

Dorfzeitung BOBERG

Nr. 99 | März 2026



Unterstützung, wo man sie braucht:

Alltagshelferin Mirsada Schwarzenbeck

Seite 6

Wenn der Termin

beim Augenarzt in weiter Ferne liegt

Seite 8

Sechs Jahrzehnte

Feuer und Handwerk

Seite 11

Informationen, Termine, Veranstaltungen und vieles mehr.



Hebig

Heidhorst 4 · 21031 HH-Boberg



Weil wir
Ostern
einfach lieben!

Tel. 040 / 4109 2880 · Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7:00–21:00 Uhr
Montag–Freitag Lieferservice – Sprechen Sie uns an!

Wir ♥
Lebensmittel.

Unser Lieblingstag ist heute!

Wir ♥
Lebensmittel.



Moin, liebe Nachbarn!

Die Hamburger Frühjahrsferien sind vorbei, der Frühling ist da und Ostern steht vor der Tür. In den letzten Monaten hat sich wieder so einiges ereignet, manches schneller, manches langsamer als erwartet, und auch in diesem Jahr wird es bestimmt nicht langweilig.

Neben unseren üblichen Neuigkeiten aus der Nachbarschaft und den beliebten Kolumnen meldet sich in diesem Heft auch Ingrid Straumer mit einer neuen Folge aus der Reihe Boberger Geschichte(n) zurück. Wenn ihr auch noch etwas Interessantes aus dem alten Boberg zu berichten habt, schickt uns gerne eine E-Mail an dorfzeitung@dorfanger-boberg-ev.de

Ich wünsche euch einen schönen Frühling, angereichert mit Tipps und Ideen aus dieser Dorfzeitung



Euer
Andreas Müller
AM ART & MORE

In eigener Sache...

Liebe Leserinnen und Leser unserer Dorfzeitung 5

Titelthema

Alltagshelferin Mirsada Schwarzenbeck 6–7
Wenn der Termin beim Augenarzt in weiter Ferne liegt 8–9
Sechs Jahrzehnte Feuer und Handwerk 11

Bei uns vor der Tür

Aktuelles von Budni: Frisch in den Frühling! 12
Weitere vier Monate 13
Zurück aus dem Winterschlaf: Das Lovely Vintage Café 15
Rückblick: Boberg räumt auf 2026 16
Boberger Geschichte(n) 19–21
Kunst trifft Expertise – Große Resonanz in der Haspa-Filiale 23
Die heilsame Kraft der Schwangerschaftsmassage 24
Kammermusikurs für Jugendliche und Erwachsene 26–27
Politischer Stammtisch Boberg 6.11.2025 29–30
Politischer Stammtisch Boberg 19.2.2026 31–32
Ein Leuchtturmprojekt für Bergedorf 32–33
Informationen vom Wasserverband Boberg-Heidhorst 35
fit & gesund mit Tjark Verlaa 36–37
Kurz erzählt – kleine Glossen von Ingrid Straumer 39
Alltagstipps zur Medienbildung 40–41
Einfach besser leben 42–43
Alltagstipps für dein seelisches Wohlbefinden 45–47
Interessantes aus dem BG Klinikum Hamburg 48–49
Hej Hej allesamt! 51
Augenblick mal! 52–53
Berichte aus dem Boberger Dünenhaus 54–55
Aus unseren Kirchengemeinden 57–63
Tag der offenen Tür an der Grundschule Heidhorst 64–65
Die Grundschule Heidhorst beim Uwe-Seeler-Cup 66–67
Schule Weidemoor: Sponsorentreff mit Busübergabe 68–69
Neues aus dem Kinder- und Jugendhaus CLIPPO Boberg 70–74

Veranstaltungen

Veranstaltungen Dorfanger Boberg e.V. 75
Veranstaltungstipps 76–77

Aus dem Bürgerverein

Informationen über den Bürgerverein 78
Eintrittserklärung & Impressum 79

Aktuelle Informationen auch immer auf
www.dorfanger-boberg-ev.de



Komplettservice rund ums Auto – aus einer Hand!



