 2024 bieten die Ehrenamtlichen des NABU insgesamt 118 Termine an. Von März bis Juni können Naturinteressierte die heimische Vogelwelt in 30 unterschiedlichen Hamburger Gebieten kennenlernen.

Malte Siegert, 1. Vorsitzender des NABU Hamburg, freut sich auf die neue Saison: „Die ‚Was singt denn da?‘-Führungen sind eine ganz besondere Erfolgsgeschichte in Hamburg, die bereits 1948 ihren Anfang nahm. Seitdem bringen NABU-Ehrenamtliche den Hamburgerinnen und Hamburgern unsere Vogelwelt näher und sensibilisieren für ihren Schutz. Darauf sind wir als Verband enorm stolz und freuen uns, die traditionsrei-

che Programmreihe auch im Jahr 2024 mit großer Begeisterung bei allen Beteiligten fortsetzen zu können.“

## Die Bedeutung

„Beim Kennenlernen der unterschiedlichen Arten erfahren die Teilnehmenden bei ‚Was singt denn da?‘ auch, in welchen Lebensräumen sich Vögel wohlfühlen und wie wir ihnen helfen können – etwa mit naturnahen Gärten oder dem Anbringen von Nisthilfen“, unterstreicht NABU-Vogelschutzexperte Marco Sommerfeld die Bedeutung der Veranstaltungsreihe. „So macht eine Vogelführung mit dem NABU nicht nur Spaß, sondern regt auch zu mehr Naturschutz an.“

## Die Regeln

Insgesamt bietet der NABU Hamburg in diesem Jahr im Rahmen von „Was singt denn da?“ von



Bei den „Was singt denn da?“-Führungen können Interessierte von März bis Juni die heimische Vogelwelt in 30 unterschiedlichen Hamburger Gebieten kennenlernen.

März bis Juni insgesamt 118 Termine in 30 Gebieten an. Die Führungen sind abwechslungsreich und finden in Naturschutzgebieten und in Parks sowie auf Friedhöfen und in Grünzügen statt. Um Anmeldung wird gebeten. Vorkenntnisse bei den Teilnehmenden sind nicht erforderlich. Es sollte aber an Regenkleidung, festes Schuhwerk und – wenn vorhanden – ein Fernglas gedacht werden. So ge-

rüstet steht der Beobachtung der Vogelwelt nichts mehr im Wege. Bitte beachten Sie, dass Hunde leider zuhause bleiben müssen. Eine Übersicht über die Termine mit den Links zur Anmeldung gibt es online unter [www.NABU-Hamburg.de/WasSingtDennDa](http://www.NABU-Hamburg.de/WasSingtDennDa). Die Führungen sind in der Regel kostenlos, Spenden für die Vogelschutzprojekte des NABU Hamburg sind aber willkommen.



## HANDWERKER EMPFEHLEN SICH



### GARTENGESTALTUNG

**JÖRG NEUMANN**  
Garten- und Landschaftsbau

Jahrespflege • Rasen vertikutieren  
Zäune setzen • Plattenarbeiten  
Umgestaltung der Müllboxen

Seit  
30 Jahren  
in Hamburg



Jetzt darf wieder  
gepflanzt werden!

Hornissenweg 40a • 22159 HH  
Telefon (040) 647 07 86  
Fax (040) 647 51 85  
[www.neumannsgarten.de](http://www.neumannsgarten.de)

### GLASARBEITEN



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

Haldesdorfer Str. 143 • 22179 Hamburg

### SANITÄRE ANLAGEN

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

**Jens Schebitz**  
SANITÄR • HEIZUNGS-TECHNIK

- SANITÄR
- HEIZUNG • SOLAR
- BAUKLEMPNEREI
- BEDACHUNG

Hudlemstraße 13 a  
22159 Hamburg-Farmsen  
Telefon (040) 643 60 64  
Fax (040) 645 25 21  
E-mail: [info@schebitz-sanitaertechnik.de](mailto:info@schebitz-sanitaertechnik.de)

### Mobile

### Problemstoffsammlung

Die nächsten mobilen Problemstoffsammlungen der Stadtreinigung Hamburg finden wie folgt statt: • am Mittwoch, dem 27. März, von 13.30 bis 15 Uhr an der Ecke Karlshöhe/Pezolddamm • am Donnerstag, dem 28. März, von 9 bis 10.30 Uhr in der Fabriciusstraße 35 und • am Montag, dem 8. April, von 14.30 bis 16 Uhr auf der Marktfläche Berner Heerweg. Hier werden kostenlos Schad- und Giftstoffe sowie kleine Elektrogeräte aus privaten Haushalten entgegen genommen. Außerdem berät qualifiziertes Fachpersonal über die umweltgerechte Entsorgung von Problemstoffen. Als Problemstoffe gelten alle Abfälle, die besonders gesundheits- und umweltgefährdend sind. Bei Abgabe sollten sie in einem geschlossenen Behälter abgefüllt und außerdem möglichst genau gekennzeichnet sein.

