

RUND BLICK



Kostenlos
Monatlich



**Interessante
Veranstaltungen**

► Seiten 8 - 11



**Alles Rund
um Kind und
Schule**

► Seiten 12+13

48. Jahrgang Nr. 6 · 18. Juni 2026 · www.rundblick-rahlstedt.de · Anzeigenannahme 040/ 677 33 91

für Rahlstedt · Oldenfelde · Farmsen-Berne
Bramfeld · Meiendorf · Hohenhorst · Stapelfeld
Braak · Volksdorf · Alstertal · Sasel · Ahrensburg

WARNHOLZ Immobilien GmbH

– gegründet 1995 –

**Wir suchen laufend Grundstücke, Häuser
und Wohnungen zum Verkauf und zur Vermietung.**

Rufen Sie uns jetzt für eine unverbindliche Beratung an!



Treptower Straße 143 | Tel. 040 / 22 86 74 70 | Fax 040 / 647 01 68

www.warnholz-immobilien.de



Fußball



*Vierundvierzig Beine rasen
durch die Gegend ohne Ziel.
Und weil sie so rasen müssen,
nennt man das auch Rasenspiel.
Rechts und links steh'n zwei Gestelle,
je ein Spieler steht davor.*

Heinz Erhardt (1909 – 1979)

*Hält er den Ball, ist ein Held er,
hält er nicht, schreit man "Du Tooor!"
Fußball spielt man meistens immer
mit der unteren Figur.
Mit dem Kopf, obwohl's erlaubt ist,
spielt man ihn ganz selten nur.*

**HU FÄLLIG?
SCHNELL UM DIE ECKE!**

**DEINE GTÜ PRÜFSTELLE
IN RAHLSTEDT**

**WÄHREND DU
EINKAUFEN BIST**
bei unseren
Nachbarn!

**HU & AU
FÜR ALLE FAHRZEUGE**
PKW, Motorrad, Transporter
und mehr.

**GTÜ
PRÜFSTELLE**



Bargtheider Straße 79
22143 Hamburg



040 / 609 517 80

> AUCH OHNE TERMIN!

**Juwelier-Fachgeschäft Goldankauf
SOFORT BARGELD** für Gold, Silber,

Platin, Brillanten, Modern-, Antik und
Markenschmuck, Versilbertes ab 90er Auflage!
Luxusuhren wie Rolex, Cartier, Breitling

Juwelier

Schweriner Straße 2c
22143 Hamburg-Rahlstedt

BELIAN

Montag bis Donnerstag
von 11.00 bis 17.00 Uhr
Telefon: 040 250 6770



@juwelierbelian www.juwelier-belian.de

über **30** Jahre sicher, fair, diskret und transparent!

Individuelle Trauringe · Schmuckreparatur · Schmuckreinigung
Anfertigungen und Umarbeitungen · Batteriewechsel
Schmuckschätzung und -zertifikate für Ihre Versicherung · Uhrenreparaturen

Ich-kaufe-Autos.de

Heil oder defekt, TÜV-fällig oder Unfall

Bj. 2005 - 2026! Bis € 30.000,-

Wir machen Hausbesuche - Abmeldeservice

Firma Ronald Richter-Stuwe - HH-Sasel

Mo.-So. bis 22 Uhr ☎ **0171 / 561 47 34**

Neue

Rahlstedter Unikate

sind eingetroffen

Sonnenbrillen 2026

Perfekt für Ihren Urlaub.
Auch in Ihrer Sehstärke.



höcker
optik

Moritz meint...

Ossi, das kleine Hundchen unseres Grafikers, kam neulich zu mir ins Körbchen gehüpft.

„Ach Moritz“, seufzte er, „jetzt da Rahlstedt doch nicht an Olympia teilnimmt, ist mein Herrchen in ein tiefes Loch gefallen.“

„Eine der zahlreichen Baustellen etwa?“, fragte ich gähnend.

„Nein, schlimmer: Er hat sich so darauf gefreut, täglich gegen die Teilnahme zu protestieren, dass er nun völlig apathisch geworden ist. Irgendwie scheint ihm die Lebensfreude abhanden gekommen zu sein.“

„Bei einem Dauernörgler wie ihm wundert mich das nicht“, sagte ich.

„Und, was kann man dagegen tun? Schließlich bin ich der wirklich Leidtragende dieser Situation.“



Oder meinst du, es macht Spaß, alleine Gassi zu gehen?“

„Natürlich nicht“, stimmte ich Ossi zu. „Vielleicht solltest du ihm sagen, dass unsere Politiker bestimmt neue Ideen haben werden, gegen die es sich zu protestieren lohnt. Ganz sicher sogar.“

„Aber ist das nicht zu negativ? Hast du nicht einen etwas positiveren Vorschlag?“

„Nichts leichter als das“, sagte ich und reichte Ossi den neuen Rundblick. „Jetzt zum Sommerstart gibt es zahlreiche Veranstaltungen, um trübe Gedanken gar nicht erst aufkommen zu lassen. Am besten, ihr beide guckt euch gemeinsam an, was in Rahlstedt so alles los ist und sucht euch das passende heraus. Schließlich gilt nicht nur für Olympia: Dabeisein ist alles!“

„Moritz, du bist ein Genie!“

NOTRUF-NUMMERN

Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst	112
APOTHEKEN-NOTDIENST	0800 0022833
DRK-Krankenbeförderung	192 19
Falck Krankentransporte	192 21
Ärztlicher Notfalldienst	116 117
mit den Notfallpraxen in Altona und am Bundeswehrkrankenhaus, Kinderärztlicher Notdienst	
Zahnärztl. Notdienst	018 05-05 05 18
Privatärztl. Notdienst	1 92 57
Gift-Info-Zentrale	05 51 19 24-0
Stromnetz Hamburg Entstördienst	0800-1 439 439
Telefon-Seelsorge (24 Std.)	0800-111 01 11
Mobbing Telefon HH	20 23 42 09
Kinder- u. Jugendnotdienst	428 15 32 00
HH-Müttertelefon	0800-333 21 11
Elterntelefon	0800-111 05 50
Familienberatungsstelle Rahlstedt	428 81 38 29
Jugend-Suchtberatung Kö 16a	428 11-26 66
Hilfetelefon – Gewalt gegen Frauen	0800-116 016

Der RUNDBLICK verlost:

3 x 1 Buch „Das Geheimnis der Frauen“

3 x 1 Buch Seaside Sisters

„Lenes Inselsummerglück“

3 x 1 Buch „Die verborgenen Bilder“

Einfach eine Postkarte mit dem jeweiligen Stichwort senden an den Rundblick Rahlstedt, Rahlstedter Bahnhofstraße 19 in 22143 Hamburg, oder per E-Mail an service@rundblick-rahlstedt.de. Bitte die Telefonnummer und Adresse angeben! Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt, die Gewinne müssen im Rundblick-Büro abgeholt werden. Nur vollständig ausgefüllte und gegebenenfalls frankierte Zusendungen nehmen an der Verlosung teil. Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Einsendeschluss ist Donnerstag der 02.07.2026, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Weitere Verlosungen unter www.rundblick-rahlstedt.de

Der nächste RUNDBLICK
erscheint am 9. Juli 2026

www.bentien-bestattungen.de

Bentien Söhne „ST. ANSCHAR“

BESTATTUNGSUNTERNEHMEN
SEIT 1895 IN 4. GENERATION

- Individuelle Sterbevorsorge-Beratung
- Erd-, Feuer-, See-, Anonymbestattungen
- Hausbesuche, eigener Trauerdruck
- Übernahme sämtl. Bestattungsangelegenheiten
- Beisetzung auf allen Hamburger Friedhöfen und Umgebung



22041 Hamburg (Wandsbek) ■ Litzowstr. 13
22145 Hamburg (Rahlstedt)

Tag & Nacht erreichbar

686044

Mietrechtsberatung

(RB) Mittwochs, von 16.30-18.00 Uhr, wird in der Bücherhalle Wandsbek, Wandsbeker Allee 64, 22041 Hamburg, eine Mietrechtsberatung angeboten. Voraussetzung für eine Beratung ist eine Mitgliedschaft bei Mieterhel-

fen Mietern. Sie können auch vor Ort beitreten und erhalten dann sofort eine Beratung. Zur Vermeidung von Wartezeiten ist eine telefonische Anmeldung bei Mieter helfen Mietern unter Tel.: 040-431 3940 erforderlich. Eintritt frei.

RUNDBLICK IMPRESSUM

Monatlich erscheinende Regionalzeitung für Rahlstedt, Farmsen-Berne, Oldenfelde, Meiendorf, Stapelfeld, Braak, Volksdorf, Sasel, Bramfeld, Alstertal und Ahrensburg.

Herausgeber: Verlag Rundblick Rahlstedt e.K.

Verlags- und Anzeigenleitung: Cornelia Ewert (V.i.S.d.P.).

Anzeigenberatung: Cornelia Ewert, Jennifer Ewert.

Freie Redaktionsmitarbeiter: Dieter Hellfeuer (dh).

Anzeigen: Nachdruck nur mit Genehmigung.

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 16 / Januar 2026.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte keine Haftung.

Druck: v. Stern'sche Druckerei GmbH & Co KG, Zeppelinstr. 24, 21337 Lüneburg

Anschrift: Rundblick, Postfach 73 07 68, 22127 Hamburg.

Rahlstedter Bahnhofstraße 19, 22143 Hamburg,

Telefon (040) 6773391, Fax (040) 6772061;

E-Mail: info@rundblick-rahlstedt.de; Online: www.rundblick-rahlstedt.de

Verwendete Bild- und Grafikenquellen, sofern nicht anders angegeben: Designed by freepik.com

Karl & Sohn

BESTATTUNGEN

Bestatter vom Handwerk geprüft

SEIT 1914

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



040 / 643 46 76

www.karl-bestattungen.de



info@karl-bestattungen.de



Entwässerungsgräben in Wandsbek

(RB) Zu den Besonderheiten Hamburgs gehören die Entwässerungsgräben – manche Stadtteile sind eng durchzogen von diesen kleinen Kanälen an den Straßenseiten. Allein der Bezirk Wandsbek verfügt über ein entsprechendes Netz auf 186 Kilometern Länge. Was man darüber wissen muss, wer für ihre Pflege zuständig ist und an wen man sich wenden kann, wenn man dazu Fragen hat, beantwortet jetzt ein neuer Informationsflyer des Wandsbeker Bezirksamtes – entstanden auf der Grundlage eines Antrags der Wandsbek-Koalition aus SPD, Grünen und FDP aus dem März 2025.

Wasser- und Entwässerungsgräben sind ein wertvoller und sinnvoller Baustein im Bereich des Wassermanagements, sie haben zudem großes Potential als wichtige und spannende Biotope. Schon vor dem Mittelalter gab es solche Anlagen in Hamburg bzw. in der damaligen Region, und auch heute noch werden, wo sich aktueller Bedarf zeigt, neue Entwässerungsgräben angelegt. Sie dienten damals und dienen heute vor allem der „Oberflächenentwässerung“, dem Sammeln und Versickern von Niederschlagswasser. Insbesondere

hinsichtlich der zunehmenden Starkregen-Situationen erfüllen sie daher eine wachsende Wichtigkeit für die Stadt und ihre Bewohner. Für direkte Anwohner bedeutet ein gepflegter Entwässerungsgraben auch Hochwasserschutz für Haus und Garten. Entwässerungsgräben brauchen Fürsorge, damit sie nicht verstopfen. Dieser Aspekt steht daher im Mittelpunkt des neuen Flyers „Straßen- und Entwässerungsgräben“. In dem kleinen Ratgeber finden sich eine aktualisierte Übersicht über rechtliche Zuständigkeiten, das richtige Vorgehen bei der Gräben-Pflege und die zuständigen Ansprechpartner bei der Verwallung. Ab sofort liegt der Flyer in den Dienststellen des Bezirksamtes aus, online ist er abrufbar unter <https://hamburg.de/go/1175344>. Ein Beispiel aus den Hinweisen, die vielleicht nicht allen Grundstückseigentümern, auf deren Gelände sich ein solcher Wassergraben befindet, bewusst ist: Zweimal im Jahr Mähen reicht. So entsteht auch ein wertvoller blühender Grünstreifen. Im Herbst dieses Jahres ist, dem Antrag der Koalition entsprechend, zudem ein „Aktionstag Entwässerungsgräben“ geplant.

Bevölkerungsschutz & Krisenvorsorge

(RB) Gut informiert zu sein, kann in Krisensituationen entscheidend sein. Mit einer neuen Informationsseite auf hamburg.de stellt die Freie und Hansestadt Hamburg ab sofort alle wichtigen Informationen zur richtigen Bevorratung und dem Verhalten in Krisensituationen zur Verfügung. Dabei orientiert sich Hamburg an den Empfehlungen des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK). Das BBK empfiehlt, einen Lebensmittel- und Getränkevorrat für mindestens 5, im besten Fall für bis zu 10 Tage anzulegen. Die neue Seite beantwortet dabei zentrale Fragen: Wie bereite ich mich auf Krisen vor? Wie werde ich im Krisenfall gewarnt? Welche Vorräte wie Lebensmittel oder Wasser sollte ich im Haus haben und wie verhalte ich mich eigentlich in einer Krise, wenn die Supermärkte geschlossen bleiben oder kein Trinkwasser mehr aus dem Wasserhahn kommt?

Die Hamburger finden dort gebündelte Informationen zu möglichen Gefahrensituationen und den richtigen Vorsorge- und

Schutzmaßnahmen. Denn eine gute Eigenvorsorge entlastet in der Krise Rettungskräfte und staatliche Strukturen und ist damit elementar für eine funktionierende Krisenbewältigung. Entscheidend ist nicht nur, einen Vorrat an haltbaren Produkten anzulegen, sondern diesen auch regelmäßig zu überprüfen und abgelaufene oder verbrauchte Produkte zeitnah zu ersetzen. Neben der Vorhaltung von Wasser und Lebensmitteln ist beispielsweise auch dafür zu sorgen, dass die Hausapotheke (inkl. persönlicher Medikamente) aufgefüllt und ein batteriebetriebenes Radio vorhanden ist, um fortlaufend Informationen erhalten zu können. Zudem empfiehlt es sich einen Rucksack für Notfälle bereitzuhalten, der alles enthält, was bei einer kurzfristigen Evakuierung notwendig ist. Mit dem neuen Online-Angebot erweitert Hamburg sein Informationsangebot im Bereich der Krisenvorsorge und stärkt die Resilienz der Bevölkerung. Alle Informationen und Checklisten sind ab sofort abrufbar unter www.hamburg.de/krisenvorsorge.

Tierarzt auf Rädern



Ihr Haus-Tierarzt beim Tier zu Haus

Dr. Imke Bartels

Tel. 0172/7240332

www.tierarzt-auf-raedern.de



Fußpflege Stübchen

Medizinische Fußpflege

keine Kassenabrechnung

Susann Rossky

Tel.: 0173 – 909 06 16

Ahrenshooper Straße 25 | 22147 Hamburg

Erdbeeren

ab sofort zum Selbstpflücken

Täglich
9-17 Uhr

Hof Soltau

Gut zu wissen,
was man isst!

Meienfelde 2
22885 Barsbüttel
(im Ortsteil Stenwarde)
Telefon 040 / 710 65 34



www.hof-soltau.com

Motorrad-Parkplätze

(dh) Im Ortskern Rahlstedt gibt es jetzt eine Parkfläche für Motorräder. Auf Initiative des Regionalausschusses Rahlstedt wurde eine Fläche im Bereich Mecklenburger Straße/Wariner Weg, direkt am Rahlstedt CENTER gelegen, jetzt exklusiv für „Krafträder, auch mit Beiwagen, Kleinkrafträder und Mofas“, reserviert. In der Begründung des Antrags der Fraktionen von SPD, GRÜNEN und FDP im Regionalausschuss Rahlstedt heißt es dazu: „Der Ortskern Rahlstedt stellt für Hamburgs einwohnerstärksten Stadtteil einen wichtigen Bestandteil der Nahversorgung dar. Rund um das Rahlstedt CENTER befinden sich viele weitere Geschäfte, Arztpraxen, öf-

fentliche Einrichtungen und vieles mehr. Neben den Nutzerinnen und Nutzern von Autos und des ÖPNV sowie den Radfahrenden und zu Fuß Gehenden werden die Läden und Einrichtungen auch gerne mit motorisierten Zweirädern angesteuert. Anders als im Ortskern Bramfeld gibt es für die Nutzer von Krafträdern, Kleinkrafträdern und Mofas vor Ort allerdings keine gesonderte Parkfläche, so dass für diese Kfz-Parkstände genutzt werden müssen, da das Abstellen auf freien Gehwegflächen als Ordnungswidrigkeit geahndet wird. Das Parken von Krafträdern, Kleinkrafträdern und Mofas am Fahrbahnrand, wo erlaubt, stellt für viele keine Option dar.“



Die Zeitung für Rahlstedt und Umgebung
aktuell – informativ – werbewirksam

„Sharing Boxen“

(RB) Im Rahmen des EU-geförderten INTERREG-Projekts „Digital Kiosks“ startet das Bezirksamt Wandsbek zwei innovative Pilotprojekte zur Förderung eines nachhaltigen Konsums: In den RISE-Fördergebieten Rahlstedt-Ost und Tegelsberg/Müssenredder werden und wurden Verleihboxen („Sharing Boxen“) für Sport- und Freizeitartikel eingeweiht. Finanziert wird das Projekt aus Mitteln des Rahmenprogrammes Integrierte Stadtteilentwicklung (RISE). Das INTERREG-Projekt „Digital Kiosks“ verfolgt das Ziel, nachhaltigen Konsum und Ressourcenschonung durch innovative, digitale Lösungen im öffentlichen Raum zu fördern. Im Mittelpunkt stehen dabei die Entwicklung und Erprobung von Verleihsystemen, die Bürgern einen einfachen app-basierten Zugang zu gemeinsam genutzten Alltags- und Freizeitgegenständen ermöglichen. Die „Sharing Box“ ist eine digital gesteuerte Verleihstation, die es ermöglicht, Sport- und Freizeitartikel unkompliziert und kostenfrei via App auszuleihen. Die Artikel wurden gezielt ausgewählt, um direkt vor Ort – etwa in der Parkanlage oder auf den umliegenden Spielflächen – genutzt zu werden. Zum Start stehen unter anderem Wikingerschach (Kubb), Fußball, Frisbees sowie Powerbänder und Spring-

seile zur Verfügung. Die „Sharing Boxen“ werden im Rahmen einer Pilotphase bis Mai 2027 an den beiden Standorten betrieben. Während dieser Zeit können alle Interessierten die Artikel kostenfrei nach einmaliger Registrierung ausleihen und ausprobieren. Die Verleihboxen stehen ab sofort in Rahlstedt-Ost (SAGA-Siedlung) Kielkoppelstraße, an der Bushaltestelle „Am Hegen“ zur Verfügung. Am 20. Juni, um 15.30 Uhr wird der Box-Standort Tegelsberg/Müssenredder an der Calisthenics-Anlage eingeweiht. Alle sind eingeladen, die neuen „Sharing Boxen“ kennenzulernen, die angebotenen Artikel auszuprobieren und ihr Feedback zu geben. Wünsche für weitere Ausleihartikel werden gerne entgegengenommen. Im Verlauf der Pilotphase sind weitere Bewertungsrunden geplant, um das Angebot optimal an die Bedarfe der Nutzenden anzupassen. Ziel ist es, die „Sharing Boxen“ auch nach Abschluss der Pilotphase im Mai 2027 weiter zu betreiben. Weitere Infos unter <https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/bezirke/wandsbek/themen/umwelt-natur-und-klimaschutz/klimaschutz/handlungsfelder/recycling-konsum-und-ernaehrung/initiative-digital-kiosks-bezirksamt-wandsbek-tritt-bei-969716>.