**auto
reparatur**

zuverlässig seit 1949

Von **Abgasuntersuchung bis**
Zahnriemen-Service:

Wir haben den Anspruch,
Ihnen und Ihrem Auto immer
das Beste zu bieten,

**fachmännisch, individuell
und zuverlässig**

– für alle Fahrzeugmarken
zu absolut fairen Preisen!

Dafür steht der Name Zucht!

*Erfahrung
aus über 70 Jahren,
in 4. Generation!*

Wir sind für Sie da:

Mo – Do 07:30 – 17:30 Uhr

Freitag 07:30 – 15:30 Uhr

Service ist unser Programm

Auto-Zucht GmbH

Auto-Karosserie-Lackier-Fachbetrieb



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Auto-Zucht GmbH | Am Langberg 118 | 21033 Hamburg

Tel.: (040) 738 31 70 | www.auto-zucht.de

Liebe Leserinnen und Leser unserer Dorfzeitung Boberg

Die erste Ausgabe des Jahres ist fertig und wieder voll mit interessanten Beiträgen.

Begonnen hat das Jahr mit einem Winterwetter, das es so lange nicht mehr gegeben hat. Scheinbar haben wir verlernt, wie man mit Schnee und Eis umgehen muss, damit es nicht zu erheblichen Beeinträchtigungen kommt. Insbesondere Menschen mit Mobilitätseinschränkungen waren betroffen und konnten teilweise wochenlang die Wohnung nicht verlassen. **Nicht nur die Stadtreinigung, sondern jeder von uns sollte sich seiner Verantwortung bewusst sein, im Interesse aller einen Schneeschieber bereit zu haben und auch nicht nur vor der eigenen Haustür für sichere Verhältnisse zu sorgen.**

Mit den ersten beiden Veranstaltungen des Vereins in diesem Jahr sind wir zufrieden, der *Politische Stammtisch* am 19.2. und das Müllsammeln „*Boberg räumt auf*“ am 22.2. haben reibungslos geklappt. **Vielen Dank an alle, die zum Gelingen beigetragen haben.**

Jetzt ist der Winter erstmal vorbei, und ich freue mich auf den Frühling. Ich wünsche allen viel Freude beim Lesen der Dorfzeitung



Wolfgang Kamenske
Vorstand Dorfanger Boberg e.V.

Unterstützung, wo man sie braucht: Alltagshelferin Mirsada Schwarzenbeck

In Havighorst ist Mirsada Schwarzenbeck keine Unbekannte. Seit 15 Jahren engagiert sie sich ehrenamtlich beim Havighorster Bürgerverein, sie hilft und unterstützt halt gerne. Nun hat sie helfen zu ihrem Beruf gemacht.

Der Gedanke kam ihr bereits vor zwei Jahren, als ihre Mutter sehr krank war. Morgens und abends kam zwar der Pflegedienst, dieser konnte jedoch nur in einem zeitlich begrenzten Rahmen aktiv sein. Nachmittags fehlten immer so 2–3 Stunden, wo sich jemand um ihre Mutter kümmern konnte. Jemand, der einfach nur für sie da war, jemand, um so eine Lücke unterstützend zu schließen.

Inzwischen ist ihre Mutter verstorben, aber der Gedanke, unterstützend tätig zu werden, umtrieb sie weiter. *„Viele ältere Menschen haben Redebedarf oder benötigen einfach jemanden, der bei ihnen ist, um gemeinsam Fotoalben anzusehen“,* erzählt Frau Schwarzenbeck. *„Manche brauchen auch eine Begleitung beim Einkaufen oder beim Arztbesuch, vielleicht sind es auch nur Termine, die man für sie vereinbart. Es ist ja nicht selbstverständlich, dass man beim Arzt telefonisch schnell durchkommt.“*