# 40 Jahre Wettbewerb „Erlebter Frühling“

Seit 40 Jahren lädt die NAJU (Naturschutzjugend im NABU) mit dem Wettbewerb „Erlebter Frühling“ Kinder dazu ein, die Natur vor ihrer Haustür zu entdecken. Alljährlich beteiligen sich begeisterte Naturforscher/innen aus ganz Deutschland. Mit kreativen Projekten erkunden sie Frühlingsboten vor ihrer Haustür und engagieren sich mit Ausstellungen sowie politischen Aktionen für Natur- und Umweltschutz.

Im Jubiläumsjahr ruft die NAJU alle Kinder dazu auf, die vielfältigen Beziehungen zwischen den Tieren und Pflanzen sowie die Veränderungen und Kreisläufe in der Natur zu erforschen. Welche Lebewesen brauchen einander und kooperieren? Wer hat wen zum Fressen gern? Und wie stehen wir Menschen in Beziehung mit all diesen Tieren, Pflanzen und Pilzen? Wie nehmen wir Einfluss auf ihre Lebensräume? André Gatzke, KiKA-Moderator und Schirmherr des „Erlebten Frühlings“ fordert alle Kinder auf: „Geht auf Entdeckungstour auf der Wiese, im Wald, im Stadtpark oder am nächsten Gewässer und lasst euch von den großen und kleinen Wundern und Geheimnissen da draußen begeistern! Berichtet uns von euren



© Jogg Farys

Kinder erforschen Frühlingsboten.

Entdeckungen auf kreative Art. Wir sind gespannt auf eure Einsendungen!“ Die eigenen Entdeckungen können die jungen Frühlingsforscher/innen in Form von Forschungstagebüchern, Collagen, Zeichnungen, Theaterstücken, Filmen oder eigenen Geschichten festhalten und Fotos davon als Wettbewerbsbeitrag einreichen.

## Seid dabei!

„Im letzten Jahr haben unsere ‚NAJU-Füchse‘ (NAJU-Gruppe Duvenstedt) erfolgreich am Wettbewerb teilgenommen und die Welt der Regenwürmer erforscht. Wir freuen uns, wenn auch im Jubiläumsjahr zahlreiche Kindergärten, Schulen und Gruppen aus dem Hamburger Stadtraum mit-

machen und durch ihre Begeisterung noch mehr Menschen über Natur- und Umweltschutz informieren. Besonders der Jenischpark, der Meyers Park und der Volkspark Stadtpark sowie das Niendorfer Gehege eignen sich für die Hamburger Frühlingsforscherinnen und -forscher“, sagt Laura Abels, Jugendbildungsreferentin der NAJU Hamburg.

## Die Teilnahme

Alle Kinder bis 13 Jahre können als einzelne Frühlingsforscherin und einzelner Frühlingsforscher, als NAJU-Gruppe, als Schulklasse oder Kindergartengruppe mitmachen. Einsendeschluss ist der 31. Mai 2024. Die besten Einsendungen werden gekürt und gewinnen einen spannenden Naturerlebnistag. Weitere Informationen und das Teilnahmeformular gibt es unter [www.NAJU.de/erlebter-fruehling](http://www.NAJU.de/erlebter-fruehling).

## Bildungsmaterialien

In Aktionsheften und weiteren Bildungsmaterialien finden Gruppenleitungen sowie Pädagoginnen und Pädagogen viele Anregungen, wie die verschiedenen Frühlingsboten und ihr Lebensraum spielerisch erforscht werden können. Die Materialien gibt es unter [www.NABU-Shop.de](http://www.NABU-Shop.de).