Bach-Aktionstag

(RB) Am Sa., den 27. Juni, ab 10 Uhr, veranstaltet der NABU Hamburg in Kooperation mit dem Bezirksamt Wandsbek einen Bach-Aktionstag an der Wandse und Berner Au. Anwohner und interessierte Bürger sind eingeladen, mitzuhelfen und sich vor Ort über die Aktionen des NABU Hamburg zu informieren. Es werden gemeinsam an der Wandse und Berner Au aufkommende Neophyten entfernt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich: Jeder ist

willkommen! Dem Wetter angemessene Arbeitskleidung und Sonnenschutz sind mitzubringen. Warme und kalte Getränke, sowie ein kleines Mittagessen stellt der NABU Hamburg. Interessiert können sich bis zum 25. Juni, 10 Uhr unter https://veranstaltungen.nabu-hamburg.de/app_seminaranmeldung?reihe=2950&id=2515 anmelden. Bei der Anmeldung werden der genaue Treffpunkt und alle weiteren Infos bekannt gegeben.

Zebrastreifen kommt

(dh) Seit vielen Jahren wird vor dem Lidl-Markt in der Sieker Landstraße ein Fußgängerüberweg gefordert, der Kunden aus dem südlich gelegenen Großlohe ein gefahrloses Überqueren der vielbefahrenen Straße ermöglicht. Doch die Polizei musste bislang abwinken, die Voraussetzungen dafür waren nicht gegeben. Nun macht eine Änderung der Straßenverkehrs-Ordnung möglich, worauf so lange gewartet wurde: Der Fußgängerüberweg kommt. Dieser soll in der Verlängerung des Durchgangs zwischen den Häusern Sieker Landstraße 74 und 76 entstehen, und schafft

so eine direkte Anbindung auch Richtung Mehlandsredder. Erst am 29. April 2026 hatte der Regionalausschuss Rahlstedt auf Antrag von SPD, Grünen und FDP die Polizei gebeten, die Einrichtung des Fußgängerüberwegs an dieser Stelle erneut zu prüfen. Auf der Grundlage der straßenverkehrsbehördlichen Anordnung der Polizei werden das Bezirksamt Wandsbek und Hamburg Verkehrsanlagen GmbH für die beleuchtungstechnische Ausstattung entsprechende Planungen aufnehmen. Mit einer Umsetzung ist in einigen Wochen zu rechnen.

Gymnasium Rahlstedt

(RB) Das Gymnasium Rahlstedt wird in den kommenden Jahren weiterwachsen: Am südwestlichen Ende des Grundstücks soll ein viergeschossiger Neubau entstehen. Nach aktueller Planung soll der Bau zum Jahreswechsel 2026/2027 beginnen – die Fertigstellung ist für Anfang 2029 geplant. Das geht aus einer Anfrage der Rahlstedter SPD-Bürgerschaftsabgeordneten Astrid Hennies an den Senat hervor. Bei einem Besuch am Gymnasium Rahlstedt hat sie sich mit Schulleiter Florian Frankenfeld dazu ausgetauscht. In dem neuen Gebäude werden 14 Räume für die Klassen 5 bis 9 entstehen. Darüber hinaus wird es einen Ganztagsbereich, ein Bistro, eine Bühne für Theater und Musik und Räumen für die Verwaltung geben. Im obersten Geschoss des Neubaus wird eine zusätzliche Einfeld-Sporthalle gebaut. Astrid Hennies: „Hamburg investiert massiv in seine Schulen. Das ist auch bei uns in Rahlstedt ganz deutlich zu sehen. Seit 2019 wurden bereits rund 87 Millionen Euro in die Schulen bei uns im Stadtteil investiert. Bis 2030 sind weitere Investitionen in Höhe von knapp 100 Millionen Euro vorgesehen. Mit dem Gymnasium Rahlstedt

steht jetzt die Erweiterung eines der größten Gymnasien Hamburgs an. Künftig wird es hier Platz für sieben Parallelklassen pro Jahrgang geben. Insgesamt investiert Hamburg 15,5 Millionen Euro.“ Auch an zwei weiteren Schulstandorten in Rahlstedt stehen größere Bauprojekte an: So wird am gemeinsamen Standort der Stadtteilschule und des Gymnasiums Meiendorf am Schierenberg bis 2030 ein Neubau entstehen, den beide Schulen nutzen werden. Am Doppelschulstandort der Stadtteilschule und des Gymnasiums Oldenfelde werden 2027/2028 neue Gebäude gebaut werden. „Der Schulneubau schafft dabei nicht nur gute Lernbedingungen für die Kinder und Jugendlichen bei uns in Rahlstedt. Er kommt auch dem Vereinssport zugute. Denn an allen drei Schulen sind auch neue Sportflächen geplant, die am späten Nachmittag/Abend von den Vereinen bei uns im Stadtteil mitgenutzt werden können“, so Astrid Hennies weiter. Neben der Einfeld-Halle am Gymnasium Rahlstedt wird es in Meiendorf künftig eine Zweifeld-Halle geben und in Oldenfelde eine Dreifeld- und eine Einfeld-Sporthalle sowie ein überdachtes Außensportfeld.



POLIZEI
Hamburg

Wir informieren:

-Abparken von Anhängern-

* Das Abstellen von Anhängern im öffentlichen Verkehrsraum ist gemäß § 12 Abs. 3b StVO geregelt; ohne Zugfahrzeug dürfen Anhänger maximal zwei Wochen am gleichen Ort stehen.

* Anhänger, auch als Werbeträger, benötigen für eine dauerhafte Abstellung im öffentlichen Raum eine Genehmigung, da dies als „Sondernutzung“ gilt.

* Ohne Erlaubnis kann das Abstellen untersagt werden, mit möglichen Sanktionen wie Bußgeldern oder kostenpflichtiger Entfernung.

* Weitere StVO-Vorschriften sind zu beachten, insbesondere dass Werbeanhänger keine Sichtbehinderung oder Verkehrsgefährdung verursachen dürfen.

* Ziel der Regelungen ist die Sicherstellung der Zugänglichkeit des öffentlichen Parkraums und die Verhinderung dauerhafter Belegung durch Anhänger.

* Verstöße gelten als Ordnungswidrigkeiten und können mit Verwarn- oder Bußgeldern sowie kostenpflichtiger Entfernung geahndet werden.

Nächster Termin:

Am Mi., den 24. Juni, von 10 - 13 Uhr, informieren auf dem Rahlstedter Markt, Polizeibeamte des PK 38 an einem Infostand zum Thema „Trickbetrug“.

Tierschutzfest

(RB) Am So., den 28. Juni, von 10 - 16 Uhr, lädt ins Tierheim Süderstraße, Neue Süderstraße 25, 20557 Hamburg, der Hamburger Tierschutzverein von 1841 e.V. (HTV) zum Tierschutzfest ein. Kleine und große Gäste sind wieder eingeladen, einen Blick hinter die Kulissen des Tierheims zu werfen. Zahlreiche Tierschutzorganisationen werden sich auf dem Tierheimgelände präsentieren. Die Gäste dürfen sich auf Programmpunkte wie Tombola, Flohmarkt, Tiervorstellungen, Musik, Versteigerung, Kinderspaß, Hunde-Parcours und leckeres veganes Essen freuen. Bei den beliebten Tierheim-Führungen bekommen die Gäste – unter den neugierigen Augen hunderter Tierheim-Schützlinge – einen Einblick in die vielfältige und spannende Tierschutzarbeit. Zum ersten Mal wird eine Tätowiererin am Start sein: Gäste können sich mit kleinen Motiven verschönern lassen. Ebenfalls neu ist ein „Portraitautomat“, an dem Menschen die Möglichkeit haben, sich zeichnen lassen können. Trödelfans können beim traditionellen Flohmarkt fündig werden. Tierisch tolle Gewinne, wie Eintrittskarten für Hamburger Institutionen und Veranstaltungen sowie Kino- und Theaterkarten und natürlich viele Sachpreise, hält die Tombola wieder bereit. Die jüngsten Gäste können sich beim Kinderspaß mit Glücksrad, Kinderschminken, Mal- und Bastelaktionen vergnügen und zum Beispiel „Slime“ herstellen. Auch Hunde, die dem Festtrubel gewachsen sind, sind herzlich willkommen: Beim Hundespaß können die vierbeinigen Gäste auf einem Parcours ihr Talent beweisen. Beim Bühnenprogramm werden Tiere vorgestellt, die noch dringend ein Zuhause suchen. Außerdem stehen Klaviermusik und eine ganz besondere Aktion auf dem Programm: Der HTV-Tierschutzarbeit kommt der Erlös einer Auktion zugute, bei der farbenfrohe Bilder versteigert werden, die einige Tierheimschützlinge selbst „gemalt“ haben. Beim abschließenden Bühnengespräch wird die 1. Vorsitzende des HTV Janet Bernhardt mit Influencerin Fiona Bliedtner über das Thema „Qualzucht im Netz: Wenn Likes wichtiger werden als Tierwohl“ sprechen. Ergänzend können die Gäste am Infostand der HTV-Tierschutzberatung „mitfühlen“, was beispielsweise Qualzuchtthunde tagtäglich erleiden müssen.

Blauer Engel

(djd/dh) Menschen verbringen den Großteil des Tages in geschlossenen Räumen. Doch immer hält die Luftqualität im Zuhause das, was man sich wünschen würde. Bedenkliche Zusatzstoffe in der Einrichtung können zu einer Belastung werden, insbesondere für Allergiker. Die Wahl der Materialien ist daher nicht nur eine Frage des Designs und des persönlichen Geschmacks. Egal ob Bodenbeläge, Möbel, Textilien oder Wandfarben: Gerade bei unerwünschten Lösemitteln oder Konservierungsstoffen sollte man genau hinsehen. Doch wie lässt sich die Einrichtung so gestalten, dass sie ein gesundes Raumklima fördert und welche unabhängigen Prüfungen und Umweltsiegel schaffen dabei Orientierung? Zu den ältesten unabhängigen Prüfsiegeln zählt das Umweltzeichen Blauer Engel. Bereits seit 1978 kennzeichnet es umweltfreundliche, schadstoffarme Produkte aus verschiedenen Bereichen. Eine neutrale, unabhängige Bewertung ist gewährleistet, da die Vergabe durch das Bundesumweltministerium erfolgt und die Kriterien regelmäßig überprüft werden. Stichwort Farben: Umweltfreundliche Raumgestaltung muss keineswegs monoton wirken. Ganz im Gegenteil: Die Zertifizierung gilt nicht nur für weiße Innenfarbe, sondern auch für konservierungsmittelfreie Tintenpasten. Damit lassen sich nahezu alle Farbtöne umsetzen, ohne auf hohe Umwelt- und Gesundheitsstandards zu verzichten. Eine individuelle Beratung gibt es zudem beim Malerbetrieb vor Ort. Gut zu wissen: Produkte mit dem Blauen Engel tragen zum Schutz der Innenraumluftqualität bei und fördern ein umweltbewusstes Bauen und Renovieren.

Ferienenerlebnisse in der Natur

(RB) Auch in diesem Jahr bietet die NAJU Hamburg in den Sommerferien im Juli und August unterschiedliche Freizeiten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an. Die Reisen gehen an die Lauenburgische Seenplatte, nach Sylt und in die Schweiz. Für alle drei Angebote gibt es noch wenige freie Plätze. Dabei ist vom 21.-25. Juli das NAJU Nature Camp, vom 3.-8. August die NAJU-Kinderferienfreizeit Sylt und vom 4.-13. August die NAJU-Exkursion in die Schweiz. Weitere Infos und Anmeldung unter <https://www.naju-hh.de/mach-mit/freizeiten-camps>.

115 feiert 15-jähriges Bestehen

(RB) Seit 15 Jahren erhalten Bürger über die zentrale Behördennummer 115 Auskünfte zu Verwaltungsleistungen von Bund, Ländern und Kommunen. Die Stadt Hamburg ist mit dem Telefonischen HamburgService (THS) bereits seit Beginn an Teil des 115-Verbundes. Dieser feiert nun bundesweit sein 15-jähriges Bestehen.

Montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr können Bürger sich bei Fragen zu allen Angelegenheiten der öffentlichen Verwaltung an die Behördennummer 115 wenden. Dabei ist es unerheblich, ob es sich um Angelegenheiten der Kommunen, Länder oder des Bundes handelt – die 115 steht für ein einheitliches Serviceversprechen, gemeinsame Qualitätsstandards und eine verbundene Infrastruktur. Der Service ist für Anrufende grundsätzlich kostenlos – es fallen lediglich die Telefonkosten beim jeweiligen Anbieter an. Aus dem deutschen Festnetz ist die 115 zum Ortstarif erreichbar, in vielen Mobilfunk-Flatrates ist sie bereits enthalten. Bei Anrufen aus dem Ausland oder über einen ausländischen Mobilfunkvertrag können erhöhte Kosten entstehen.

Als besonderer Service steht ein Gebärdentelefon zur Verfügung, sodass auch gehörlose und hörbehinderte Menschen den 115-Service nutzen können. Die Servicezeiten des Gebärdentelefon sind montags bis donnerstags von 8 bis 17 Uhr und freitags von 8 bis 12 Uhr.

Grundlage für die telefonischen Auskünfte ist die 115-Wissensdatenbank. Alle Verbundteilnehmer stellen dort qualitätsgesicherte Informationen zu Verwaltungsleistungen bereit, die laufend aktualisiert werden. So können die Mitarbeitenden in den 115-Servicecentern kompetent und zuverlässig Auskunft geben – auch zu Anliegen anderer Teilnehmer. Die Behördennummer 115 wird von der FITKO (Föderale IT-Kooperation) im Auftrag des IT-Planungsrats gesteuert. Der IT-Planungsrat ist das politische Steuerungsgremium für die Zusammenarbeit von Bund und

Ländern in Fragen der Informationstechnik und Digitalisierung der Verwaltung. Die FITKO bündelt als eigenständige Anstalt des öffentlichen Rechts die Ressourcen und Kompetenzen zur Koordination der Digitalisierung der öffentlichen Verwaltung.

Telefonischer HamburgService (THS)

In Hamburg ist der Telefonischen HamburgService (THS) das Servicecenter für die 115. Wer eine Frage an eine Hamburger Behörde hat, bekommt montags bis freitags von 7 bis 19 Uhr unter der Rufnummer kompetent und serviceorientiert Auskunft. Ziel ist es vor allem, die Anliegen der Bürger zufriedenstellend zu lösen, zu einem positiven Image der Verwaltung beizutragen und die Kollegen in den Fachbereichen zu entlasten.

Von A wie Anmeldung bis Z wie Zulassung werden Anfragen möglichst abschließend beantwortet oder qualifiziert an die zuständige Dienststelle weitervermittelt. Darüber hinaus übernimmt der THS auch telefonische Auskünfte zu Leistungen der Grundsicherung sowie zum Wohngeld. Bürger erhalten hierbei nicht nur allgemeine Informationen, sondern auch konkrete Unterstützung und vertiefte Auskünfte. Dadurch trägt der THS wesentlich dazu bei, die Fachverwaltung zu entlasten und Anliegen bereits im Erstkontakt effizient zu klären. Zudem unterstützt der THS Bürger bei Fragen und Schwierigkeiten rund um die Nutzung digitaler Verwaltungsangebote und übernimmt den First-Level-Support für zahlreiche Online-Dienste der Freien und Hansestadt Hamburg. Damit leistet der THS einen wichtigen Beitrag zur digitalen Teilhabe und unterstützt Hamburgs Rolle als Vorreiter bei der Entwicklung und Nutzung moderner Online-Services für Bürger. Im letzten Jahr wurden beim THS mehr als 500.000 Anrufe über die 115 entgegengenommen, unter anderem auch für Schleswig-Holstein. Weitere Infos zu allen Angeboten erhalten Sie unter www.115.de.