Seit Februar ist Mirsada Schwarzenbeck nun als Alltagshelferin selbstständig tätig. *„Früher gab es ja noch Generationenhäuser, Oma und Opa, die mit im Haus oder direkt nebenan wohnten, so etwas gibt es heute kaum noch. Menschen leben im Alter vielfach allein. Hier biete ich meine Unterstützung für Jung und Alt an, dort, wo sie gebraucht wird.“* Durch ihre ehrenamtliche Arbeit im Bürgerverein weiß sie, wie sehr sich viele über das gemeinsame Treffen beim monatlichen Seniorencafé freuen. Auch bei Events wie Bingo spielen, einem gemeinsamen Frühstück oder Spargelessen, hat sie gemerkt, wie den Seniorinnen und Senioren die Gesellschaft



guttut. „Ich habe gedacht, dass es genau das ist, was ich in Zukunft beruflich machen möchte, den Leuten im Alltag helfen“, erzählt sie weiter. **Ob soziale Kontakte knüpfen, das Begleiten bei Besorgungen oder Behördengängen, leichte Arbeiten im Haushalt oder auch im Garten, für das alles steht Frau Schwarzenbeck zur Unterstützung parat.**

Jeder kann sich an Sie wenden, der im Alltag Unterstützung benötigt oder einfach jemanden zum Reden braucht, gemütlich bei einer Tasse Kaffee. Gemeinsames Kochen oder Backen gehört genauso zu ihrer Hilfe, wie Spaziergänge und Freizeitaktivitäten. Auch liest sie gerne vor oder es werden einfach nur Spiele gespielt.

Wer Mirsada Schwarzenbeck kennenlernen möchte, kann sie einfach anrufen. Es wird dann ein Kennenlerntermin vereinbart, bei dem selbstverständlich auch Familienangehörige teilnehmen können.

Sie erläutert dann, was sie anbietet, und fragt, wo Hilfe benötigt wird, denn das ist alles individuell. *„Es ist wichtig, dass sich dabei keiner bedrängt fühlt, entweder es passt oder es passt nicht.“* Auch werden keine festen Zeiten vereinbart, **Frau Schwarzenbeck kommt dann, wenn sie benötigt wird.** Abgerechnet wird stundenweise, sie hat ein Kleingewerbe angemeldet. Eine Abrechnung über die Pflegekasse kann nicht stattfinden, sie verspricht aber, dass

ihre Dienstleistungen bezahlbar sind. *„Ich will wirklich den Menschen im Alltag helfen und für sie da sein“,* so die Alltagshelferin.

Mirsada Schwarzenbeck erreichen Sie unter Tel. 0151 – 232 85 52 0 oder auch per E-Mail m.alltagshelferin@gmail.com

Andreas Müller



Besuchen Sie uns in unserer schönen Ausstellung.

Wir haben für Sie geöffnet:

**Mo bis Fr von 10 Uhr bis 18 Uhr & Sa von 10 Uhr bis 13 Uhr
Beratung nach Terminabstimmung**

KELLER'S KAMINHOF HAVIGHORST | Krähenberg 1 | 22113 Oststeinbek
TEL. 040 739 60 90 | WWW.KAMINHOF.COM

Wenn der Termin beim Augenarzt in weiter Ferne liegt

Den Rund-Um-Check-Up für die Augen gibt es jetzt auch im Optik-Werk.

Da ist dieses komische Gefühl, dass mit den Augen irgendetwas nicht stimmt. Etwas ist anders geworden, doch was? Bisher musste man in einem solchen Fall einen Termin beim Augenarzt vereinbaren, und jeder weiß: kurzfristig sind Facharzttermine schwer zu bekommen. Was also tun?

Augengesundheit spielt eine große Rolle - nicht nur im Alter. Doch welche Maßnahmen sind sinnvoll? Es ist nicht nur wichtig, regelmäßig die Sehstärke kontrollieren zu lassen und zu schauen, ob eine Brille nötig ist oder erneuert werden sollte. Mit zunehmendem Alter oder bei familiärer Vorbelastung sollte man auch den gesundheitlichen Zustand des Auges berücksichtigen.

Das sogenannte **Screening** des Augenhintergrunds, ist der erste Schritt, der dazu beiträgt, ernsthafte Augenprobleme zu erkennen und zu verhindern. Dabei werden hochauflösende Bilder der Netzhaut angefertigt, auf dem alle Blutgefäße und der Sehnervenkopf dargestellt sind. Somit werden auch schon kleinste Veränderungen erkannt, Insbesondere im Hinblick auf AMD (Altersbedingte Makuladegeneration), DR (Diabetische Retinopathie) und Glaukom (Grüner Star). Und das, bevor erste Symptome auftreten. Diese Aufnahmen sind sehr viel aussagekräftiger als nur die Messung des Augeninnendrucks. Und da sie auf Wunsch gespeichert werden, können sie bei Folgeuntersuchungen zum Vergleich herangezogen werden, um eventuelle Veränderungen festzustellen.