## Repair-Café

Wer zu Hause noch kaputte oder beschädigte Haushalts-, Multi-Mediageräte oder Kleidungsstücke herumliegen hat, sollte sich diesen Termin vormerken: Am 6. April geht im Treffpunkt Hamburg Ost-Mahlhaus (Mahlhaus 1 d-e) des Sozialkontors wieder das Repair-Café an den Start. In der Zeit von 13 bis 16 Uhr reparieren erfahrene Elektriker kostenlos Radios, Lampen & Co.. Zusätzlich gibt es „Repair-Stationen“, an denen mittels einfacher Näharbeiten Kleidung repariert werden kann. Die Wahrscheinlichkeit, dass die Reparatur gelingt, ist groß, denn die Fachleute wissen fast immer eine Lösung. Die Organisatorinnen und Orga-



© Brandenburg

NäherInnen helfen, Kleidung wieder in Ordnung zu bringen.

nisatoren bitten um Anmeldung per Telefon unter der Nummer 64 42 67-22 oder per Mail an [treffpunkt-mahlhaus@sozialkontor.de](mailto:treffpunkt-mahlhaus@sozialkontor.de). Die Teilnahme ist kostenlos und auch ohne Anmeldung möglich. Allerdings kann es dann zu längeren Wartezeiten kommen.

STADTREINIGUNG.HAMBURG

Verschiebung der

# ABFUHRTERMINE

zu Karfreitag, Ostern, Tag der Arbeit, Himmelfahrt und Pfingsten 2023

Schwarze Restmüll-, grüne Bio-, blaue Papier- und gelbe Hamburger Wertstofftonnen und -säcke



Noch Fragen?  
Mo-Fr 7-18 Uhr  
ServiceLine,  
Tel. 2576-0



Ihr Termin ... >>> ... verschoben auf

Mo. 25.03. >>>> Abfuhr am Sa. 23.03.

Di. 26.03. >>>> Abfuhr am Mo. 25.03.

Mi. 27.03. >>>> Abfuhr am Di. 26.03.

Do. 28.03. >>>> Abfuhr am Mi. 27.03.

Fr. 29.03. >>>> Abfuhr am Do. 28.03.

Für die anschließenden Abfuhrtermine in den Wochen ab Ostermontag, Tag der Arbeit, Himmelfahrt und Pfingsten gilt: Wir kommen einen Tag später als üblich.



# FITNESS, SPORT UND WELLNESS



## Angebote beim tus BERNE

Weil sportliche Betätigung heute wichtiger denn je ist, hält der tus BERNE ein großes Angebot an Bewegung sowie Freizeit-, Leistungs-, Wettkampf- und Gesundheitssport für alle Altersklassen bereit. Diese Angebote gibt es aktuell:

### Kickboxen for Fun

Während der letzten zwölf Jahre hat eine kleine Gruppe mit Kampfsporttechniken die Fitness gesteigert. Dabei ist der Spaß am Kampfsport selbst so groß geworden, dass sich die Teilnehmenden nun noch mehr auf das Kickboxen selbst konzentrieren wollen. Seit den Märzferien nennt sich die Sparte deshalb „Kickboxen for Fun“. Das Training ändert sich dahingehend, dass nun mit leichtem Kontakt, entsprechender Schutzausrüstung und locker kämpferisch trainiert wird. Dazu gibt es regelmäßig freundschaftliches Sparring unter den Teilnehmenden. Trainiert wird NICHT für Wettkämpfe und Meisterschaften, sondern ausschließlich für den Spaß. Die Fitness wird dabei selbstverständlich nicht zu kurz kommen. Es sind noch Plätze frei und Interessierte mit einem Mindestalter von 14 Jahren sind jeweils donnerstags von 18.15 bis 20 Uhr zu einem Probetraining in der Sporthalle Lienaustraße, Lienaustraße 32, herzlich willkommen. Trainiert wird barfuß auf Mat-

### Verstärkung gesucht

Für den Ausbau der Sportangebote in den Bereichen Kleinkinderschwimmen und Aqua-Fitness sucht der Farmsener TV (FTV) Trainer/innen und Kursleiter/innen, die im Lehrschwimmbecken Farmsen unterrichten. Wer seiner Leidenschaft für Sport freien Lauf lassen möchte, gern mit Kindern und/oder Erwachsenen

ten, deshalb wird nur bequeme Sportkleidung benötigt. Der Monatsbeitrag beträgt 21 Euro für Erwachsene und 11,50 Euro für Jugendliche.