Tag der offenen Tür

(RB) Am Sa., den 27. Juni, von 11 - 17 Uhr, lädt der Botanische Sondergarten Wandsbek, Walddörferstraße 273, 22047 Hamburg, zum „Naturforum im Sondergarten“ ein. Auch in diesem Jahr bietet dieser Tag ein abwechslungsreiches Programm rund um Pflanzen, Tiere und natürliche Lebensräume. Besucher erwartet eine bunte Mischung

aus informativen Ständen, spannenden Aktionen und inspirierenden Begegnungen. Die Aussteller sowie das Team des Sondergartens geben anschauliche Einblicke in die Welt der Botanik und Ökologie. Ergänzt wird der beliebte „Gärtnermarkt“ durch eine „Künstlermeile“, auf der regionale Künstler ihre Werke präsentieren. Eintritt frei, ohne Anmeldung.



OLDENFELDE - FARMSSEN - BERNE - MEIENDORF

Kleidertauschparty

(RB) Am Do., den 2. Juli, von 18 - 20 Uhr, findet im Kulturzentrum BiM, Saseler Straße 21, 22145 Hamburg, eine Kleidertauschparty statt. Einfach vorbeikommen, aussortierte Kleidung und Accessoires mitbringen und neue aussu-

chen. Bis zu 10 Teile dürfen vor Ort ausgetauscht werden. Bitte nur saubere, gut erhaltene Kleidung in Erwachsenengrößen mitbringen. Unterwäsche und Socken sind vom Tausch ausgeschlossen. Eintritt frei, ohne Anmeldung.

Planverfahren eingeleitet

(dh) Im Frühjahr 2026 wurde im Rahmen eines durch die Genossenschaft Gartenstadt Hamburg eG ausgelobten Wettbewerbsverfahrens ein Entwurf der EMI Architekten, Zürich für die weitere städtebauliche Entwicklung des Gebiets westlich des Meiendorfer Stiegs mit ca. 580 bis 400 Wohneinheiten ausgewählt. Für die Umsetzung des Wettbewerbsergebnisses sollen nunmehr die bauplanungsrechtlichen Voraussetzungen geschaffen werden. Das vorgesehene Plangebiet befindet sich im Stadtteil Farmsen-Berne im Bezirk Wandsbek. Es wird im Nordwesten durch den Berner Heerweg, im Nordosten durch die Saseler Straße, im Osten durch den Meiendorfer Stieg sowie die Bahntrasse und im Süden durch die Berner Brücke begrenzt. Derzeit ist das Plangebiet durch eine kleinteilige Bebauung mit freistehenden Doppelhäusern, einer Kindertagesstätte im Süden sowie einem Mehrfamilienhaus im Norden

geprägt. Die Flächen im Plangebiet befinden sich im Eigentum der Gartenstadt Hamburg eG.

Ziel der Planung ist es, die städtebauliche Dichte maßvoll zu erhöhen, die vorhandenen Wohnbauflächen dabei besser auszunutzen und so im näheren Umfeld zur U-Bahn-Haltestelle Berne einen Beitrag zur Schaffung dringend benötigten Wohnraums zu leisten. Das Vorhaben soll zudem eine vermittelnde Position zwischen der ansonsten heterogenen bebauten Umgebung einnehmen.

Nach dem Wettbewerbsergebnis soll eine weitgehend geschlossene, abschnittsweise geöffnete Randbebauung mit rund 580 bis 400 neuen Wohneinheiten entstehen. Im Inneren sind großzügige Gartenhöfe vorgesehen. Im nördlichen Teil des Plangebiets ist eine Kindertagesstätte geplant.

Zur Umsetzung des Vorhabens ist die Schaffung eines neuen Planrechts erforderlich.

Neuer Bebauungsplan

(dh) Die Seniorenwohnanlage Nordlandweg in Meiendorf soll neu gebaut werden, weil der Gebäudebestand einen erheblichen Instandsetzungs- und Modernisierungsbedarf aufweist und nicht den rechtlichen Anforderungen an die Barrierefreiheit für Seniorenwohnanlagen genügt. Die neue Senioren-Servicewohnanlage wird 544 öffentlich-geförderte Wohnungen umfassen. Hinzu kommen 100 neue Geschosswohnungen insbesondere für Familien und eine Kita. Am 16. Mai 2026 ist nun der vorhabenbezogene Bebauungsplan Rahlstedt 158 in Kraft getreten, mit dem die Voraussetzungen dafür geschaffen wurden.

Das Baukonzept sieht vier Hofgebäude für die Senioren-Servicewohnanlage, bestehend aus je drei Baukörpern mit drei bis fünf Vollgeschossen, vor. Zudem ist ein aus zwei Gebäude-

gruppen bestehender Geschosswohnungsbau mit fünf Vollgeschossen geplant. Die Baukörper sollen durch ihre Anordnung einerseits quartiersprägende Hofflächen als Aufenthaltsbereiche für die Bewohner bilden und andererseits eine umgebende parkähnliche Grünfläche mit ruhigen Verbindungswegen, die abseits der Straßen Nordlandweg und Zellerstraße verlaufen. Darüber hinaus sind ergänzend kleinteilige Gewerbeeinheiten sowie eine Kindertagesstätte in einem Gebäude im Nordwesten des Plangebiets vorgesehen. 120 Stellplätze werden in zwei Tiefgaragen geschaffen.

Mit dem Durchführungsvertrag verpflichtet sich die SAGA, den ersten Bauabschnitt spätestens 30 Monate nach Baubeginn fertigzustellen, den zweiten Bauabschnitt bis spätestens 31. Dezember 2030 und den dritten bis spätestens 31. Dezember 2032.

Die Hochzeit zu Kana

(RB) Am So., den 5. Juli, um 11 Uhr, findet in der Matthias-Claudius-Kirche, Wolliner Str. 98, 22145 Hamburg, der nächste Familiengottesdienst, der beiden Gemeinden Meiendorf-Oldenfelde und Farmsen-Berne statt, bei dem sich alles um die Geschichte der Hochzeit zu Kana dreht. Aber nicht einfach erzählt, sondern als fröhliches Musical von den Kindern auf die Bühne gebracht. Mit Musik und ganz viel Herz wird gezeigt: Manchmal

passiert mitten im Alltag etwas Unerwartetes und plötzlich wird aus Gewöhnlichem etwas ganz Besonderes. Danach bleiben alle einfach zusammen und es wird der Grill angeworfen, gegessen, gespielt und die Zeit miteinander genossen, draußen im Garten. Es darf gern etwas fürs Buffet mitgebracht werden. Ein Vormittag für Groß und Klein, für Familien, Freunde und alle, die Lust auf Gemeinschaft haben.

Wasserturm in Farmsen

(RB) Farmsen ist ein wachsender Stadtteil, viele neue Wohnungen sind entstanden und weitere sind in Planung. Für die Farmsener wäre es von großem Vorteil, wenn der Stadtteil einen Treffpunkt hätte, an dem Veranstaltungen oder Freizeitangebote stattfinden könnten. Auf dem Gelände des ehemaligen Versorgungsheims Farmsen ist in der NS-Zeit und teilweise auch darüber hinaus großes Unrecht geschehen, Menschen wurden zur Zwangsarbeit herangezogen, zwangssterilisiert, deportiert und ermordet. Diesem Teil der Vergangenheit des Stadtteils zu gedenken ist der Wandsbek-Koalition ein großes

Anliegen. Mit dem denkmalgeschützten Wasserturm, der zum ehemaligen Versorgungsheim gehörte, gibt es eine zentral gelegene Immobilie, die sich sowohl für einen Stadttreff als auch für einen Erinnerungsort anbietet. Zahlreiche Gespräche zwischen den beteiligten Akteuren haben stattgefunden, und auch die Bezirksversammlung hat sich schon mehrfach mit dem Thema befasst. Jetzt möchte die Wandsbek-Koalition erreichen, dass zum einen der Bestand des Gebäudes gesichert wird und zum anderen Konzept und Finanzierung für eine zukünftige Nutzung konkretisiert werden.

DHL-Zustellstützpunkt

(dh) Die Deutsche Post DHL hat im Meiendorfer Gewerbegebiet Bargkoppelweg einen modernen Zustellstützpunkt in Betrieb genommen, der auf das gestiegene Paketaufkommen reagiert und auf eine effiziente Logistik ausgerichtet ist. Der neue Standort wurde auf dem südlichen Teil des Grundstücks der ehemaligen Tiefdruckerei Broschek errichtet und vereinigt die bisherigen Standorte im Apostelweg, in der Halenreihe und am Bramfelder Dorfplatz.

Insgesamt arbeiten an dem neuen Standort im Bargkoppelweg 61a rund 180 Mitarbeiter. Vom neuen Zustellstützpunkt aus werden in der Woche über 115.000 Haushalte mit durchschnittlich circa 425.000 kleinen und großen Briefsendungen sowie rund 41.600 Paketen beliefert. Er löst die bisherigen Zustellstützpunkte Apostelweg in Rahlstedt (Hamburg 73) und Halenreihe in Volksdorf (Hamburg 67) ab, außerdem ist der neue Standort auch für die Postleitzahlbereiche 22175, 22179

(Bramfeld, bislang Zustellstützpunkt Hamburg 71) und 22393 (Sasel, bislang Zustellstützpunkt Hamburg 65) zuständig.

Der neue Stützpunkt auf dem über 15.000 Quadratmeter großen Grundstück ist bereits mit der notwendigen Lade-Infrastruktur für den Betrieb von über 90 elektrischen Zustellfahrzeugen ausgestattet. Diese werden über Nacht aufgeladen und haben für die Zustellung am nächsten Tag dann wieder die notwendige Kapazität.

Der Neubau setzt auf moderne, besonders energieeffiziente Gebäude und unterstützt damit den Wandel hin zu einer nachhaltigeren Zustellung. Die Photovoltaikanlage ermöglicht die Erzeugung erneuerbarer Energie direkt vor Ort, während eine Wärmepumpe den Betrieb weitgehend unabhängig von Gas und Öl macht. Eine umfassende Gebäudeautomation sorgt zudem dafür, dass Energieverbrauche zentral erfasst, gesteuert und optimiert werden können.



OLDENFELDE - FARMSSEN - BERNE - MEIENDORF

Angebote im tus BERNE

(RB) Beim tus BERNE gibt es Kleingeräte wie Hanteln, Bälle, etc. kommen immer mal wieder wieder freie Plätze in der Gruppe zum Einsatz. Von 18.15 – 19.45 Fitness für Sie + Ihn (50+), die sich dienstags von 19.00 – 20.30 Uhr ist in der Gruppe Kickboxen Uhr trifft. Der gesamte Körper für Fun noch Platz. Hier wird wird von Kopf bis Fuß trainiert. Es werden verschiedene locker kämpferisch, mit leichtem Kontakt und entsprechenden Schwerpunkte gesetzt wie Schulter-Nacken und Bauch-Beine-Po kommen auch nicht zu kurz. bei freundschaftlichem Sparring. Donnerstags, von 9.45 – 10.45 Uhr vorausgibt. Trainiert wird allerdings nicht für Wettkämpfe und Meisterschaften, sondern ausschließlich für den Spaß! Weitere Infos unter www.tusberne.de oder unter Tel.: 60442880.

Familienfest

(RB) Am Fr., den 26. und 27. Juni, eröffnet ab 18 Uhr der „Pop Up Sommergarten“ 2026 mit Live-musik, gekühlten Getränken sowie Leckereien vom Grill und lädt zum gemütlichen Beisammensein ein. Bis 22 Uhr gibt es ein Programm unter freiem Himmel, anschließend geht es im Saal des BiM mit einer Afterparty weiter. Am Sa., den 27. Juni, startet um 14 Uhr das Kinderfest mit Programm speziell für die Kleinen und ihre Familien. Gegen 17 Uhr geht es mit dem Abendprogramm weiter. Weitere Infos unter www.bim-hamburg.de.

Lehrschwimmbecken Farmsen

(RB) Hamburgs Investitionen in die Schwimminfrastruktur und die Schwimmfähigkeit der Kinder nehmen weiter Form an: Am Hermelinweg in Farmsen entsteht auf dem ehemaligen Schulparkplatz ein neues Lehrschwimmbecken. Hier kann voraussichtlich ab Mitte 2027 das Schwimmen erlernt und ausgeübt werden. Dr. Andreas Dressel, Senator für Finanzen und Bezirke, Dr. Jonas Leder, Direktor des Landessportamts, und Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff haben Ende Mai das Bergfest der Baumaßnahme gefeiert. Dabei wurde auch eine Probebefüllung des Beckens durchgeführt. Das Lehrschwimmbecken ist für den Schwimmunterricht von Kindern und Jugendlichen sowie für die soziale Infrastruktur in Farmsen von großer Bedeutung. Investiert werden für Baukosten und Erschließung insgesamt rund 21 Millionen Euro aus Bundes- und Landesmitteln. Investitionen in die weiteren Lehrschwimmbecken der Stadt sollen folgen. Der Neubau wird im Auftrag des Bezirksamts

Wandsbek von Bäderland Hamburg GmbH koordiniert und mit höchstmöglichen energetischen Standards umgesetzt. Es werden vier Schwimmbahnen mit einer Länge von jeweils 25 Meter gebaut. Die Gesamtinvestitionen am Standort belaufen sich auf 20,8 Millionen Euro. Neben dem Neubau eines Lehrschwimmbeckens werden Straßenbaumaßnahmen sowie die Verlegung einer Fernwärmeleitung durchgeführt. Gefördert wurde das Projekt mit rund 5,4 Millionen Euro aus Mitteln des Bundesprogramms „Sanierung kommunaler Einrichtungen“, 15,4 Millionen Euro kommen von der Behörde für Finanzen und Bezirke. Gleich nebenan wird ebenso der Vereinssport zukunfts-fähig gemacht. Hier werden rund 5 Millionen Euro aus Bundes- und Landesmitteln in den Ersatzbau des Vereins- und Stadtteilhaus des Farmsener Turnvereins investiert. Die barrierefreie Erreichbarkeit der Erich-Kästner-Schule ist während und nach der Bauphase durchgehend gewährleistet.



FLEISCHEREI UWE KNOLL

www.fleischerei-knoll.de
HH-Berne, Hermann-Balk-Str.114
Tel.: 040 /644 97 83



**GUTSCHEINKARTEN zum Verschenken für
HAUSGEMACHTE GRILL-SPEZIALITÄTEN
SCHLACHTER-IMBISS – MITTAGSTISCH**

Meiendorfer Sportverein

(RB) Der Meiendorfer Sportverein „Fit4Drums“. Dienstags ab 18.30 Uhr, wird in der Halle Finnmark-Deepenhorn 1, 22145 Hamburg, ring 12a, 22145 Hamburg, Pilates angeboten. Für Anfänger geeignet. donnerstags von 19.30 – 20.30 Uhr,

60 Jahre Rogate-Kirche

(RB) Am So., den 21. Juni, um 11 Uhr, feiert die Rogate-Kirche im Wildschwanbrook 5, 22145 Hamburg, bei einem festlichen Gottesdienst ihr 60. Jubiläum. In sechs Jahrzehnten hat sie viel erlebt. Sie war lange eine eigenständige Gemeinde, hat Veränderungen und Aufbrüche begleitet und ist schließlich Teil einer größeren Gemeinschaft geworden. All das hat sie geprägt und leben-

dig gehalten. Das wird mit einem fröhlichen Fest für die ganze Gemeinde und allen, die sich mit ihr verbunden fühlen, gefeiert. Im Anschluss sind alle eingeladen zu einem Fest rund um die Kirche. Freuen Sie sich auf einen bunten Vormittag mit Aktionen, Spiel und Spaß für Jung und Alt, Raum für Begegnungen und gute Gespräche und natürlich auf Köstlichkeiten zum Genießen.

Beteiligung der Öffentlichkeit

(RB) Durch die Aufstellung des Bebauungsplanes Farmsen-Berne 40 (Marie-Bautz-Weg) sollen die planungsrechtlichen Voraussetzungen geschaffen werden, um auf den aus der Nutzung gefallenen Flächen des Berufsförderungswerkes eine Wohnbebauung sowie eine Kindertagesstätte zu ermöglichen und bestehende soziale Einrichtungen zu integrieren. Die bereits realisierte Wohnbebauung westlich der heutigen Fläche des Berufsförderungswerkes soll begleitet in neues Planrecht überführt werden. Weiterhin sollen die verbleibenden Flächen des Berufsförderungswerkes sowie die Kindertagesstätte am Swebengrund planungsrechtlich gesichert werden. Zum Entwurf des Bebauungsplans Farmsen-Berne 40 (Verordnung mit textlichen Festsetzungen und Planzeichnung) mit seiner Begründung sowie zu den wesentlichen, bereits vorliegenden umweltbezogenen Stellungnahmen und Informationen wird noch bis einschließlich 10. Juli 2026 zur Beteiligung der Öffentlichkeit durchgeführt. Die vorgenannten Unterlagen zur Planung werden in diesem Zeitraum im Internet auf den Seiten des kostenlosen Dienstes „Bauleitplanung online“ unter <https://bauleitplanung.hamburg.de> veröffentlicht. Nach Auswahl des betreffenden Planverfahrens sind die Unterlagen dort im Bereich „Planunterlagen“ zu finden. Zusätzlich werden die Planunterlagen sowie die wesentlichen, bereits vorliegenden umweltbezogenen Informationen während der Dauer der oben genannten Beteiligungsfrist an Werktagen (außer sonnabends) Mo. - Do. von 9 - 16 Uhr und Fr. von 9 - 14 Uhr im Bezirksamt Wandsbek, Fachamt Stadt- und Landschaftsplanung, Am Alten Posthaus 2, 4. Obergeschoss, 22041 Hamburg ausgelegt. Während der Dauer der oben genannten Beteiligungsfrist können Stellungnahmen zum Bebauungsplan-Entwurf abgegeben werden. Die Stellungnahmen sollen elektronisch (online) über die Internetseite „Bauleitplanung online“ unter <https://bauleitplanung.hamburg.de> übermittelt werden. Die Abgabe von Stellungnahmen ist auch per E-Mail an stadt-und-landschaftsplanung@wandsbek.hamburg.de sowie bei der oben genannten Dienststelle schriftlich oder zur Niederschrift möglich.