Bisher brauchte man für eine solche Untersuchung einen Termin beim Augenarzt, mit einer Vorlaufzeit von ca. 3 bis 6 Monaten.



Untersuchung mit dem Netzhautscanner

Ab sofort können Sie diese Voruntersuchung auch im OPTIK-WERK machen lassen. Die Untersuchung selbst ist sehr angenehm, schnell und unkompliziert. Mit einem hochmodernen Netzhautscanner der neuesten Generation gelingen die Aufnahmen immer sehr präzise, auch wenn zum Beispiel schon eine Linsentrübung (grauer Star/Katarakt) vorliegt. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Pupillen nicht geweitet werden müssen und somit keine Beeinträchtigung der Sehleistung entsteht. Sie dürfen also mit dem Auto oder Fahrrad kommen und brauchen keine Begleitung.

„Die angefertigten Bilder werden innerhalb weniger Minuten ausgewertet. Bei Auffälligkeiten können wir sie auf Wunsch direkt an einen lokalen Augenarzt weiterleiten. Dieser beurteilt die Bilder und das Ergebnis und entscheidet über Dringlichkeit einer weitergehenden Untersuchung und/oder Behandlung und übernimmt die Terminvergabe. Wir lassen Sie also mit dem Ergebnis nicht allein“, so Kerstin Berthold vom Optik-Werk. Selbstverständlich können sie bei dieser Gelegenheit auch gleichzeitig Ihre Sehstärke prüfen und den Tränenfilm beurteilen lassen.

Die Kosten dafür sind überschaubar:

- **Screening**
(Netzhautbilder incl. Auswertung) Eine evtl. nötige Bewertung durch den Augenarzt ist ebenfalls inclusive 55,- €
- **Tränenfilmanalyse**
und Untersuchung des vorderen Augenabschnitts (Untersuchung der Hornhaut, Bindehaut und Lidränder) 20,- €
- **Refraktion**
Messung der Sehleistung (Visus) und der eventuell benötigten Korrekturwerte 38,- €
- **Alles zusammen im Paket** 90,- €
(statt 113,-€)

„Beim Kauf einer neuen Brille oder Kontaktlinsen bekommen Sie einen **Rabatt von 40,- Euro**“, verspricht Frau Berthold.

Lieber auf Nummer sicher gehen: vereinbaren Sie einfach gleich einen Termin. Sie erreichen



das Team vom OPTIK-WERK am besten telefonisch unter T. **040 – 4326 1600** (dienstags bis freitags von 10.00 bis 17.00 Uhr). **Die Termine selbst gibt es nach Absprache auch gerne außerhalb dieser Zeiten!**

KB/AM

**SIMONE MANDEL**

Yoga-Lehrende
Ayurveda Gesundheitsberaterin
Heilerin/Reiki-Meisterin
Systemischer Coach

- **Persönlicher Yoga-Unterricht zur Stärkung und Regeneration**
- **Wohltuende ayurvedische Massagen**
- **Individuelle Beratung für eine ganzheitliche Lebensweise**
- **Alternative Lösungsansätze und Konzepte für mehr Lebensfreude und Lebensenergie im Alltag**
- **Entwicklung der Persönlichkeit durch systemisches Coaching/Familienaufstellungen**

VillaVerde

Entspannung & Regeneration



Yin-Yoga-Workshop
8. Mai 2026, 17.30 h

VillaVerde

Dorfstraße 34a · 22113 Oststeinbek
0173 24 66 233
simonemandel@alice.de
www.villaverde-oststeinbek.de

Deine Oase zum Innehalten und Wohlfühlen am Rande der Stadt



HAUSGERÄTE • TV • AUDIO • KÜCHEN

Alte Küchen wieder jung!
Austausch von Arbeitsplatte, Spüle
und Elektrogeräten.