### Freie Plätze

Freie Plätze gibt es aktuell auch in den folgenden Gruppen:

### Bauch-Beine-Rücken-Po

Bauch-Beine-Rücken-Po ist der ultimative Fitness-Klassiker, bei dem der Körper gestrafft und in Form gebracht wird. Ein Warm up trainiert die Ausdauer, es gibt gezielte Übungen auf der Matte und gelegentlich kommen Kleingeräte zum Einsatz. Der Kurs ist für Neu- und Wiedereinsteiger geeignet und findet immer montags von 11.15 bis 12.15 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a, statt. Für den monatlichen Beitrag von 20 Euro können beliebig viele weitere Fitnessgruppen besucht werden.

### Rückenfit

Dieser Kurs beinhaltet neben dem Erlernen des rückengerechten Bewegens im Alltag auch gezielte Dehn- und Kräftigungsübungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur, zur Erweiterung der Flexibilität der Wirbelsäule sowie zur Verbesserung der Körperhaltung. Der Kurs ist für Neu- und Wiedereinsteiger geeignet und findet jeweils mittwochs von 17.30 bis 18.30 Uhr im Volkshaus Berne,

arbeitet, motiviert und zuverlässig ist sowie bereits über erste Erfahrungen als Trainer/in oder Kursleiter/in verfügt, ist hier genau richtig. Geboten werden ein tolles Team, motivierte Sportler und gute Bezahlung.

Interessenten senden ihre Bewerbung bitte per Mail an [LSB@farmsener-tv.de](mailto:LSB@farmsener-tv.de).

Saselheider Weg 6, statt. Interessierte sind herzlich zu einer Probestunde eingeladen. Für den monatlichen Beitrag von 25 Euro können beliebig viele weitere Fitnessgruppen besucht werden.

### Fitness für Sie + Ihn

Inhalt dieses Angebotes ist ein buntes Gymnastikprogramm mit diversen Kleingeräten und verschiedenen Schwerpunkten, so dass der gesamte Körper abwechslungsreich trainiert wird. Auch Dehnung und Entspannung kommen nicht zu kurz. Der Kurs findet jeweils dienstags von 19 bis 20.30 Uhr in der Sporthalle der Grundschule Kamminer Straße, Kamminer Straße 4, statt. Interessierte sind herzlich zu einer Probestunde eingeladen. Für den monatlichen Beitrag von 20 Euro können beliebig viele weitere Fitnessgruppen besucht werden.

### Yoga + Entspannung

In diesem Kurs werden verschiedene Übungen unterrichtet, mit denen Ausdauer, Kraft, Flexibilität und Gleichgewichtssinn trainiert werden. Auch Atemübungen und Meditation sind Inhalte des Kurses, in dem man die fernöstliche Bewegungsart kennenlernen kann. Bitte eine Decke und etwas zum Trinken mitbringen.

Die Kurse, die sich für Jugendliche

ab 16 Jahren und für Erwachsene eignen, finden vom 15. April bis 24. Juni jeweils montags im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, statt (Kurs 1.1 von 17 bis 18 Uhr, Kurs 1.2 von 18.10 bis 19.20 Uhr und Kurs 1.3 von 19.20 bis 20.20 Uhr). Vereinsmitglieder zahlen jeweils 67 Euro und Gäste 93 Euro.

### Sportabzeichen



Am 8. April startet wieder das Training für das Deutsche Sportabzeichen. Jedermann/-frau und Kinder sind herzlich willkommen, jeweils Montag ab 18 Uhr auf dem Sportplatz Schierenberg mit viel Spaß und Unterstützung, auch durch die anderen Teilnehmenden, zu trainieren. Die Teilnahme ist kostenlos und wird von vielen Krankenkassen im Bonusprogramm anerkannt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Alle Kurse sind online buchbar auf [www.tus-berne.de](http://www.tus-berne.de). Hier gibt es auch einen Überblick zu weiteren Angeboten.

### Feldenkrais

Die Feldenkrais-Methode ist ein Weg, das Zusammenspiel aller Muskelgruppen im Körper zu verbessern und in Einklang zu bringen. Mit meist sehr kleinen Bewegungen und genauer Wahrnehmung des gesamten Körpers werden die Verbindungen von Kopf bis Fuß Schritt für Schritt in einen rückengerechten Bewegungszusammenhang gebracht. Das wirkt sich ebenso positiv auf die körperliche, wie auf die seeli-

sche Gesundheit aus.