DANCE HAPPENING 2026



Im Juli werden die Tanzgruppen des AMTVs erlernte und einstudierte Choreos vorführen und laden dich dazu herzlich ein.

Du möchtest sehen, was die Gruppen drauf haben?
Oder möchtest bei uns tanzen, weißt aber noch nicht was?
Komm vorbei, lass dich inspirieren und genieß die Show!

Datum: 05. Juli 2026 // **Zeit:** 16:00 Uhr (ca. 2 Stunden)
Ort: Forum Gymnasium Rahlstedt, Scharbeutzer Straße 36

Eintritt: Erwachsene: 8,00 EUR // Kinder: 4,00 EUR

Tickets: Ab sofort in der Geschäftsstelle erhältlich. (Nur Barzahlung)



AMTV Hamburg e.V.
Rahlstedter Straße 159, 22143 Hamburg
Tel: 040 / 675 95 06, E-Mail: info@amtv.de

PARTNER:



VERANSTALTUNGEN | TERMINE



Sasel-Haus

(RB) Am Sa., den 20. Juni, um 11 Uhr, findet Singen an der der Schubert-Linde, auf dem Saseler Marktplatz statt. Der Männerchor Salia und der Saseler Posaunenchor laden zum offenen Singen ein! Am So., den 21. Juni, von 14 - 19 Uhr, findet vor dem Sasel-Haus Saseler Parkweg 3, 22595 Hamburg, ein Musikalisches Nachbarschaftsfest „Midsummer Open Air“ für groß und klein statt. Klassik für Kids ab fünf Jahren als spielerisches Erlebnis, ein poppig-buntes Chorkonzert mit dem renommierten Chor der HAW Hamburg und groovige Sounds von der Big Band Berne bilden den kulturellen Rahmen auf der Bühne vorm Sasel-Haus. Zwischen Musikgenuss, Kaffeeklatsch und kühlen Getränken können Sie diesmal auch selbst sportlich oder künstlerisch aktiv werden: Urban Sketching und Fitness aus dem Kursprogramm laden zum Mitmachen ein, dazu Aktionen vom Kinderschminken bis zum Vorlesezelt unseres Kinder-Leseclubs. Weitere Infos unter sasel-haus.de.

Kulturschloss Wandsbek

(RB) Am Fr., den 19. Juni, um 19.30 Uhr, findet im Kulturschloss Wandsbek, Königsreihe 4, 22041 Hamburg, ein Konzert mit Alexander Reuter und Tilleranz statt. Am Mi., den 24. Juni, um 19 Uhr, gibt es wieder das StandUp Comedy Freche Möwe. Am 1. Juli, um 19 Uhr, findet die nächste SchlossJam statt. Am 5. Juli, um 17 Uhr, gibt es den nächsten Drum Circle. Am 2. Juli, um 18.30 Uhr, wird die Film Premiere „Wandel der Wandsbeker Chaussee“ gezeigt. Weitere Infos unter www.kulturschloss-wandsbek.de.

Angebote im Brakula

(RB) Am Fr., den 19.6., um 20 Uhr, findet im Brakula, Bramfelder Chaussee 265, 22177 Hamburg, Groove Your Move statt. Am Sa., den 20.6., von 10 - 14 Uhr, wird ein Linedance-Frühstück angeboten. Am So., den 21.6., um 10.30 Uhr, gibt es einen Bewegungsworkshop für alle. Am Sa., den 27.6., um 20 Uhr, findet ein Pop/Rock-Konzert mit der Band JAC Beats statt. Am So., den 28.6., um 16 Uhr, gibt es ein Konzert mit dem Konertz Trio, dazu Kaffee & Kuchen. Weitere Infos und Anmeldung unter www.brakula.de.

Gottesdienst

(RB) Am So., den 28. Juni, um 11 Uhr, findet in der Kirche Alt-Rahlstedt, Pfarrstraße 19, 22149 Hamburg, ein fröhlicher Sommergottesdienst statt, bei dem alle Familien und Generationen gemeinsam feiern.

KulturWerk

(RB) Am So., den 5. Juli, um 11 Uhr, findet im KulturWerk Rahlstedt e.V., im Boizenburger Weg 7 22143 Hamburg, wieder „Rahlstedt singt“ statt. Am Mo., den 6. Juli, um 17 Uhr, wird „wortreich“ | der Offener Treffpunkt für Literaturliebhaber und Lesebegeisterte angeboten. Am Fr., den 10. Juli, um 19.30 Uhr, findet im Don Alfio, Rahlstedter Straße 159, 22143 Hamburg, der „Stammtisch“ statt. Eine Gelegenheit für Klönschnack, Ideenschmiede und um im Gespräch zu bleiben. Nicht nur für Mitglieder, jeder ist willkommen.

Gut Karlshöhe

(RB) Am 18., und 25. Juni, jeweils von 16 - 19 Uhr, findet auf dem Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, 22175 Hamburg, der kostenfreie Mitmach-Garten statt. Gemeinsam wird nach Permakultur-Prinzipien gegärtnert, gepflanzt und ausprobiert. Am Sa., den 27. Juni, von 11 - 16 Uhr, gibt es den Strickzauber in der Scheune. Janne Graf, Redakteurin von The Knitter, liest, aus ihrem Buch Strickpower und gibt Einblicke in die Kraft des Handarbeitens zwischen Ruhe, Ausdruck und Gemeinschaft. Neben der Lesung bleibt Raum für Austausch, gemeinsames Stricken und Gespräche. Von 14 - 19 Uhr wird „Wilde Heilkräuter im Sommer“ angeboten. Nach einer Einführung geht es auf Kräuterwanderung, bevor aus den gesammelten Pflanzen gemeinsam kleine Köstlichkeiten entstehen. Am Fr., den 10. Juli, von 18 - 22 Uhr, findet in der Hobenköök ein kulinarischer Themenabend statt. Weitere Infos und Anmeldung unter www.gut-karlshoehe.de.

TERMINE



Marschländer
ELBLOUNGE

RESTAURANT & LIFESTYLE STORE



Sonntags-Brunch
10.30-13.30 Uhr
kalte u. warme Speisen

Pasta Buffet: 2. Juli (jeden 1. Donnerstag im Monat) von 17.00 Uhr - 20.30 Uhr
Frisch zubereitete Pasta-Variationen, verschiedene Saucen und Salatbuffet.

11. Sept., 1. **Küchenparty** (Weitere Infos online)

Matjes Buffet: 20., 26. + 27. Juni von 12.00 - 14.30 Uhr

Verschiedene köstliche Matjessorten, dazu passende Beilagen und Salatbuffet.

Bitte reservieren Sie vorab online auf www.marschlaender-elbloung.de

Öffnungszeiten: Do.-Sa. ab 12 Uhr, So. ab 10.30 Uhr

Spadenländer Elbdeich 40, 21037 Hamburg, Tel. (040) 89 72 30 00

AMTV Dance Happening

(RB) Am 5. Juli, ab 16 Uhr, findet im Forum des Gymnasiums Rahlstedt, Scharbeutzer Straße 36, 22143 Hamburg, wieder das Dance Happening statt. Eines der lebendigsten Highlights des AMTV-Tanzjahres. Hunderte Zuschauer werden erwartet, wenn die Tanzgruppen ihre einstudierten Choreografien präsentieren. Das Dance Happening bietet dabei ein abwechslungsreiches Programm, das von modernen Tanzstilen bis hin zu kreativen Eigenchoreografien reicht. Es ist längst mehr als nur eine Aufführung – es ist ein gemeinschaftliches Erlebnis für Familien, Freunde sowie alle Tanzinteressierten. Tickets sind ab sofort in der AMTV-Geschäftsstelle Rahlstedter Straße 159, 22143 Hamburg, erhältlich. Aufgrund der großen Nachfrage lohnt es sich, frühzeitig Karten zu sichern.

Fußballturnier

(RB) Am So., den 5. Juli, ab 10 Uhr findet auf der Sportanlage Deepenhorn, Deepenhorn 5, 22145 Hamburg, das diesjährige Fußballturnier der SPD-Meiendorf statt. Zu der Veranstaltung unter dem Motto „Meiendorf trifft mit links“ können sich Freizeitteams anmelden. Das Mindestalter der Spieler beträgt 16 Jahre. Über Ausnahmen entscheidet die Turnierleitung. Gespielt wird auf einem Kleinfeld mit einem Torwart und fünf Feldspielern und maximal vier Auswechselspielern. Dabei gelten vereinfachte Regeln auf der Grundlage der Vorschriften des Deutschen Fußballbundes. Anmeldung unter Tel.: 040-679 27 04 oder fussball@spd-meiendorf.de.

Benefizkonzerte

(RB) Am So., den 21. Juni, um 18 Uhr, lädt in die St. Bernard Kirche, Langenstücken 40, und am Fr., den 26. Juni, um 19 Uhr, in die Martin-Luther-King-Kirche, Gründgensstr. 28, das Wandsbeker Sinfonieorchester (WSO), zu zwei Benefizkonzerten bei freiem Eintritt ein. Gespielt werden Dvorák aus der Tschechischen Suite op.59, Guilmaut 1. Sinfonie für Orgel und Orchester sowie Beethoven 1. Sinfonie op.21. Die erbetenen Spenden werden von der Kirchengemeinde weitergeleitet an bedrängte Christen im Raum Palästina und Libanon, zum geringeren Teil an den Volkshochschulverein Hamburg-Ost e.V. und den Musikschulverein der JMS Hamburg e.V.

Sommerkonzert

(RB) Am Fr., den 26. Juni, um 17 Uhr, lädt in der St. Michaelskapelle, Farmsener Landstraße 73, 22359 Hamburg, der Gesundheitscampus Volksdorf zu einem festlichen Sommerkonzert ein. Matthias Berges an der historischen Steinmeyer-Orgel sowie Boris Havkin an Horn und Trompete präsentieren ein abwechslungsreiches Programm mit Werken von Dieterich Buxtehude, Gabriel Fauré, Georg Friedrich Händel, Robert Schumann und weiteren Komponisten. Begleitend zur Musik gibt Prof. Dr. Ernst von Dobschütz, Ärztlicher Direktor des Evangelischen Amalie Sieveking Krankenhauses, kurze und interessante Impulse zur Geschichte der Orgel, der Kirchenfenster und der Kapelle.



VERANSTALTUNGEN | TERMINE

Kinder- und Familien-Sporttag

(RB) Am Do., den 9. Juli, von 11 - 14 Uhr, veranstaltet auf der Tennisanlage des AMTV Hamburg, Stapelfelder Straße 145, 22145 Hamburg, der AMTV Hamburg in Zusammenarbeit mit der AOK Rheinland/Hamburg, der ev.-luth. Kirchengemeinde Alt-Rahlstedt sowie Q8 Großlohe den Rahlstedter Kinder- und Familien-Sporttag. Zum Start in die Sommerferien erwartet Kinder bis 12 Jahre ein abwechslungsreiches Angebot mit Spiel- und Bewegungsaktionen. Für das leibliche Wohl sorgen ein Café- und Grillangebot. Die Teilnahme ist ohne Voranmeldung möglich. Bei schlechtem Wetter wird die Veranstaltung in die Tennishalle verlegt. Alle Interessierten sind eingeladen – und kommen am besten in sportlicher Kleidung.

Rathausführung

(RB) Am Mi., den 2. Sep., um 11.30 Uhr, lädt der CDU-Bürgerschaftsabgeordnete Markus Kranig Bürger aus Rahlstedt, Oldenfelde und Meiendorf zu einem Besuch des Hamburger Rathauses ein. Die Teilnehmer erwarten eine Führung durch das traditionsreiche Gebäude, ein informativer Film über die Arbeit der Hamburgischen Bürgerschaft sowie ein persönlicher Austausch mit Markus Kranig. Darüber hinaus besteht die Gelegenheit, die Bürgerschaftssitzung von 13.30 - 15.00 Uhr live von der Besuchertribüne aus mitzuerleben. Da die Plätze begrenzt sind, wird um eine vorherige Anmeldung im Büro von Markus Kranig unter Tel.: 22854512 oder per E-Mail an markus.kranig@cduhamburg.de gebeten.

Friedhofsführung

(RB) Am So., den 5. Juli, um 14 Uhr bietet der Förderkreis Ohlsdorfer Friedhof einen „Geburtstagsspaziergang“ an. Der Friedhof wurde vor 149 Jahren eröffnet. Mit seiner gartenkünstlerischen Gestaltung sowie seinem einmaligen Reichtum an Grabmalplastik ist er ein weltweit anerkanntes Gesamtkunstwerk ersten Ranges. Schon im Jahr 1900 wurde er auf der Pariser Weltausstellung mit einem Grand Prix ausgezeichnet. „Friedhofs- und Bestattungskultur im Wandel der Zeiten“ ist das Thema. Treffpunkt: Museum Friedhof Ohlsdorf, der Spaziergang dauert 2 Stunden. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt; eine Reservierung ist leider nicht möglich. Am So., den 12. Juli, um 14 Uhr, wird eine Führung „Liebe und Abschied“ angeboten. Der Spaziergang dauert 2 Stunden und führt durch den Waldteil, in dem sich mehrere eindrucksvolle Grabanlagen befinden. Diese wurden von bekannten Bildhauern wie Ernst Barlach, Richard Kuöhl und Xaver Arnold geschaffen. Treffpunkt: 13.55 Uhr an der Bushaltestelle (Linie 170) AUF dem Friedhof, Abfahrt 14 Uhr (Ticket notwendig). Anmeldung bis 7. Juli bei Brigitte Wolf unter Tel.: 0176 - 7417 9415 oder per E-Mail an fuehrungen@fof-ohlsdorf.com. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Weitere Infos unter www.fof-ohlsdorf.de.

Ammersbeker Kulturkreis

(RB) Am So., den 5. Juli, um 11.30 Uhr, lädt „im Pferdestall“, Am Gutshof 1, 22949 Ammersbek, der AKK zum Fröhschoppen mit der Limehouse Jazzband. Die Band steht für Lust und Laune an New Orleans, Swing, Mainstream bis zum Dixieland der 1960er-Jahre. Bereits ab 10 Uhr wird die Limehouse Jazzband den Gottesdienst mit Pastor Ralf Weisswange (ebenfalls im Pferdestall, Eintritt frei) musikalisch begleiten. Am Sa., den 25. Juli, um 19.30 Uhr, ist Lilo Wanders mit ihrem Programm „Waren Sie nicht mal Lilo Wanders?“ zu erleben. Mit ihren Lebenserinnerungen tritt sie den Beweis dafür an, dass Lachen und Sex die besten Voraussetzungen für Gesundheit und ein langes Leben sind. Doch auch die schmerzhaften Stellen lässt sie nicht aus. Mit feinsinnigem Humor und manchmal verblüffend handfest erzählt sie von ihren Erfahrungen, Einsichten und Erkenntnissen über die schönste Sache der Welt – und der Welt an sich. Mit diesem Abend lässt Lilo die Maske fallen und lädt ein zu einem Reisebericht über den Weg vom schüchternen Jungen Ernie Reinhardt zur schillernden Persönlichkeit Wanders. Tickets über eventim.de und den Optiker „Sichtbar“, Georg-Sasse-Straße 11, 22949 Ammersbek). Weitere Infos unter www.ammersbeker-kulturkreis.de.

Küchenparty in der Elbloung!

(RB) Am Fr., den 11. Sep., von 19 - 1 Uhr, öffnet die Marschländer Elbloung, Spadenländer Elbdeich 40, 21037 Hamburg, die Türen zu ihrer Küche. Statt klassischem Menü erleben Sie Live-Stationen, schlendern durchs Geschehen und genießen frisch zubereitete Köstlichkeiten direkt vor Ort. Viele köstliche Highlights erwarten Sie an den verschiedensten Live-Stationen von Küche bis Terrasse. Exklusives BBQ, Hausgemachte Eisspezialitäten und vieles mehr. Freut Sie sich auf eine genussvolle Nacht voller Probieren, Gespräche und echter Küchenatmosphäre – begleitet von passenden Weinen, kühlen Drinks und guter Musik. Hier wird im Herzen des Hauses gefeiert. Tickets für die 1. Küchenparty und weiter Infos unter marschlaender-elbloung.de. Die Plätze sind begrenzt.

Neues Projekt „ZuhörZeit“

(RB) Mittwochs von 10 - 14 Uhr, sowie am ersten und dritten Samstag im Monat von 12 - 14 Uhr, wird vom Verein Nicht schnacken – machen! e.V. und dem Zuhör-Kiosk Eimsbüttel e.V. gemeinsam mit dem Friedhof Ohlsdorf das neue Projekt „ZuhörZeit“ auf dem Parkfriedhof Ohlsdorf in der Kapelle DREI angeboten. Mit der „ZuhörZeit“ entsteht ein weiteres niedrigschwelliges Zuhörangebot in Hamburg – kostenlos, anonym, überkonfessionell, unpolitisch und ohne Terminvereinbarung. Ehrenamtliche beider Vereine schenken Menschen Zeit und ein offenes Ohr – ohne Bewertung und ohne Beratung. Die Besucher entscheiden selbst, wie sie das Angebot nutzen möchten – im Gespräch auf einer Bank, bei einem Spaziergang über den Friedhof oder einfach bei einer stillen Pause gemeinsam mit einem ehrenamtlichen Zuhörer. „Gerade in einer Zeit, in der viele Menschen sich einsam oder überhört fühlen, möchten wir Räume schaffen, in denen echtes Zuhören möglich ist“, erklären Katharina Knothe (Nicht schnacken – machen! e.V.) und Katharina McLean (Zuhör-Kiosk e.V.). Die Anreise zur Kapelle DREI erfolgt über den Parkfriedhof Ohlsdorf, Oberstraße, 22537 Hamburg (Eingang über Fuhlsbüttler Straße / Cordesallee). Die Kapelle DREI befindet sich im südöstlichen Bereich des Parkfriedhofs Ohlsdorf in mitten der historischen Parkanlage. Vor Ort ist der Weg zur Kapelle ausgeschildert. Weitere Infos unter www.ohlsdorf-derpark.de.