Rüdiger Lach

Telefon 040 – 677 55 22 oder 0179 391 39 80

service@Lach-Haustechnik.de

Büro: Am Langberg 60a • 21033 Hamburg

Sechs Jahrzehnte Feuer und Handwerk

Ein Stück Geschichte im Ofenbau: Keller's Kaminhof in Havighorst wird 60 Jahre alt.

Wenn an langen Winterabenden das Feuer im Kamin knistert und wohltuende Wärme den Raum erfüllt, steckt oft ein Stück Handwerkskunst dahinter, das tief in der Region verwurzelt ist: **Keller's Kaminhof in Havighorst feiert in diesem Juni ein besonderes Jubiläum: 60 Jahre Leidenschaft für Feuer, Wärme und erstklassiges Handwerk.**

Von Generation zu Generation

Gegründet von Senior Klaus Keller, bringt das Unternehmen schon über Jahrzehnte hinweg Heimat und Wärme in die Wohnzimmer der Region. Im Jahr 2002 übernahm Björn Keller den Betrieb – als ausgebildeter Ofen- und Luftheizungsbaumeister führt er seitdem das Unternehmen seines Vaters mit Herzblut und modernem Know-how fort. Was einst als kleiner Handwerksbetrieb begann, ist heute eine feste Institution für alle, die individuelle Wärmelösungen suchen.

Das Leistungsspektrum ist so vielfältig wie die Wünsche seiner Kunden: vom Kaminofen über maßgefertigte Kamin- und Kachelofenanlagen bis hin zu stilvollen Gaskaminen. Samt Schornsteinbau liefert Keller alles aus einer Hand. *„Die Betreuung unserer Kunden fängt mit der persönlichen Beratung an und geht bis zum fachgerechten Einbau“, so Björn Keller. „Für uns, ein selbstverständlicher Service.“*

Anlässlich des Jubiläums werden bei Keller's Kaminhof ab sofort ausgewählte Ofenmodelle zu besonders attraktiven Vorteilspreisen angeboten. Einfach einen Termin vereinbaren und sich unverbindlich bei Ihnen zu Haus



oder in der Ausstellung in Havighorst beraten lassen.

Sie haben schon einen Kamin? Dann denken Sie bitte daran: Frühlings- und Sommerzeit ist Wartungszeit! Wann haben Sie Ihre Feuerstätte zuletzt warten lassen? *„Gerade jetzt nach dem langen Winter, ist der richtige Moment, Ihren Ofen fit für die nächste Heizsaison zu machen. Ein gewarteter Kamin brennt nicht nur effizienter und sicherer – er bringt auch in den kommenden Wintermonaten wieder die Wärme, die wir so sehr schätzen,“* weiß Keller.

Kontakt:

Keller's Kaminhof Havighorst, Krähenberg 1
Tel.: 040-7396090, E-Mail: info@kaminhof.com
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. von 10:00 – 18:00 Uhr
und Sa. 10:00 – 13:00 Uhr
Weitere Informationen auch auf www.kaminhof.com

Aktuelles von Budni: Frisch in den Frühling!

Seit dem 19. Januar ist Sandra Willecke in unserer Budni-Filiale im Nahversorgungszentrum Dorfanger Boberg und leitet zusammen mit der Frau Fanara, die schon ein bisschen länger dabei ist, das Team. „Ich habe hier ein tolles Team und eine super nette Kundschaft, ich fühle mich hier richtig wohl! Das ist hier in Boberg wirklich eine schöne familiäre Filiale,“ erzählt uns die neue Teamleitung. Nach dem langen Winter freut sie sich jetzt auf viele schöne Aktionen im Frühling.