Unter der Anleitung des Feldenkraislehrers Jens Uwe Popp beginnt am 10. April ein Kompaktkurs zum Thema „Ich habe Rücken“, der an fünf Terminen jeweils von 18 bis 19.30 Uhr im VHS-Haus Farmsen, Berner Heerweg 183, stattfindet. Veranstalter ist der Freizeitsport e.V.. Nähere Informationen gibt es bei Heidi Krieger unter Telefon 644 19 139.

# Mitgliederversammlung mit Neuwahlen

**Der Bürgerverein Farmsen-Berne führt am 5. April, ab 18 Uhr in der Aula des Gymnasiums Farmsen, Swebenhöhe 50, seine turnusmäßige Mitgliederversammlung mit Neuwahlen durch. Hierzu wurde ordnungsgemäß eingeladen.**

Der bisherige Vorsitzende, Konny

G. Neumann (ehemaliger Schulleiter des Gymnasiums Farmsen), wird aus persönlichen Gründen zurücktreten. Er schlägt Rolf Röper als seinen Nachfolger vor, der aktuell 2. Vorsitzendener ist und sich auch zur Wahl stellt. Als weitere Vorsitzende bewerben sich Ellen Wachtel und Gerhard

Andersen. „Der bisherige Vorstand des Bürgervereins Farmsen-Berne e.V. zeigt sich befriedigt, dass die zukünftige Vorstandsarbeit durch die Kandidaturen für die entscheidenden Vorstandsämter gewährleistet ist. Im Geschäftsbericht werden wir aufzeigen, dass 2023 eine erfolgreiche Arbeit geleistet werden konnte“, erklärt der scheidende Vorsitzende, Konny G. Neumann.

Im Interesse der Bürgerinnen und Bürger wird der Vorstand des Bürgervereins auch in Zukunft gut mit den Sportvereinen, den Parteien sowie weiteren Institutionen im Stadtteil zusammenarbeiten. Um die Gemeinschaft in Farmsen zu stärken, ist der Vorstand in vier

Institutionen vertreten: im Quartiersbeirat, in der Stadtteilkonferenz Farmsen-Berne, in „Farmsen ist bunt“ und beim Wirtschaftsstammtisch.

Das Sozialwerk im Bürgerverein unterstützte in den vergangenen Jahren unter anderem „Drei für FarBe“ (eine Kooperation der Sportvereine SC Condor, Farmseener TV und tus BERNE), die Lebensmittelausgabe „Farmseener Tisch“, das Strandbad Farmsen, das Schwimmbad und die Bücherhalle sowie die Schulen und Kitas im Stadtteil. Dieses soziale Engagement soll natürlich erfolgreich fortgesetzt werden. Anträge auf Zuschüsse können direkt an das Sozialwerk gestellt werden.

## Osterfeuer

Nach alter Tradition und mit Hilfe des Vereins Strandbad Farmsen e.V. findet auch in diesem Jahr das große Osterfeuer auf dem Parkplatz des Strandbades Farmsen am Neusurenland 67 statt. Das weitläufige Gelände eignet sich hervorragend für die Veranstaltung im Herzen des Stadtteils, zu der vor allem Familien erwartet werden.

Am Ostersonntag, dem 30. März, sorgt ein DJ ab 16 Uhr bei den kleinen Besucherinnen und Besuchern mit Kindermusik für Spaß und lädt zum Tanzen ein, bevor um 17 Uhr dann das große Feu-

er angezündet wird. Für reichlich Zündholz ist gesorgt, so dass sich alle Besucherinnen und Besucher bei hoffentlich trockenem und windstillem Wetter wärmen können. Die Freiwillige Feuerwehr Berne sorgt für die nötige Sicherheit der Gäste, die Gastronomie vor Ort mit Speisen sowie Getränken für das leibliche Wohl und der DJ für musikalische Unterhaltung. Bitte beachten Sie, dass im Bereich der Veranstaltung nur wenige Parkmöglichkeiten zur Verfügung stehen. Eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln wird empfohlen.