Flohmarkt

(RB) Am So., den 28. Juni, von 11 - 15 Uhr, findet im Gymnasium Walddorfer, Im Allhorn 45, 22559 Hamburg, im Rahmen des Kurses „Lernen durch Engagement“ ein Flohmarkt statt.

Das Geheimnis der Frauen

(RB) Von Sonja Roos ist jetzt der neue Roman „Das Geheimnis der Frauen“ erschienen.

Nach einem Streit hat Lulu ihre Karriere als Köchin in einem Sylter Nobelrestaurant beendet – und die Beziehung zu ihrem Chef gleich mit. Mit 34 muss sie nun von vorne anfangen und kehrt zurück in ihren kleinen Heimatort im Westerwald, wo ihre Eltern die Dorfkneipe führen. Hier scheint die Zeit stehengeblieben, und doch beschließt Lulu zu bleiben, um dem Wirtshaus mit ihrer Schwester und ihrem Großvater Max neues Leben einzuhauchen. Als sie kurz nach ihrer

Ankunft auf einen Stapel ungeöffneter Briefe stößt, weckt Max' rätselhafte Reaktion Lulus Neugier. Sie kann nicht ahnen, dass das jahrzehntelang gehütete Geheimnis ihrer Familie ihrem Leben eine schicksalhafte Wendung geben wird. Alles begann 1945 mit dem Absturz eines britischen Piloten, als im Dorf nur noch Frauen übrig waren ... 448 Seiten, ISBN: 978-3-442-20701-5 (Foto: Goldmann)



VERLOSUNG AUF SEITE 2!

VERANSTALTUNGEN | TERMINE



Spendenlauf und Sommerfest

(RB) Am 26. Juni, von 9.30 Uhr – 11.30 Uhr findet an der Grundschule Surenland, Bramfelder Weg 121, 22159 Hamburg, der große Sponsorenlauf statt. Die Kinder laufen dabei so viele 800m-Runden wie möglich, während jede Runde von Sponsoren unterstützt wird. Diese Mittel unterstützen die Schule, eine eigene Schulbibliothek aufzubauen, die den Kindern einen Ort zum Lesen, Lernen und Träumen bietet. Falls Sie selbst überlegen, eine Geld- oder Sachspende beizutragen, wenden Sie sich gerne an die stellvertretende Schulleitung Frau Sunder (pia.sunder@bsfb.hamburg.de). Am Nachmittag, von 15 - 17 Uhr, sind dann alle zum Sommerfest eingeladen. Es erwarten Sie vielfältige Mitmachangebote und natürlich ein reichhaltiges Buffet. Die Schule freut sich darauf, mit allen Kindern, Eltern, ehemaligen und zukünftigen Kindern und der gesamten Nachbarschaft zu feiern.

Medienwerkstatt

(RB) Jeden zweiten Mittwoch im Monat, findet im Brakula, Bramfelder Chaussee 265, 22177 Hamburg, die offene Medienwerkstatt für Jung und Alt statt, die sich für digitale Themen interessieren und Unterstützung im Umgang mit Technik suchen. In lockerer und freundlicher Atmosphäre entsteht ein Treffpunkt, an dem Fragen gestellt, Erfahrungen geteilt und neue Fähigkeiten entdeckt werden können. Egal, ob Computer, Smartphone, Internet, Audio- oder Videotechnik - hier ist Platz für alles, was im digitalen Alltag beschäftigt. Wer Hilfe bei technischen Problemen benötigt, etwas Neues ausprobieren möchte oder einfach neugierig auf Medien- und Technikthemen ist, ist willkommen. Besonders schön ist der gemeinsame Austausch: Menschen mit Erfahrung unterstützen diejenigen, die sich in bestimmten Bereichen noch unsicher fühlen oder erste Schritte machen möchten. So entsteht ein offenes Miteinander, bei dem alle voneinander lernen und sich gegenseitig unterstützen können - unkompliziert, verständlich und ohne Druck. Die Teilnahme ist ohne Anmeldung möglich und erfolgt auf Spendenbasis. Ziel der offenen Medienwerkstatt ist es, digitale Kompetenzen fördern, Berührungsängste abbauen helfen und einen offenen Raum für gemeinsames Lernen und kreative Ideen schaffen. Alle Interessierten sind eingeladen, vorbeizuschauen und Teil der offenen Medienwerkstatt zu werden.

Radtour durch Rahlstedt

(RB) Am Sa., den 27. Juni, um 13 Uhr, lädt auf dem Helmut Steidl Platz vor dem Eiscafé, die Rahlstedter SPD-Bürgerschaftsabgeordnete Astrid Hennies zu einer politischen Fahrradtour zum Thema „Moderne Schulen – starke Sportinfrastruktur“ ein. Begleitet wird die Tour von Hamburgs Finanzsenator Andreas Dressel. Hamburg investiert seit Jahren massiv in seine Schulen – auch in Rahlstedt ist das sichtbar: An allen Schulen im Stadtteil wurde modernisiert, erweitert oder saniert. Und die Investitionen gehen weiter: Bis Ende 2030 sind allein für Rahlstedt zusätzliche Mittel in Höhe von rund 99 Millionen Euro vorgesehen. Parallel dazu wurden zahlreiche Schulsporthallen saniert oder neugebaut, weitere Projekte befinden sich bereits in Planung. Davon profitieren nicht nur die Schulen selbst, sondern auch die Sportvereine im Stadtteil, da die Hallen am Nachmittag und Abend dem Vereinssport zur Verfügung stehen. Entlang der rund sieben Kilometer langen Strecke informieren die SPD-Politiker an mehreren Stationen über die aktuellen Entwicklungen im Schulbau. Geplante Haltepunkte sind unter anderem an der neu gebauten Grundschule Kamminer Straße, dem neuen Schulstandort der Stadtteilschule und des Gymnasiums Meiendorf am Schierenberg sowie dem Schulcampus Oldenfelde. Die Fahrradtour endet gegen 15 Uhr am Bürgerhaus in Meiendorf (BiM). Dort besteht beim „Pop Up Sommergarten“ des Kulturzentrums und der Freiwilligen Feuerwehr Meiendorf Gelegenheit, zum persönlichen Austausch. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Rückfragen beantwortet das Bürgerbüro von Astrid Hennies unter buergerbuero@astrid-hennies.de oder unter Tel.: 040-689 445 20.

Weitere Termintipps und Veranstaltungen
auf www.rundblick-rahlstedt.de

Kulturkreis Walddorfer

(RB) Am Mo., den 6. Juli, von 18.30 – 20.00 Uhr, findet in der Ohlendorffschen Villa, in Kooperation mit der Stiftung Ohlendorffsche Villa das Gesprächs- und Diskussionsforum Volksdorf offline mit dem Thema „Die Zukunft exzellenter Wissenschaft in Hamburg“ statt. Als Gesprächspartnerin ist die Senatorin Maryam Blumenthal, Präses der Behörde für Wissenschaft, Forschung und Gleichstellung vor Ort. Sie verantwortet damit auch die Zukunft des Wissenschaftsstandorts Hamburg. Themen der Gesprächs- und Diskussionsrunde sind die Erhaltung der Hamburger Universitäten als exzellenter internationaler Wissenschaftsstandort, deren nachhaltige Finanzierung und deren Zusammenarbeit mit außeruniversitären Forschungseinrichtungen und vor allem der Wirtschaft zur Umsetzung wissenschaftlicher Erkenntnisse in der Praxis (Förderung von Start-Ups u.a.). Eintritt frei, Spenden willkommen.

Hotel und Restaurant

»BRAAKER KRUG«

Inh. Fam. Steenbock

Spoetzen, 22145 Braak, Tel.: 040/675 95 40

Di. Ruhetag



**Wir freuen uns auf
Ihren Besuch.**

**Im Juli haben wir
mittwochs geschlossen**

Landhaus RESTAURANT

WIR BIETEN IHNEN UNSERE UNVERGLEICHLICH
DEUTSCH- ÖSTERREICHISCHE KÜCHE

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

**GENIESSEN SIE
BEI UNS WECHSELNDE
SAISONALE GERICHTE**

AUCH ONLINE BESTELLEN & ABHOLEN
Ausreichend Parkplätze hinterm Restaurant
mit direktem Eingang vorhanden.

Betriebsferien vom 13.7. bis 5.8.
Am 6.8. ab 15.00 Uhr sind wir wieder für Sie da.

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

Berner Allee 2 a · 22159 Hamburg (Berne)

Telefon 040-55 61 06 72

info@landhaus-restaurant-hamburg.de

www.landhaus-restaurant-hamburg.de





KINDER – UNSERE ZUKUNFT

Neue Angebote für Familien

(RB) Das Programm für die zweite Jahreshälfte der Elternschule Hohenhorst ist da! In gedruckter Form erhalten Sie es im Haus am See, Schöneberger Str. 44, 22149 Hamburg. Online finden Sie es unter <https://www.hamburg.de/go/36526>. Es gibt offene und feste Angebote (mit Anmeldung). Für die offenen Treffs muss man sich nicht anmelden und sie sind kostenfrei. Es gibt z.B. die Angebote „Klit-zeklein“ (0-1 Jahr), „Auf die Füße, fertig, los!“ (1-2 J.), „Spiel und Spaß am Nachmittag“ (2-6 J.), den Frühstückstreff und den Papa-Kind-Treff am Samstag. Die festen Angebote, wie z.B. die Babymassage, die Krabbelkäfer, der Zwergentreff finden in

festen Gruppen statt und hierfür wird eine geringe Gebühr bezahlt. Elternsprechstunden, Themenabende, Feste und Einzelveranstaltungen runden das Programm ab. Elternschulen sind Einrichtungen der Elternbildung und Familienförderung. Es gibt vier Elternschulen in Wandsbek: in Hohenhorst, Jenfeld, Farmsen-Berne und in Steilshoop. Das Ziel ist junge Familien auf das Zusammenleben mit ihren Kindern vorzubereiten, als auch Mütter und Väter in ihrem Erziehungsalltag zu stärken. Mit Wertschätzung und Empathie begleiten sie Familien, beraten, unterstützen, informieren, geben Anregungen und bieten einen Ort der Begegnung.

Kinderunfälle

(RB/GDV) In Deutschland müssen jedes Jahr rund zwei Millionen Kinder nach einem Unfall ärztlich behandelt werden. Überraschenderweise ereignen sich die meisten dieser Unfälle aber nicht auf dem Spielplatz oder im Straßenverkehr, sondern in den eigenen vier Wänden. Diese Gefahr wird von vielen Eltern unterschätzt. Laut einer aktuellen YouGov-Befragung im Auftrag des GDV wissen nur 34 Prozent der Eltern von Kindern unter 15 Jahren, dass das Zuhause der häufigste Unfallort ist. Gleichzeitig schätzen 65 Prozent der Befragten ihr Zuhause als sicher ein. Viele Eltern nehmen Risiken im Haushalt durchaus wahr, setzen Schutzmaßnahmen aber nicht konsequent um. Fast die Hälfte der Eltern schätzt das Verbrennungsrisiko am Herd als mittel bis hoch ein, doch nur 29 Prozent haben einen Herdschutz installiert. 60 Prozent sehen ein Sturzrisiko durch Treppen oder kippende Möbel, aber nur 33 Prozent haben große Möbel gesichert. Auch andere Schutzmaßnahmen bleiben lückenhaft: 59 Prozent der Eltern haben Putzmittel und Medikamente kindersicher verstaut, aber nur 38 Prozent nutzen rutschfeste Matten im Bad, 37 Prozent haben ein Treppengitter installiert und 34 Prozent verwahren Knopfzellen und Batterien sicher. Um Eltern bei der Einschätzung von Risiken im Alltag zu unterstützen, haben der GDV und die BAG „Mehr Sicherheit für Kinder“ den Kin-

derunfall-Check entwickelt. Das kostenlose Online-Tool richtet sich an Eltern von Kindern bis 13 Jahren und umfasst bis zu zwölf Fragen. Es zeigt, welche Schutzmaßnahmen bereits umgesetzt sind und wo Sicherheitslücken bestehen. Der Check soll einen konkreten Anstoß geben, denn Wissen allein schützt nicht. Die Befragung macht deutlich: Kindersicherheit scheidet häufig nicht am fehlenden Problembewusstsein, sondern daran, dass Schutzmaßnahmen im Alltag aufgeschoben werden. Den Kinderunfall-Check finden Sie unter www.kinderunfall-check.de. Auch beim Verhalten in Notfällen zeigt die Befragung Verbesserungsbedarf. Nur 37 Prozent der Eltern haben mit ihrem Kind konkret Notfallsituation besprochen und für den Notfall geübt. 29 Prozent haben das Absetzen eines Notrufs mit den Kindern nicht eingeübt. Auch beim Schwimmen zeigt sich ein alarmierendes Bild. Laut Einschätzung der Eltern können 20 Prozent der Kinder im relevanten Alter nicht sicher schwimmen. Besonders alarmierend ist, dass selbst bei den 9- bis 13-Jährigen fast jedes fünfte Kind nicht über ausreichende Schwimmfähigkeiten verfügt. Ein verbreitetes Missverständnis verschärft das Risiko: Das Seepferdchen bescheinigt erste Schwimmkenntnisse, nicht aber eine sichere Schwimmkompetenz, wie sie im Ernstfall wichtig wäre.

Kulturschloss Wandsbek

(RB) Am 26. und 29. Juni, jeweils um 17 Uhr, im Kulturschloss Wandsbek, Königsreihe 4, 22041 Hamburg, spielt die Theatergruppe CleverBande, für Kinder ab 6 Jahren, eine Geschichte über Freundschaft und Zusammenhalt. (Russisch/ Deutsch). Eine warme und berührende Geschichte darüber, wie sich zwei ganz

unterschiedliche Wesen zufällig begegnen und lernen, einander zu verstehen. Dieses Stück erzählt davon wie wichtig es ist, füreinander da zu sein, Andersartigkeit anzunehmen und darin die Quelle von Freundschaft und Zusammenhalt zu finden. Weitere Infos und Anmeldung unter www.kulturschloss-wandsbek.de.

Picky Eaters

(RB) Nudeln ohne Sauce, trockenes Brot und auf keinen Fall grünes Gemüse: Viele Kleinkinder der sind beim Essen zeitweise sehr wählerisch. Was Eltern durch diese Phasen hilft, verrät das Netzwerk Gesund ins Leben. Etwa bis zum zweiten Geburtstag sind die meisten Kinder offen für neue Geschmäcker; probieren begeistert bisher unbekannte Lebensmittel und wollen essen wie „die Großen“. Danach beginnt oft eine Phase, in der sie zu Picky Eaters – wörtlich übersetzt „wählerischen Essern“ – werden. Häufig essen sie dann nur wenige ausgewählte Lebensmittel und weigern sich, Neues zu probieren. Die Gründe dafür sind vielfältig. Manchmal lehnen Kinder ein Lebensmittel tatsächlich wegen des ungewohnten Geschmacks oder der neuen Textur ab. Aber auch Trotzphasen und alterstypische Autonomiebestrebungen können Gründe sein. Eltern sind in diesen Phasen oft beunruhigt. Sie sollten aber darauf vertrauen, dass in der Regel Neugierde, Gewöhnung und

Freude am Essen bei ihrem Kind langfristig gewinnen. Folgende Tipps können die natürliche Neugierde der Kinder auf Essen fördern: Neue Zubereitungsarten ausprobieren: Weil ein Kind keine rohen Möhren mag, heißt es nicht, dass es auch den Möhren-Bratling oder die Suppe daraus ablehnt. Kinder in Vorbereitung der Mahlzeiten mit einbeziehen. Zudem sind Eltern Vorbilder: Kleinkinder erlernen viele Verhaltensweisen durch Beobachten. Erleben sie im Alltag, dass ihre Eltern bestimmte Lebensmittel genussvoll essen, sind sie eher dazu bereit, diese ebenfalls zu probieren. Wichtig ist bei alledem: Das Kind entscheidet selbst, was es probieren möchte. Tricks, Überredungskünste oder gar Zwang sind keine Lösung. Stattdessen sollten Eltern geduldig bleiben und einmal abgelehnte Speisen immer wieder anbieten. Meistens lohnt es sich und die Phase des Picky Eating endet bald ganz von alleine. Weitere Infos unter www.gesund-ins-leben.de.

Seaside Sisters

(RB) Jetzt ist von Mia Andersen der erste Teil „Lenes Inselfommersglück“ der neue Buchreihe Seaside Sisters, für Mädchen ab 10 Jahren erschienen. Bei Lene, Elsa, Frida und Amba ist immer jede Menge los. Doch egal, ob süße Jungs oder Eltern die Wellen höher schlagen lassen – die Seaside Sisters halten zusammen und sind füreinander da! Lene liebt den Sommer! Jeden Tag im Meer baden, Vanilleeis mit Erdbeeren naschen und mit ihren besten Freundinnen im Pudersand am Strand liegen. Und dann ist da noch der Schreibwettbewerb, für den sie eine Reportage einreichen möchte. Aber wie soll Lene ein spannendes Thema finden, wenn sie dauernd an Mats mit dem süßen Lächeln denken muss? Als Frida auf der Insel Rosenholm auftaucht, scheint Mats nur noch Augen für sie zu haben. Vielleicht werden die Sommerferien doch ganz anders, als Lene dachte? Eine warmherzige Reihe über Freundschaft, erste Liebe, Glücksmomente und das Gefühl von endlosen Ferien. 256 Seiten. ISBN: 978-3551656612. (Foto: Carlsen)





KINDER – UNSERE ZUKUNFT

Kinderturnen im tus BERNE

(RB) Der tus BERNE hat wieder freie Plätze beim Kinderturnen mittwochs, in der Halle der Grundschule am Gut, Thomas-Mann-Straße 2, 22175 Hamburg. Von 17 -18 Uhr für Kinder von 7-10 Jahre und von 18.00 - 19.30 Uhr für Kinder ab 11 Jahre und älter. In den Gruppen wird viel am Boden und Trampolin geturnt. Für beide Angebote gilt, einfach vorbei kommen und ein Probetraining mitmachen.