Ostern steht vor der Tür, und die Filiale ist dementsprechend schon voll darauf eingestellt. Wie immer gibt es einen bunten Mix aus Dekoartikeln und vielen bunten Schoko-Eier und -Hasen – Leckereien für Groß und Klein. Kaum ist das Osterfest vorbei, steht auch schon der erste **Budni-Patentag** für dieses Jahr an. Bereits ab dem 13. April beginnt die Spendenaktion. Wer einfach „Aufrunden bitte!“ sagt, spendet mit jedem Einkauf ein paar Cent für das Patenprojekt unserer Filiale: **der Jugendfeuerwehr Boberg.**

Am Samstag, dem 18. April wird dann die Freiwillige Feuerwehr Boberg zusammen mit ihren Jugendlichen ihren roten Pavillon aufbauen. Neben Information über die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen wird es auch wieder Kaffee und Kuchen sowie die beliebte Budni-Überraschungstüte geben. **Selbstverständlich kommt der gesamte Erlös sowie die im Laden gesammelten Spenden unserer Jugendfeuerwehr zugute.**

Andreas Müller



Weitere vier Monate

In der letzten Ausgabe der Dorfzeitung berichteten wir, dass Theo bald wieder kommt, nun sind weitere vier Monate vergangen. Damals sagte Theo noch: „wenn alles zügig läuft, kann es Mitte November fertig werden, aber das ist mit sehr viel Hoffnung verbunden.“ Das es aber nun so lange dauert, damit hatte niemand gerechnet.

Eigentlich waren nur noch ein paar Kleinigkeiten vom Vermieter zu erledigen, doch die Arbeiten zogen sich und zogen sich und zogen sich... Immer wieder gab es Versprechungen, dass die Arbeiten bald abgeschlossen sein werden, doch die Handwerker blieben einfach fern. Inzwischen hatte Theo schon in eigener Regie eine neue Bar einbauen lassen und hoffte auf das Weihnachtsgeschäft. Auch das wurde nichts.

In den letzten zwei Monaten wurden dann doch zögerlich die meisten Arbeiten verrichtet. Für den 24. Februar stand dann ein erster Ge-

richtstermin an, vielleicht ein Hoffnungsschimmer. Aber dann, Mitte Februar die Nachricht: der Gerichtstermin wird verschoben, auf März 2027! Der Schock war groß: sollte sich jetzt alles um ein weiteres Jahr oder noch länger verzögern?

Dem Vermieter schien diese weitere Verzögerung jedoch auch nicht zu gefallen und somit traf am 20. Februar bei Theo ein Brief ein, in dem zugesagt wurde, die letzte Baumaßnahme – den Anschluss der Dunstabzugshaube – kurzfristig zu erledigen. **Sobald diese montiert ist, benötigt Theo mit seinem Team nur noch zwei Wochen, um das Akropolis Restaurant endlich wieder zu eröffnen.**

Zum Redaktionsschluss stand der Fertigstellungstermin leider noch nicht fest, aber: „wenn alles zügig läuft, kann es noch im März fertig werden,“ aber auch das ist erneut mit sehr viel Hoffnung verbunden. **Nur eines ist sicher: Theo kommt zurück!**

Andreas Müller

Die neue Bar ist fertig, der Ouzo wird schon gekühlt.



Für Ihr Auto tun wir alles.

Willkommen beim
Bosch Car Service
Weber
in Oststeinbek



- KFZ – Wartung und Reparatur
- HU/AU auch nach Euro 6 Norm
- zertifizierter Reifenservice
- Unfallschadeninstandsetzung
- 3D-Achsvermessungen
- Kalibrierung von Fahrassistenz-Systemen (Radar & Kamera)
- Autoglas-Service
- Klimatisierung

BOSCH
Service



Bosch Car Service Weber

Car Service Weber OHG

Andreas und Max Weber

Wiesenweg 3 | 22113 Oststeinbek

Telefon: 040/7123683 | Telefax: 040/7127969

Montag – Donnerstag 7:30 – 18:00 Uhr

Freitag 7:30 – 16:00 Uhr

info@bcs-weber.de | www.bcs-weber.de

Zurück aus dem Winterschlaf: Das Lovely Vintage Café

Seit dem 1. März hat das Lovely Vintage Café nach der wohlverdienten Winterruhe wieder geöffnet und zieht die Besucher schon wieder magisch an. Die Sehnsucht nach einem Spaziergang am Wochenende scheint groß zu sein, nach diesem langen weißen Winter, und was kann es Schöneres geben als eine gemütliche Pause bei Kaffee und Kuchen in idyllischer Umgebung.