## Kurzzeit-Jobs

Für die Bezirksversammlungs- und Europawahl am 9. Juni bietet die Wahlgeschäftsstelle des Bezirksamtes Wandsbek interessante Kurzzeit-Jobs. Gesucht werden Mitarbeitende, die sich für insgesamt zwei Monate (26. April bis 25. Juni) um die Bearbeitung der Briefwahlunterlagen kümmern. Zu den Aufgaben gehören beispielsweise die Prüfung der Wahlberechtigung, die Verpackung von Wahlunterlagen und telefonische Auskünfte. Ganz nebenbei gibt es tiefe Einblicke in die Organisation einer Wahl und damit in den Eckpfeiler der Demokratie.

Alle Mitarbeitenden erhalten vorab eine Schulung. Einsatzorte sind die Publikumsdienststellen im Alstertal, in Rahlstedt, in Bramfeld und Wandsbek-Kern,

sowie im BackOffice (ohne Publikumsverkehr). Die Tätigkeit wird nach Entgeltgruppe 3 TV-L bezahlt, die Arbeitszeit beträgt 39 Wochenstunden. Neben den Sachbearbeitungen werden auch Personen benötigt, die als Leitungskräfte eingesetzt werden (Entgeltgruppe 5/6 TV-L). Diese Tätigkeit beginnt bereits am 23. April und setzt eine kaufmännische Ausbildung voraus.

Bewerberinnen und Bewerber sollten Spaß am Kontakt mit Menschen und an der Arbeit im Team haben, vertraut im einfachen Computerumgang und körperlich belastbar sein, um beispielsweise Postkisten heben zu können. Interessierte können sich per Mail unter [wahlen-abstimmungen@wandsbek.hamburg.de](mailto:wahlen-abstimmungen@wandsbek.hamburg.de) beim Bezirksamt melden.

## Ausstellung

**Der KUNSTRAUM FARMSEN im VHS-Zentrum Ost präsentiert ab dem 10. April die neue Ausstellung „Andere Zeiten“.**

In dieser Ausstellung wird eine breite Palette kreativer Ausdrucksformen präsentiert. Darunter Malerei, Zeichnung, Fotografie, digitale Fotografie, Kalligrafie und Objekte. Die Vielfalt der künstlerischen Ausdrucksformen spiegelt die Bandbreite der künstlerischen Arbeiten wider und bietet den Betrachtern die Möglichkeit, in die faszinierende Welt dieser Kunstformen einzutauchen.

Beteiligt an der Ausstellung sind Künstler/innen der Gesellschaft für deutsch-chinesischen Kulturaustausch e.V., die das Ziel verfolgen, den Kunstaustausch zwischen deutschen und chinesischen Künstlern zu fördern. Als unpolitischer Künstlerverband setzt sich die Gesellschaft dafür ein, Künstler/innen sowie Kunstfreundinnen und -freunden eine Plattform zu

bieten, um Kontakte zu knüpfen und das gegenseitige Verständnis sowie die Freundschaft zwischen den Kulturen zu stärken und Ausstellungen in Deutschland und China zu ermöglichen.

Die öffentliche Vernissage findet am 10. April, um 19.30 Uhr im KUNSTRAUM FARMSEN am Berner Heerweg 183 statt. Im Anschluss kann die Ausstellung hier bis zum 10. Juli jeweils montags bis freitags von 9 bis 19 Uhr besucht werden. Der Eintritt ist frei.



## Ostereiersuchen in Bramfeld und Farmsen

30. März, 11 Uhr Mahlhauswiese am U-Bahnhof Farmsen

30. März, 13 Uhr Hohnerkamp, Wiese gegenüber der Schule

## Frohe Ostertage

wünschen Ihre Bürgerschaftsabgeordnete Regina Jäck, die SPD in Bramfeld und Farmsen und die Kandidierenden für die Bezirksversammlung.

Für Fragen, Hinweise und Anregungen stehe ich gern zur Verfügung:

Abgeordnetenbüro Farmsen  
Neusurenland 107, 22159 Hamburg

040-74 21 49 97 oder [buero@regina-jaeck.de](mailto:buero@regina-jaeck.de)





# Machen Sie 2024 zu Ihrem Glücksjahr!

**Mit dem Haspa LotterieSparen  
geben Sie Ihrem Glück eine Chance.**



Hier geht's zum Glück:  
[haspa.de/glueck](https://haspa.de/glueck)

**Sparen und Gewinnchance  
auf bis zu 30.000 €!**

**Meine Bank heißt Haspa.**

 **Haspa**  
Hamburger Sparkasse