Kindertheater

(RB) Am Di., den 23., Juni, von 16 - 17 Uhr, findet im Bürgerhaus in Meiendorf, Saseler Straße 21, 22145 Hamburg, für Kinder ab 4 Jahren, das Erzähl- und Tanztheaterstück „Oh, du schöner Schmetterling!“ statt. Tickets unter kontakt@bim-hamburg.de oder unter Tel.: 040-6789122. Weitere Infos unter www.bim-hamburg.de.

Kinderbibeltag

(RB) Am Sa., den 27. Juni, von 10 - 13 Uhr, laden im Gemeindehaus der Martinskirche, Hohwachter Weg 2, 22145 Hamburg, die vier Regional-Gemeinden des Kirchengemeindeverbands zu einem Kinderbibeltag ein. Die Pastorinnen treffen sich mit den Kindern, um miteinander diese besondere Zeit zu entdecken und zu genießen. Erwartet werden Kinder aus der ganzen Region.

Kindertheater

(RB) Am So., den 28. Juni, um 11 Uhr, gibt es im Brakula, Bramfelder Chaussee 265, 22177 Hamburg, für Kinder ab 4 Jahren, das Kindertheater „Oh, du schöner Schmetterling!“. Weitere Infos und Anmeldung unter www.brakula.de.

Gut Karlshöhe

(RB) Am Sa., den 11. Juli, von 9.30 - 11.00 Uhr, können auf dem Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, 22175 Hamburg, am Doppelteich Kinder ab 6 Jahren gemeinsam mit ihren Eltern die Welt der Teichbewohner entdecken. Zudem gibt es auch wieder Ferienangebote. Vom 13. - 17.07. und vom 20. - 24.07., jeweils von 9 - 14 Uhr, gibt es für Kinder von 6 - 10 Jahren „Mit Grünstreifen durchs Grüne streifen“. Vom 13. - 17.7., 20. - 24.7. und 27. - 31.07., jeweils von 10 - 14 Uhr, gibt es Ferien-Theaterkurse (5,5-10 Jahre) In der Kulturscheune entsteht aus Märchen ein eigenes Theaterstück. Die Kinder proben Sprache, Ausdruck und Präsenz und bringen am Ende der Woche ihr Stück auf die Bühne - draußen und in der Scheune. Weitere Infos und Anmeldung unter www.gut-karlshoehe.de.

Die verborgenen Bilder

(RB) Von Maja Ilisch ist das Buch „Die verborgenen Bilder“ erschienen. Frieke ist zornig – über die Trennung ihrer Eltern, auf den Freund ihres Vaters, über die Aussicht, umziehen zu müssen. Doch die neue Wohnung birgt ein Geheimnis: Unter den Tapeten kommen alte Zeichnungen zum Vorschein, und wenn Frieke diese Bilder berührt, kann sie in die Vergangenheit reisen! So lernt sie die gleichaltrige Ilisabeth kennen, die ihre Zeichnungen vor fast hundert Jahren an den Wänden verewigt hat. Die beiden Mädchen freunden sich an, und in Ilisabeths heiler Familie findet Frieke all das, was sie in der Gegenwart so sehr vermisst. Immer häufiger reist sie in die späten 1920er – aber nicht alles an dieser Zeit ist so toll, wie es Frieke zuerst erscheint. Und die Schatten der Vergangenheit reichen bis in ihre eigene Gegenwart ... Ein beeindruckender Kinderroman über eine Zeitreise in die NS-Zeit für junge Leser ab 10 Jahren. 304 Seiten. ISBN: 978-3-7512-0748-5. (Foto: Oetinger Verlag)



VERLOSUNG AUF SEITE 2!

Ferienprogramm

(RB) Ab dem 9. Juli, gibt es im Kulturzentrum BiM, Saseler Straße 21, 22145 Hamburg, ein buntes Ferienprogramm für Kinder und Jugendliche.

Zu den Angeboten zählen unter anderem: Porzellanma-

len, Tanzkurse, Kamishibai, afrikanisches Trommeln und Tanzen, Näh-Workshops und Graffiti-Workshops. Die Einzelheiten für die Angebote finden sich rechtzeitig unter www.bim-hamburg.de.

Ernährungskompetenz

(RB) Die Wandsbek-Koalition (SPD/GRÜNE/FDP) setzt sich für eine Ausweitung von Ernährungsbildungsprojekten an den Schulen im Bezirk ein. Kinder sollen möglichst früh erfahren, wo Lebensmittel herkommen, wie Gemüse angebaut wird und welche Bedeutung eine gesunde Ernährung im Alltag hat. So wirkt sich eine gesunde Ernährung positiv auf das Wohlbefinden aus, stärkt das Immunsystem und beugt vielen Krankheiten

vor. Die Behörde für Schule, Familie und Berufsbildung soll prüfen, wie Ernährungsbildungsprojekte an Wandsbeker Schulen bekannter gemacht und schrittweise ausgeweitet werden können. Auch sollen im zuständigen Ausschuss die bisherigen Erfahrungen mit Ernährungsbildungsprojekten in der Stadt Hamburg vorgestellt und die Möglichkeiten einer Etablierung solcher Projekte an Wandsbeker Schulen festgestellt werden.

Meiendorfer Sportverein

(RB) Der Meiendorfer Sportverein, bietet mittwochs ab dem 24. Juni, immer von 15.30 - 16.15 Uhr, im Tanzhaus Meiendorf, Meiendorfer Weg 1, 22145 Hamburg, für Kinder von 3 - 4 Jahren, „Tänzerische Früherziehung“

an. In der Gruppe „Latin Dance Kids“ für Kinder ab 9 Jahren sind mittwochs von 17 - 18 Uhr, in der Halle Finnmarkring 12a, 22145 Hamburg, noch Plätze frei. Beide Angebote dürfen 2x kostenlos getestet werden.

Bilderbuchkino

(RB) Freitags, jeweils um 16 Uhr, bietet die Bücherhalle Wandsbek, Wandsbeker Allee 64, 22041 Hamburg, für Kinder ab 4 Jahren wieder ein Bilderbuchkino an. Am 10. Juli gibt es „Der Fuchs geht auf die Reise“. Fuchsbau - adieu! Welt ich komme! Dies ist das Reisetagebuch vom kleinen Fuchs, der sagt: „Ich such, damit ich nicht alleine bin, ne Reisesfuchsbegleiterin, mit der ich auch mal dann und wann zum Beispiel Karten spielen kann“.

Am 17. Juli „Im Sommerwald“. Maus, Fuchs und Rabe ächzen in der Sommerhitze. Das Eichhörnchen weiß, was man da am besten macht: Nix wie in den kühlen See!... Am 24. Juli gibt es „Mutmurmeln für den ersten Schultag“. Linus und Lolle kommen bald in die Schule. Während Lolle sich freut, ist Linus doch etwas muremelig zu mure, wenn er an die Schule denkt... Alle Termine Eintritt frei, ohne Anmeldung.

AMTV-Kinderfest

(RB) Am So., den 21. Juni, von 14 - 17 Uhr verwandelt sich die AMTV-Halle, Nienhagener Straße 154, (22147 Hamburg) wieder in eine fantasievolle Erlebniswelt für die jüngsten Besucher. An diesem Tag dreht sich in diesem Jahr alles um Ritter, Burgfräulein und märchenhafte Abenteuer. Kinder im Alter von 1 bis 8 Jahren erwartet ein abwechslungsreiches Programm voller Spiel, Bewegung und Kreativität. Ohne Voranmeldung können die kleinen Gäste jederzeit dazustoßen und in eine bunte

Märchenwelt eintauchen. Nach der Anmeldung erhalten alle Teilnehmenden eine Laufkarte, mit der sie verschiedene Stationen erkunden können. Dort gilt es, kleine Aufgaben zu meistern, Stempel zu sammeln und dabei spielerisch in unterschiedliche Rollen zu schlüpfen – sei es als mutige Heldin, tapferer Ritter oder anmutiges Burgfräulein. Sportliche Kleidung wird empfohlen, der Eintritt ist frei. Für das leibliche Wohl sorgt ein Kuchenbuffet, für das sich der AMTV über Spenden freut.



SENIOREN | HEUTE

Begleitete Reisen für Senioren

SENIOREN
AUSFLÜGE
UND KÜRZREISEN

Wörlitz vom 23. - 26.08.26

Ob man nun die „Grüne Zitadelle“ in Magdeburg oder das „Historische Bauhausgebäude“ in Dessau betrachtet, Schloss Wörlitz oder Schloss Oranienbaum, den See von der Gondel aus oder vom Ufer - das Welterbezentrum „Gartenreich Dessau-Wörlitz“ ist wunderschön und eine Reise wert. Das Hotel liegt mittendrin, es sind nur noch wenige Plätze frei.

Seit 25 Jahren für Sie da.

Nähere Infos über R. Meske, Tel.: 040 601 46 53

Medizinische Fußpflege Praxis Viola Kroll

- med. Fußpflege mit Fußbad
- Fußmassage
- Wellness-Fußpflege
- Handpflege



Bargteheider Str. 174 · 22143 HH-Rahlstedt

Tel. 040 - 68 91 65 69 · Mobil 0174 / 78 99 409

Mo-Fr 8-12 und 13-18 Uhr



ADLER DACHTECHNIK
Sabbel nicht dat geit

- Dacharbeiten aller Art
- Reparatur-Schnelldienst
- Flachdach & Schornsteinsanierungen
- Sturmschäden
- Dachbeschichtung & Reinigung
- Marder & Waschbärenvergrämung
- Dachrinnenreinigung ab 4,00€ / Meter



Ihr Dachdecker aus Hamburg
Einmal Adler, immer Adler

Wir kommen auch bei Kleinigkeiten!
Innerhalb von 7 Werktagen sind wir bei Ihnen!
0157- 84202101

Rennbahnstraße 2
22111 Hamburg
Inh. J. Lani
AdlerDachtechnik@gmail.com

Sie haben in Ihrem Leben viel geleistet.
Daher erhalten Sie bei uns einen Senioren-Rabatt.

Tagestreff für beginnende Demenz

(RB) Jeden 2. und 3. Montag im Monat, jeweils von 15 - 17 Uhr, wird in der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V. „Treffpunkt Wandsbek“, Litzowstraße 20, 22041 Hamburg, ein Tagestreff für beginnende Demenz Hamburg angeboten. Es sind noch Plätze frei. Interessierte können das Angebot unverbindlich kennenlernen. Die Teilnahme ist kostenfrei; Spenden sind willkommen. Ein Schnuppertermin kann unter Tel.: 040 - 881 41 770 vereinbart werden.

Wohn-Pflege-Gemeinschaften

(RB) In verschiedenen Wohn-Pflege-Gemeinschaften der Alzheimer-Gesellschaft Hamburg, stehen gerade wieder freie Plätze zur Verfügung. Die gemeinschaftliche Wohnform bietet eine individuelle Betreuung von Menschen mit Demenz in familiärer Atmosphäre sowie ein selbstbestimmtes Leben mit Unterstützung im Alltag. Weitere Infos bekommen Sie bei Johanna Grünhagen (Kordinatorin Begleitung Wohn-Pflege-Gemeinschaften), Tel: 040 - 881477-12 oder per E-Mail an j.gruenhagen@alzheimer-hamburg.de.

Gesprächsgruppe

(RB) Jeden zweiten Montag im Monat von 16 - 18 Uhr, wird im DRK Treffpunkt Volksdorf, Farmsener Landstraße 202, 22359 Hamburg, eine Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz angeboten. Nutzen Sie die Erfahrungen anderer Angehöriger - Stärken und entlasten Sie sich durch Austausch, Verständnis, Akzeptanz und Gemeinschaft. Anmeldung bei der Koordinatorin Lina Sommer per E-Mail an l.sommer@alzheimer-hamburg.de, unter Tel.: 040 - 88 14 177 18 oder bei dem Beratungstelefon unter Tel.: 040 47 25 58.

Fit im Alter

(RB) Immer dienstags, von 10 - 11 Uhr, wird im Brakula, Bramfelder Chaussee 265, 22177 Hamburg, der fortlaufende Kurs Fit im Alter, ein Fitnessangebot für Senioren, angeboten. Die Trainingseinheiten zur Kräftigung, Koordination, Gleichgewicht und Entspannung bieten gemeinsamen Spaß an der Bewegung und nettes Beisammensein. Elemente aus dem Gedächtnistraining, der bewussten Körperwahrnehmung und der Sturzprophylaxe kommen zum Einsatz. Weitere Infos und Anmeldung unter www.brakula.de.

Seniorenwegweiser Wandsbek

(RB) Das Bezirksamt hat eine aktualisierte Auflage des Seniorenwegweisers „Älter werden und aktiv bleiben im Bezirk Wandsbek“ veröffentlicht. Diese liegt ab sofort unter anderem in den Dienststellen des Bezirksamtes aus und kann dort kostenlos mitgenommen werden. Die digitale Version kann unter <https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/bezirk/wandsbek/themen/familie-und-senioren/senioren-in-wandsbek/seniorenwegweiser-77174> heruntergeladen werden. Die Broschüre bietet Informationen rund um das Leben und Aktivbleiben im Alter in Wandsbek. Vorgestellt werden zum Beispiel Möglichkeiten zum Aktivbleiben und für ehrenamtliches Engagement, die Angebote des Bezirksamtes wie die bezirkliche Seniorenberatung, die Pflegestützpunkte oder die Leistungen der Sozialen Dienstleistungszentren. Darüber hinaus finden sich in der Broschüre Adressen von Beratungsstellen, Krankenhäusern, Sozial- und Wohlfahrtsverbänden, ein Überblick über Angebote der ambulanten und mobilen Dienste sowie ausführliche Informationen zum Thema „Wohnen im Alter“. Ergänzend gibt der Seniorenwegweiser einen Überblick über kulturelle Einrichtungen, Vereine, Bildungsangebote und Seniorenrentreffs im Bezirk.

Ehrenamtliche gesucht

(RB) Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. sucht engagierte Ehrenamtliche, die den Besuchsdienst für Menschen mit Demenz unterstützen möchten. Die Ehrenamtlichen besuchen Menschen mit Demenz in ihrem häuslichen Umfeld und ermöglichen pflegenden Angehörigen dadurch eine wichtige Auszeit. „Wir suchen Menschen, die bereit sind, sich aktiv in die Betreuung von Menschen mit Demenz einzubringen. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter begleiten die Betroffenen beispielsweise bei Spaziergängen, führen Gespräche oder gestalten gemeinsam einen Brettspielnachmittag - die Aufgaben sind ebenso vielfältig wie die Menschen, die wir begleiten“, erklären Marisa Frank und Pauline Felber, Koordinatorinnen der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. Während ihrer Tätigkeit im Besuchsdienst erhalten die Ehrenamtlichen jederzeit Unterstützung und Supervision. Der Einsatz wird mit einer Aufwandsentschädigung honoriert. Zudem profitieren die Ehrenamtlichen von einer Ehrenamtskarte mit verschiedenen Vergünstigungen. Der Versicherungsschutz ist während der Tätigkeit selbstverständlich gewährleistet. Eine Schulung umfasst spannende Module, die praxisnahe Einblicke vermitteln und den Ehrenamtlichen hilfreiche Methoden für ihre Arbeit an die Hand geben. Weitere Infos bei Marisa Frank und Pauline Felber unter Tel.: 040 - 88 14 177 0 oder per E-Mail an m.frank@alzheimer-hamburg.de oder p.felber@alzheimer-hamburg.de.



SENIOREN | HEUTE

Cholesterinbewusst leben

(dh) Für viele Menschen mit oder auch ohne erhöhte Cholesterinwerte im Blut stellt sich die Frage: Wie ausgeprägt sind die Effekte einer gesunden Ernährungsweise oder andere Lebensstilfaktoren wie regelmäßige Bewegung denn konkret auf den Fettstoffwechsel? Erwiesen ist, dass ein ungesunder Lebensstil mit fett- und kalorienreicher Ernährung und wenig Bewegung einen bedeutsamen Einfluss auf die Gesundheit der Gefäße und den Fettstoffwechsel insgesamt hat. Wer gesund altern und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vermeiden möchte, achtet daher auf eine gesunde, kalorienbewusste Ernährung in Kombination mit Bewegung mit möglichst unverarbeiteten Lebensmitteln, frischem Gemüse, vielen Ballaststoffen so-

wie hochwertigen Pflanzenölen wie Oliven-, Raps-, Lein- und Walnussöl, dafür wenig hochverarbeiteten Fleisch- und Wurstwaren. Zu einer Ernährung, die zugleich cholesterinbewusst ist, zählen unter anderem Hülsenfrüchte, Haferkleie und -flocken sowie Obst wie Himbeeren und bestimmte Gemüsesorten wie Karotten, Brokkoli und Artischocken. Optimal für mehr Bewegung sind mindestens fünf Mal die Woche 30 Minuten Ausdaueraktivität (flottes Gehen, Laufen, Radfahren, Schwimmen etc.) und eine insgesamt aktive Lebensweise, die sitzende Tätigkeiten durch Bewegungseinheiten ausgleicht, wie etwa (Spazierengehen in der Mittagspause. Ideal ist eine Kombination aus Ausdauer- und moderatem Krafttraining.

Gedächtnistraining tus BERNE

(RB) Freitags, von 10.30-12.00 Uhr, sind im tus BERNE-Vereinszentrum (1.OG, nicht barrierefrei), Berner Allee 64a, 22159 Hamburg, noch Plätze frei beim Gedächtnistraining. Geübt wird in netter Atmosphäre in spielerischer Weise, Leistungsstress gibt es nicht. Aktiv sein in der Gruppe bringt Spaß und man unterstützt sich gegenseitig. Gehirnjogging oder Gedächtnistraining, soll dazu dienen, die geistige Leistungsfähig-

keit in jedem Alter zu erhalten, zu fördern und nach Möglichkeit zu steigern. Das Training erfolgt unabhängig vom Alter der Teilnehmer, auch wenn es sich vorrangig an Senioren wendet. Wer Lust und Laune hat, in einer sympathischen Runde zu spielen, zu rätseln, nette Menschen zu treffen, Neues kennen zu lernen und Altes wieder zu entdecken, ist herzlich zum Mitmachen eingeladen. Ohne Anmeldung.

Stricken, Häkeln, Klönen

(RB) Am Fr., den 3. und 17. Juli, jeweils von 15.00 - 16.30 Uhr, lädt die Bücherhalle Rahlstedt, Amtsstraße 3a, 22145 Hamburg, zum gemeinsamen Stricken, Häkeln und Klönen ein. Egal ob Anfänger oder Profi - in gemütlicher Runde sind alle willkommen. Materialien sind bitte selbst mitzubringen.

IMMANUEL
ALBERTINEN
DIAKONIE



RESIDENZ
AM WIESENKAMP

Mehr als ein Dach über dem Kopf

Mit Sicherheit, Komfort und Pflegequalität residieren in Volksdorf. Entscheiden Sie sich jetzt, aktiv und rechtzeitig für den Einzug in die Residenz am Wiesenkamp. Informieren Sie sich über unsere Angebote zu den verschiedenen Pflegeformen. Wir beraten Sie gern.

Anmeldung telefonisch 040 644 16 - 904 oder per E-Mail: susanne.finder@immanuelalbertinen.de

Residenz am Wiesenkamp

Wiesenkamp 16 · 22359 Hamburg

In besten Händen, dem Leben zuliebe.



Besichtigungstag am Do.,
9. Juli 2026 · 10 - 18 Uhr!
Nur mit Voranmeldung.

residenz-wiesenkamp.de

Veranstaltungskalender für den kommenden Monat

Lichtbildvortrag:

Die Galápagos-Inseln

Montag, 22. Juni

Eine einzigartige Tier- und Pflanzenwelt macht die Galápagos-Inseln zu einem der attraktivsten Natur-Reiseziele weltweit. Der Biologe Dr. Andreas Mieth bringt seinem Publikum die bizarre Schönheit des Galápagos-Archipels nahe und erzählt von der abenteuerlichen Robinsonade deutscher Auswanderer im letzten Jahrhundert.

Um 18 Uhr im Studio

Eintritt: 14,- €

Konzert: Mit dem Traum-Trio

Samstag, 4. Juli

Wenn Stimme, Geige und Klavier sich begegnen, entsteht ein Zauber, dem man sich nicht entziehen kann. Das Traum-Trio, bestehend aus Julia Hallmann, Tatiana Quandt und Natalya Klem, entführt Sie in eine Welt voller Melodien, die begeistern und berühren. Bekannte Stücke aus Oper, Operette, Musical und Film – in neuen Farben, voller Leben und Gefühl.

Um 16 Uhr

Eintritt: 17,- €



STEUERN & FINANZEN

Förderung für neue Fenster nutzen

(djd/dh) Fenster haben einen entscheidenden Einfluss auf die Energiebilanz eines Hauses. Vor allem ältere Modelle lassen Wärme entweichen und erhöhen den Heizbedarf deutlich. Ein Fenstertausch kann daher einen spürbaren Beitrag zur Energieeinsparung leisten. Moderne Fenster reduzieren den Wärmeverlust, verbessern das Raumklima und machen die Gebäudehülle insgesamt effizienter. Wer seine Fenster erneuert, kann zudem von staatlicher Unterstützung profitieren: Der Fenstertausch wird im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) finanziell gefördert. Ziel ist es, energetische Maßnahmen am Gebäudebestand zu erleichtern und den Energieverbrauch langfristig zu senken. Für Hauseigentümer bedeutet das: Der Austausch moderner Fenster ist nicht nur sinnvoll, sondern auch planbar und überschaubar.

Im Fokus der Förderung stehen Fenster, die den Wärmeschutz des Gebäudes deutlich verbessern. Maßgeblich ist dabei der sogenannte U-Wert, der angibt,

wie viel Wärme über das Fenster verloren geht. Je niedriger dieser Wert, desto besser die Dämmwirkung. Die BEG definiert hierfür klare Grenzwerte, die eingehalten werden müssen. Moderne Fenstersysteme wie Artevo von Rehau erfüllen diese Anforderungen und unterschreiten die vorgegebenen Grenzwerte deutlich. Damit eignen sie sich bestens für eine Förderung.

Gefördert werden bis zu 15 Prozent der förderfähigen Kosten für den Fenstertausch. Wird zusätzlich ein individueller Sanierungsfahrplan (iSFP) umgesetzt, erhöht sich der Zuschuss um weitere fünf Prozentpunkte. Insgesamt sind damit bis zu 20 Prozent Förderung möglich. Die förderfähigen Kosten sind auf 30.000 Euro pro Wohneinheit begrenzt, mit iSFP auf bis zu 60.000 Euro. Daraus ergibt sich ein maximaler Zuschuss von bis zu 12.000 Euro. Wichtig ist, dass der Förderantrag vor Beginn der Arbeiten gestellt wird. Beim Fenstertausch müssen sich Hauseigentümer nicht selbst durch Förderrichtlinien arbeiten.

Weiterbildungsberatung

(RB) Jeden Mittwoch, von 13 bis 17 Uhr, wird in der Bücherhalle Farmsen, Rahlstedter Weg 10, 22159 Hamburg, von Weiterbildung Hamburg. Service und Beratung (W.H.S.B.) eine

kostenfreie und anbieterunabhängige Weiterbildungsberatung für alle Interessierten angeboten. Anmeldung bei der Weiterbildungsberatung unter Tel.: 040 - 280846-66.

Nebenerwerb: Steuern sparen

(dh) Wer nebenberuflich selbstständig Geld verdient und eine Steuererklärung abgibt, muss dabei in der Regel eine Einnahmenüberschussrechnung (EÜR) abgeben. Das klingt bürokratisch, ist aber im Kern simpel: Einnahmen minus Betriebsausgaben gleich Gewinn. Entscheidend ist, welche Ausgaben man geltend macht – denn jede mindert den steuerpflichtigen Gewinn.

Am höchsten lagen laut einer aktuellen Auswertung die Einkaufskosten für Waren und Rohstoffe mit durchschnittlich 4038 Euro Abzug. Über 1000 Euro werden im Schnitt für Posten wie die Betriebsausgabenpauschale, die Umsatzsteuer-Vorauszahlungen oder Personalkosten abgesetzt. Auch für klassische Alltagsposten wie die Miete von Geschäftsräumen sind im Schnitt 939 Euro Abzug drin. Tatsächlich liegen die größten

Hebel für eine Steuererstattung nicht in der EÜR, sondern in der normalen Einkommensteuererklärung. Hier gibt es zusätzliche Hebel, die unabhängig von der Selbstständigkeit greifen, aber besonders für Nebenerwerbs-selbstständige relevant sind.

Der mit Abstand größte Posten laut Auswertung: Vorsorgeaufwendungen. Denn Beiträge zur Altersvorsorge und zur Kranken- und Pflegeversicherung lassen sich als Sonderausgaben absetzen. Weitere relevante Positionen sind etwa Entlastungsbeträge für Alleinerziehende und Fortbildungen.

Übergeordnet gilt: Gerade beim Einstieg in die Selbstständigkeit empfiehlt es sich, im ersten Jahr etwas mehr Zeit in die Steuererklärung zu investieren. Ab dem zweiten Jahr übernimmt eine gute Steuersoftware die meisten Daten automatisch – und der Aufwand sinkt spürbar.

Rentenerhöhung

(dh) Der Bundesrat hat der Rentenerhöhung zugestimmt, die das Bundeskabinett bereits Ende April beschlossen hatte. Damit steigt der Wert eines Rentenpunkts zum 1. Juli von 40,79 auf 42,52 Euro. Das sind rund 4,2 Prozent mehr. Die Alterssicherung für Landwirte steigt auf 19,65 Euro je Rentenpunkt. Die Mindest- und Höchstbeträge des Pflegegeld der gesetzlichen Unfallversicherung gehen auf 482

beziehungsweise 1916 Euro pro Monat nach oben. Um Ihre eigene Bruttorente zu berechnen müssen Sie den neuen Rentenwert einfach mit der Anzahl der von Ihnen erworbenen Rentenpunkte multiplizieren. Das sind schlicht 4,24 Prozent mehr als im Juni. Bei 1000 Euro Rente sind es also 42,40 Euro extra pro Monat. Bei 1500 Euro Rente gibt es 63,60 Euro mehr. Bei 2000 Euro im Monat sind es 84,80 Euro mehr.

Energieberatung

(RB) Am Mi., den 1. Juli, von 11 bis 19 Uhr, findet auf Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, 22175 Hamburg, die kostenfreie Energieberatung statt. Die Verbraucherzentrale Hamburg berät zu energieeffizientem Bauen und Sanieren sowie zu Fördermöglichkeiten. Themen wie Dämmung, Heizung und erneuerba-

re Energien stehen im Fokus. Ob Dämmung, Heizung, Lüftung oder der Einsatz erneuerbarer Energien – die Experten beantworten individuelle Fragen und informieren über aktuelle Fördermöglichkeiten von Bund und Land. Weitere Infos und Anmeldung unter www.gut-karlshoehe.de.

Infoveranstaltung

(RB) Am Di., den 30. Juni, von 17.00-18.30 Uhr, wird in der Bücherhalle Wandsbek, Wandsbeker Allee 64, 22041 Hamburg, eine Informationsveranstaltung zu dem Thema „Gut informiert für morgen – heute vorsorgen“ angeboten. In dieser Veranstaltung mit dem Betreuungsvereins ZukunftsWerkstatt Generationen e.V. erhalten Sie verständliche und anschauli-

che Informationen zu folgenden Themen: Vorsorgevollmacht – Wer entscheidet für mich, wenn ich es nicht kann? Betreuungsverfügung – Wer kann mich unterstützen? Patientenverfügung – Welche medizinische Behandlung wünsche ich? Die Veranstaltung lädt zum Zuhören, Nachfragen und Mitdenken ein. Eintritt frei, Anmeldung unter wandsbek@buecherhallen.de.

Leasing-Trend

(dh) Leasing war lange vor allem ein Thema für Autos, Firmenflotten und Maschinen. Jetzt erreicht das Modell zunehmend den Freizeitmarkt. Eine Analyse von „LeasingMarkt.de“ zeigt: Privatpersonen können heute nicht nur E-Bikes oder E-Roller leasen, sondern auch Wohnmobile, Quads, Jetskis, Sportwagen und Motorboote – und sich den Urlaub versüßen.

Der Reiz liegt auf der Hand. Wer ein teures Freizeitfahrzeug nutzen will, muss nicht sofort mehrere Tausend oder gar Hunderttausende Euro aufbringen. Stattdessen fällt eine monatliche Rate an. Das hilft bei der Planung. Es kann aber teuer werden, wenn Laufzeit, Nutzung und Nebenkosten nicht zum eigenen Bedarf passen. Laut „LeasingMarkt.de“ zählt

die Leasingbranche mit einem Investitionsvolumen von 85,1 Milliarden Euro zu den großen Kapitalgebern in Deutschland. Zehn Prozent aller Leasingverträge entfallen demnach inzwischen auf Privatkunden. Das zeigt: Leasing wird für Haushalte normaler. Besonders deutlich wird der Trend bei Freizeitfahrzeugen. Ein E-Bike wie das KTM Macina Style 820 XL kostet laut Auswertung im Schnitt rund 140 Euro im Monat. Ein Lastenrad liegt bei etwa 157 Euro. Wer ein Wohnmobil nutzen will, muss deutlich mehr einplanen. Für einen VW California nennt die Analyse monatliche Raten von rund 951 Euro. Ein Jetski kommt auf etwa 427 Euro, ein Porsche 911 auf 1927 Euro. Beim Motorboot sind rund 2000 Euro im Monat möglich.

BAUEN | WOHNEN

Anzeigensonderveröffentlichung



Industrial Style



(djd) Wer beim Betreten einer Wohnung an lichtdurchflutete Etagen alter New Yorker Fabrikgebäude denkt, erlebt den Industrial Style. Dieser Wohntrend, der aus der Architektur historischer Lagerhäuser entstand, hat sich zu einem Dauerthema der Inneneinrichtung entwickelt. Hohe Decken, offene Grundrisse und fließende Übergänge zwischen Küche, Essbereich, Wohnen und Schlafen prägen den Look. Zum Kern dieser urbanen Ästhetik gehören zudem Elemente, die Räume nicht einfach verschließen, sondern visuell verbinden: Lofttüren aus Stahl und Glas schaffen fließende Übergänge und prägen mit viel Tageslicht die Atmosphäre eines Raums.

Der industrielle Look ist keineswegs nur im sanierten Altbau angesagt, sondern prägt auch viele Neubauten. Die Innen-

türen erfüllen dabei nicht nur den Zweck der Raumtrennung, sondern fungieren als zentrales Designobjekt. Durch den bewusst reduzierten Look lassen sich die Elemente nahtlos in unterschiedlichste Einrichtungsstile integrieren. Neben klassischen Drehtüren, ob ein- oder doppelflügelig, rücken zunehmend Schiebetüren in den Mittelpunkt der Raumplanung. Sie betonen den großzügigen Charakter offener Grundrisse, da sie beim Öffnen keinen Platz im Raum beanspruchen und eine fließende Verbindung der Wohnbereiche ermöglichen. Für die Umsetzung dieses Raumkonzepts bieten Anbieter maßgefertigte Design-Stahltüren. Hochwertige Profile aus verzinktem Stahl in verschiedenen Farbvarianten sorgen für Robustheit und Langlebigkeit. (Foto: djd/ www.türenheld.de)

Maurermeister
Mike Wilkens
Maurer- Sanierung -
Fliesenarbeiten
Fa. ☎ (040) 732 82 52

Fa.MB Bedachungen
Dachreparaturen, Schorn-
steinverkleidung, Dach-
rinnenreinigung.
Lademannbogen 29
22339 Hamburg
040/ 2486 26 27

Eingetragenes und LKA geprüftes Unternehmen **ZERTIFIZIERT**

EINBRUCHSCHUTZ VOLKSDORF
WOLFGANG PUDELKO

SCHLÜSSEL · SCHLÖSSER
SCHLISSANLAGEN



WIR MACHEN IHR ZUHAUSE SICHER.

Filiale Volkسدorf
Buckhorn 1 · 22359 Hamburg

040 - 609 10 16

Saison-Endspurt



20% – 50%
Rabatt

für viele vorrätige
Gartenmöbel
in der 3000 qm großen
Ausstellung
in Norderstedt,
Rugenberg 51

täglich von 10⁰⁰ – 18⁰⁰ Uhr

Meyer's Mühle
Hamburgs Fachmarkt
für Gartenmöbel

meyers-muehle-gartenmoebel.de

Trendfarbe „Macchiato“



(djd/dh) Der Wunsch nach Geborgenheit und Sicherheit prägt die aktuellen Einrichtungstrends. In diesem Zug gewinnen etwa bei der Wandgestaltung Natur- und Erdtöne an Bedeutung. Vorteil: Sie wirken nicht nur rundum gemütlich, sondern lassen sich auch kreativ und vielfältig mit der vorhandenen Einrichtung und vielen unterschiedlichen Farben kombinieren. Wie wäre es beispielsweise mit einem angenehmen duftenden und wärmen- den Milchkaffee? Das Braun der aktuell angesagten Farbe „Macchiato“ etwa macht ihrem Namen alle Ehre. Mit dem attraktiven und beruhigenden Ton zieht auf unkomplizierte Weise Coffee-house-Chic ins Zuhause ein. Der

warme, fein abgestimmte Brauntönen bewegt sich zwischen einem cremigen Beige sowie einem frischen Kaffee und vermittelt damit Ruhe und Authentizität. Die Schöne Wohnen-Trendfarbe des Jahres 2026 wirkt warm, aber nicht schwer und passt somit zu vielen unterschiedlichen Einrichtungsstilen. Wer Lust auf Kontraste hat, kann die Wandfarbe Macchiato mit lebendigen Akzenten kombinieren. Dem erdigen Ton macht das überhaupt nichts aus, im Gegenteil. Intensive Nuancen wie Smaragdgrün, Kobaltblau, ein sattes Rot oder Sonnengelb kommen vor dem Milchkaffee-Hintergrund sehr gut zur Geltung. (Foto: djd/Schöne Wohnen-Kollektion)

Rat und Tat

Impulse für den Alltag

Herzlich willkommen zu unserer Kolumne! Hier finden Sie wieder regelmäßig kleine Tipps und Anregungen. Heute von Andreas Brussog

Wenn alle wegfahren – und man selbst nicht zur Ruhe kommt

Über Sommer, Vergleich und die Frage, wann man eigentlich selbst mal wieder dran ist.

Vor dem Nachbarhaus steht ein Auto mit offener Heckklappe. Zwei Koffer, eine Kühltasche, ein Sonnenschirm, irgendwo ruft jemand noch nach dem Ladekabel.

Dann fällt die Tür zu, der Motor startet, und kurz darauf ist Ruhe.

Sommer.

Im Supermarkt stehen Sonnencreme und Reisezeitschriften am Eingang, im Radio ist wieder Stau auf der A7.

Es wirkt, als wäre gerade die halbe Stadt unterwegs.

Thomas nicht.

Er hat eine kleine Firma und heißt natürlich nicht wirklich Thomas.

Neulich hat er mir erzählt, wie das bei ihm läuft:

Ein paar Tage freimachen, das geht schon mal. Mit seiner Frau übers Wochenende, wenn gerade nichts Dringendes ansteht.

Aber richtig Urlaub – zwei Wochen weg, ohne dass dauernd jemand anruft – das hat er seit Jahren nicht mehr geschafft.

„Es hängt halt zu viel an mir“, sagt er.

Man merkt ihm an, dass er das nicht als Klage meint. Eher wie eine nüchterne Feststellung. So ist es eben geworden. So wie Thomas geht es mehr Leuten, als man denkt.

Manchmal fehlt das Geld, manchmal die Zeit, manchmal die Kraft.

Da sind Angehörige, um die man sich kümmert.

Ein Betrieb, der nicht einfach zumachen kann. Termine, Verpflichtungen, offene Baustellen zu Hause.

Und manche fahren trotzdem weg und nehmen das ganze Durcheinander im Kopf einfach mit.

Viele merken erst im Sommer, wie voll ihr Alltag eigentlich geworden ist.

Drumherum sieht alles nach

Leichtigkeit aus. Nach Koffer-raum, Sonnenbrille und „Wir sind dann mal weg“.

Bei einem selbst geht es weiter wie immer: arbeiten, einkaufen, Nachrichten beantworten, schnell noch etwas klären, bevor es wieder liegen bleibt.

Jedes Einzelne kriegt man hin. Aber alles zusammen wird irgendwann zu viel.

Dann geht es gar nicht mehr nur um die Frage, ob man verreist oder nicht.

Es geht um etwas anderes: Wann habe ich eigentlich mal frei?

Ein freier Nachmittag zählt kaum, wenn er sofort wieder mit Erledigungen vollgepackt ist. Gemeint ist: wirklich frei.

Von außen sieht man das selten. Man geht arbeiten, grüßt im Treppenhaus und irgendwie läuft auch alles.

Genau das macht es so tückisch.

In meinen Coachinggesprächen höre ich solche Sätze immer wieder.

„Ich weiß gar nicht mehr, wann ich zuletzt richtig frei war“, sagen Menschen dann.

Oder: „Selbst wenn ich Zeit hätte – ich komme nicht runter.“ Meistens kommt das erst spät im Gespräch, fast nebenbei. Aber dann steht es im Raum.

Vielleicht ist dieser Sommer für manche gar nicht die Zeit für große Urlaubspläne.

Eher eine Gelegenheit, einmal ehrlich hinzuschauen: Wo bin ich überall zuständig? Was mache ich nur noch, weil es eben immer so lief? Und wo bleibe ich selbst dabei?

Einen großen Neustart braucht es dafür nicht. Oft reicht es schon, einen Abend nicht sofort wieder zu verplanen.

Oder einmal Nein zu sagen, obwohl man sich das sonst nie traut. Manchmal hilft schon ein Gespräch, in dem jemand zum ersten Mal sagt: So geht das nicht weiter.

Und manchmal braucht es mehr als das – Unterstützung,

STELLENANGEBOTE



Wir suchen DICH!

Wir suchen eine **Friseurin** und eine **ehem. Friseurin** als Assistentin

Wir freuen uns auf Ihren Anruf. Tel. 0176-21620248

Salon Elvira Martens · Halenreihe 2 · 22359 Hamburg · Tel.: 603 47 31

Bürokraft m/w/d
von Handwerksbetrieb in Meiendorf, dringend für halbtags gesucht. Tel. 040-678 22 30

ANTIQUITÄTEN

Antiquitäten Schätze Böhmer, machen Sie ihr Rares zu Bares. Wir kaufen an. Näh- und Schreibmaschinen, Bernstein, Porzellan, Bücher, Münzen, Silberbesteck, Schmuck, Zinn, Modeschmuck, Antikmöbel, Taschenuhren/Armbanduhren, antikes Spielzeug, Ölgemälde, Militaria, alte Schalplatten, Altgold u.v.m., 20095 Hamburg, Tel. 0152-14221921

Wir suchen Verstärkung (m/w/d)

zum nächstmöglichen Zeitpunkt für die Verteilung unserer monatlich erscheinenden Zeitung in die Auslagestellen. Voraussetzung: Führerschein und eigener Pkw.

Haben Sie Lust uns zu unterstützen? Dann freuen wir uns von Ihnen zu hören.



Verlag Rundblick Rahlstedt e.K.
Telefon 040 677 33 91
c.ewert@rundblick-rahlstedt.de

Vogelnachwuchs

(RB) Der NABU Hamburg bittet jetzt alle Gartenbesitzer, sich noch mindestens bis Ende Juli mit dem Rückschnitt von Hecken und Sträuchern zu gedulden. Derzeit brüten viele Singvögel im Schutz des dichten Blattwerks. Brütende Vögel könnten durch Schnittmaßnahmen so sehr gestört werden, dass sie ihre Brut aufgeben. Auch haben Beutegreifer ein leichteres Spiel, wenn die schützenden Zweige weggeschnitten werden und die Nester so leichter zu entdecken sind. Darüber hinaus gibt es im Juni bei vielen Singvögeln eine zweite Brut, die ebenfalls durch das Heckenschneiden gefährdet wird.

Zudem kommen jetzt zahlreiche Jungvögel in die sogenannten Ästlingsphase. Das bedeutet,

sie bewegen sich teilweise noch unbeholfen und nicht ganz flugfähig auf dem Boden oder im Gebüsch. Für viele Menschen wirken diese Tiere hilflos. Der NABU appelliert, die kleinen Vögel nicht aufzunehmen, sondern sie an Ort und Stelle zu belassen. Oft sieht man die Eltern nicht, weil sie sich an der Anwesenheit der Menschen stören oder auch noch andere Jungtiere zu versorgen haben. Eine Strategie der Eltern kann es auch sein, die Jungen im Nest nicht mehr zu füttern, damit diese das Nest endlich verlassen. Damit sie nicht verloren gehen, lassen die Jungvögel fast unablässig so genannte „Standortlaute“ hören. Deshalb die Bitte, die Jungvögel in Ruhe zu lassen und keinesfalls mitzunehmen.

bevor aus einem vollen Alltag nur noch Durchhalten wird. Thomas hat für sich entschieden, dass es so nicht weitergehen soll.

Er plant jetzt nicht sofort die große Auszeit. Er stellt sich erst einmal eine einfachere Frage: Muss wirklich alles an mir hängen?

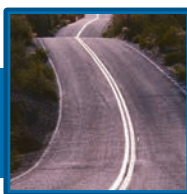
Das ist ein Anfang. Vielleicht geht es manchen Menschen hier in der Region in

diesem Sommer ähnlich. Man sieht andere wegfahren und merkt dabei: Es fehlt nicht nur Urlaub. Es fehlt Luft im eigenen Alltag.

Wie geht es Ihnen damit?

Kennen Sie das, dass der Sommer überall anfängt, nur bei Ihnen nicht richtig ankommt? Schreiben Sie mir gern: info@rundblick-rahlstedt.de

Brauchen Sie eine persönliche Beratung und Unterstützung? Haben Sie Wünsche oder Anregungen, dann melden Sie sich gerne bei Andreas Brussog, Business Coach für KMU unter 0156 79300072 oder andreas@andreasbrussog.com



RUND UMS AUTO | VERKEHR

ADAC-Kindersitztest

(ADAC/dh) Die Wahl des richtigen Kindersitzes fällt vielen Eltern schwer: Die Auswahl ist oft unüberschaubar. Welche Modelle sind sicher, lassen sich einfach einbauen und haben ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis? Aktuell wurden 26 Kindersitze in allen Größen geprüft und in den fünf Kategorien Sicherheit, Bedienung, Ergonomie, Schadstoffe und Umweltschadstoffe bewertet. Getestet wurden Babyschalen sowie Sitze für Kleinkinder und auch Sitzerrhöhungen für

größere Kinder mit einer Preisspanne von unter 70 bis deutlich über 500 Euro. Die Ergebnisse: 6 der insgesamt 26 getesteten Kindersitze bekommen im aktuellen Test das ADAC Urteil „gut“ und 16 Modelle erhalten ein „befriedigend“. Drei Kindersitze werden noch mit „ausreichend“ bewertet, und eine Babyschale ist mit dem ADAC Urteil „mangelhaft“ durchgefallen. Erfreulich im aktuellen Test: Kein Kindersitz fällt wegen zu hoher Werte in der Kategorie

Umweltschadstoffe (PFAS) auf. Zu empfehlen sind die mit „gut“ und „befriedigend“ bewerteten Modelle des aktuellen Kindersitztests. Diese übertreffen die gesetzlichen Vorschriften zum Teil deutlich: Mit der Note 1,9 hat ein Modell im Gesamtergebnis am besten abgeschnitten:

die Babyschale mit Isofix-Basis Foppapedretti Disk Infant i-Size + Tech i-Size für Kinder bis zu einem Alter von rund einhalb Jahren. Dieser Kindersitz ist für eine Körpergröße von 40 bis 87 Zentimeter zugelassen, liegt mit 368 Euro preislich aber im oberen Bereich.

Digitaler Fahrzeugschein

(djd/dh) Gummiboot auf dem Dach, Grill in der Heckgarage – und der Fahrzeugschein? Darf diesen Sommer zu Hause bleiben. Denn seit November 2025 gibt es den digitalen Fahrzeugschein in der i-Kfz-App. Einfach, sicher, jederzeit griffbereit und von der Polizei ebenso anerkannt wie das Papierdokument. Innerhalb weniger Monate haben Autofahrende rund 1,6 Millionen Scheine heruntergeladen. Kein Wunder, denn das Prinzip ist simpel: Smartphone zücken, App öffnen und Kennzeichen hinzufügen, Personalausweis ans Handy halten und PIN eingeben oder alternativ den QR-Code scannen, den die Zulassungsstelle aushändigt. Gerade für Camper ist das ein Gewinn. Praktisch auch:

Wer sein Wohnmobil verleiht, kann den Schein per QR-Code oder Link teilen – zeitlich begrenzt und jederzeit widerrufbar. Motorradfahrer genießen auf Sommertouren die Freiheit der Landstraße. Und diesen Sommer nun auch die Freiheit, kein gefaltetes Dokument mehr in eine der wenigen Taschen stopfen zu müssen. Denn der digitale Fahrzeugschein gilt für alle Fahrzeugklassen und Baujahre, vom Roller bis zum tonnenschweren Traktor. Wichtig: Im Ausland gilt die digitale Version noch nicht. Wer über die Grenze reist, muss den Papierschein mitnehmen. Ende 2026 soll der digitale Führerschein folgen. Mehr Informationen: www.bmv.de/ikfzapp.

Mehr Fahrradstellplätze

(dh) Hamburg erreicht den Meilenstein von 50.000 Radstellplätzen an Schnellbahnhaltstellen, Fernbahnhöfen und Fähranlegern. Der Ausbau erleichtert die Kombination aus Fahrrad und ÖPNV und macht Alltagswege komfortabler. Grundlage für diese aus Radfahrersicht erfreuliche Entwicklung ist das im Jahr 2015 beschlossene Bike+Ride-Entwicklungskonzept. Mit der entsprechenden Senatsdrucksache wurden konkrete Ausbauziele für das Radparkan-

gebot an Hamburger Schnellbahnhaltstellen festgelegt. Ziel sind hamburgweit einheitliche Qualitätsstandards bei Ausstattung, Sauberkeit, Sicherheit und Betrieb. Mit der Einführung der Dachmarke Radkultur Hamburg wurden in 2024 die bisherigen Bike+Ride-Anlagen zu „Radstationen“ umbenannt. Die Dachmarke bündelt die städtischen Angebote rund ums Radfahren unter einer gemeinsamen kommunikativen Absenderschaft: www.radkultur.hamburg.de.



**Wer mit Licht fährt,
leistet einen Beitrag
für die Sicherheit!**

**Wir kaufen
Wohnmobile
+ Wohnwagen**
Tel. 03944-36160
www.wm-aw.de (Fa.)

Urlaubs-Check

(djd/dh) Die Koffer sind gepackt, die Route steht und die Vorfrende steigt. Doch nichts ruiniert den Urlaubsbeginn schneller und gründlicher als eine Panne am nächsten Autobahnkreuz. Für die Fahrt in den Urlaub bleibt laut ADAC-Studie das Auto mit 44 Prozent das mit Abstand beliebteste Verkehrsmittel in Deutschland. Damit der Roadtrip nicht zum Ärgernis wird, empfiehlt sich vorab ein gründlicher Fahrzeugcheck in der Werkstatt. Viele Kfz-Betriebe halten pünktlich zur Reisesaison spezielle Angebote bereit. Im Mittelpunkt stehen dabei meist die „drei B“. Damit gemeint sind Bremsen, Bereifung und Beleuchtung, also Komponenten, die für die Fahrersicherheit besonders wichtig sind. Die Werkstattprofis prüfen zudem den Motorraum, die Wischerblätter sowie die Flüssigkeitsstände von Öl, Bremsflüssigkeit und Putzwasser. Ein

kritischer Blick gilt stets der Autobatterie, da sie laut ADAC-Statistik nach wie vor die Ursache Nummer eins für Pannen ist. Ein hilfreicher Rat für unterwegs: Die Mitnahme eines mobilen Ladegeräts sichert die Stromversorgung im Fall der Fälle und ist damit nicht nur für Camper eine empfehlenswerte Anschaffung. Einen speziellen Urlaubscheck benötigen wiederum Elektroautos mit ihren Akkus. Unverzichtbar an heißen Tagen ist ebenso eine intakte Klimaanlage. Durch die Kontrolle von Kompressor und Kondensator wird gewährleistet, dass das System effizient kühlt und die Fahrt für alle Insassen gesundheitlich unbedenklich bleibt. Ebenso essenziell ist der Austausch des Innenraumfilters. Fachleute raten zu einem Wechsel spätestens einmal jährlich oder nach einer Laufleistung von 15.000 Kilometern.



Max Kipke
AUTOMOBILE

- KFZ Reparaturen
- TÜV/AU-Abnahme täglich
- Motordiagnose-System
- Klimaanlage-Service
- Reifenservice
- Autolackiererei
- Karosseriewerkstatt
- Versicherungsabwicklung
- Leihwagenvermietung
- Autoverglasung

**KLIMAAANLAGENCHECK
POLLENFILTER WECHSELN**

HEESTWEG 19, 22143 HH-RAHLSTEDT, TEL. 677 20 01
www.autokipke.com, kipke54@gmx.de

HÖR LOTSE HÖRGERÄTE



Benedikt Kolberg
Hörakustik-Meister



Bettina Schnauer
Hörakustik-Meisterin



Signia Silk X

FAST UNSICHTBARE HÖRGERÄTE

ZUM 0,-€ TARIF*



www.hoerlotse.de

**Hausbesuch
auf Anfrage
möglich**

*für Mitglieder gesetzlicher Krankenkassen mit Leistungsanspruch und ohenärztlicher Verordnung erstattet die Krankenkasse die Kosten der angebotenen Hörgeräte abzüglich 10€ gesetzlicher Zuzahlung pro Ohr. Der Privatpreis beträgt hier 741,-€ pro Hörsystem.

Unsere Standorte:

Hamburg-Rahlstedt - Schweriner Str. 3 - 040-35 70 07 50

Hamburg-Berne - Hermann-Balk-Str. 127 - 040-22 60 27 08

Hamburg-Hummelsbüttel - Tegelsberg 33 - 040-37 08 08 81

Seevetal-Hittfeld - Friedhofstraße 1a - 04105-653 99 15

Hörtest statt Warten – warum frühes Handeln Lebensqualität sichert



Gutes Hören begleitet uns jeden Tag – im Gespräch mit der Familie, beim Einkauf, im Straßenverkehr und bei Treffen mit Freunden. Weil sich Hörverlust oft schleichend entwickelt, bemerken viele Menschen erst spät, wie sehr das Verstehen bereits anstrengender geworden ist.



Typische erste Anzeichen sind häufiges Nachfragen, lauter gestellter Fernsehton oder das Gefühl, in geselliger Runde nicht mehr alles mitzubekommen. Wer früh reagiert, kann gezielt gegensteuern und sich beraten lassen.



Ein professioneller Hörtest schafft Klarheit: Wie gut höre ich tatsächlich? Welche Situationen sind besonders anspruchsvoll? Und welche Lösung passt zu meinem Alltag?



Bei Hörlotse nehmen wir uns Zeit für eine verständliche Analyse, persönliche Beratung und eine präzise Anpassung moderner Hörsysteme. Dabei geht es nicht um Standardlösungen, sondern um die Hörlösung, die zu Ihren Bedürfnissen passt.



Moderne Hörgeräte sind klein, leistungsstark und heute deutlich unauffälliger, als viele vermuten. Sie können Sprache besser hervorheben, störende Geräusche reduzieren und damit die Kommunikation im Alltag spürbar erleichtern.



Auch nach der Anpassung bleiben wir an Ihrer Seite – mit Nachsorge, Feineinstellung und auf Wunsch Hausbesuchen. So entsteht eine Versorgung, die langfristig überzeugt.



Sarah Kautz
Hörakustik-Meisterin



Viele Menschen sagen nach dem Hörtest: Hätte ich das doch früher gemacht. Denn besseres Hören bringt oft sofort mehr Sicherheit und Lebensqualität zurück.

Sarah Kautz
Hörakustik-Meisterin

**Jetzt persönlichen
Hörtest vereinbaren**



040 - 35 70 07 50



**Persönliche
Beratung**



**Moderne
Hörsysteme**



**Individuelle
Anpassung**



**Hausbesuche
nach Vereinbarung**