Obwohl erst Mitte letzten Jahres eröffnet, hat Janina Stubbe mit ihrem Café in kürzester Zeit eine große Anzahl an Stammbesuchern gewonnen.

Der liebevoll eingerichtete Innenbereich sowie der idyllische Garten auf dem Hof Neun Linden lädt zum Verweilen ein. Die hervorragenden Torten und Kuchen der Konditorin Martina Straßberger, serviert mit einer frischen Kaffeespezialität, lassen die Herzen höherschlagen.

In den letzten Wochen war Janina jedoch nicht untätig, so hat sie im Café „Tante Martha's Ecke“ tapeziert und einmal geschaut, wie sie ihr Angebot erweitern kann. Und so kommt es, dass sie ab sofort für die Freunde des Herzhaften belegte Bagels anbietet.



Auch kann man sich künftig an einem leckeren Eis aus der Hamburger **Eismanufaktur FiPs** erfrischen. Ein Eis mit nur besten Zutaten wie frischer Bio-Milch, frischer Sahne und echter Frucht. Hier wird auf künstliche Aromen und unnötig viel Zucker verzichtet. Besonders hervorzuheben ist dabei die neue Sorte **CocoNut**: Ein Eis aus Kokosnussmilch mit feinsten Kokosflocken, abgefüllt per Hand in eine echte Kokosnuss-Schale. Zudem wird es auch **neue Kuchensorten und neues Gebäck** geben.



Janina und ihr Team freuen sich über euren Besuch.

Das Lovely Vintage Café findet ihr im Billwerder Billdeich 480, auf dem Hof Neun Linden.

Öffnungszeiten: Sonnabend von 13 – 18 Uhr sowie Sonntag von 11 – 18 Uhr.

Andreas Müller





Rückblick Boberg räumt auf 2026

Auch 2026 hat sich der Dorfanger Boberg e.V. wieder an der Aktion der Stadtreinigung „Hamburg räumt auf“ beteiligt. Am 22.2. wurde ab 11 Uhr im Dorfanger Müll aufgesammelt.

Im Vorwege war das Wetter die große unbekannte Herausforderung. Bis zum Freitag hatten wir noch eine geschlossene Schneedecke, und ein Müllsammeln wäre nicht möglich gewesen. Da war die Wettervorhersage bei der Planung gefragt: am Samstag Tauwetter und am Sammeltag Regen. Und genau so war es dann auch. **Ohne Schnee und Eis, aber mit Dauerregen wurde alles vorbereitet, und die Frage war, ob überhaupt jemand zum Müllsammeln kommt.**

Tatsächlich waren ca. 20 wetterfeste Sammlerinnen und Sammler dabei und haben dafür gesorgt, dass der Müll im Wohngebiet verschwindet und der Frühling kommen kann (leider wird der aufgeräumte Zustand wohl wie immer nicht lange bleiben). Die Organisation und Durchführung der Aktion lag wieder in den Händen der Heimwerker, den ehrenamtlichen Aktivisten des Vereins. Entsprechend perfekt hat alles funktioniert, ab 12 Uhr war der Grill betriebsbereit und es gab nach getaner Arbeit Grillwürste und Getränke für die großen und kleinen Helferinnen und Helfer. Selbstverständlich haben die Heimwerker nebenbei auch fleißig mit Müll gesammelt.



Unterstützt wurden wir auch in diesem Jahr vom Wasserverband, und auch die SPD war mit Simone Gündüz und Oliver Roßborg nach Boberg gekommen, um beim Müllsammeln aktiv Hand anzulegen. Unser Stadtteilpolizist Ingo Folkers hat die Gelegenheit genutzt, zusammen mit seinem Kollegen im Streifenwagen vorzufahren und mit den Anwesenden ins Gespräch zu kommen.

Trotz aller Wetterbedenken im Vorfeld war die Aktion ein Erfolg, vielen Dank an alle Helferinnen und Helfer.

Wolfgang Kamenske



Jedes Kind ist musikalisch!



Klavierunterricht in Boberg

Klavierunterricht bietet nicht nur musikalische Bildung, sondern fördert Fähigkeiten, die ein Leben lang von Nutzen sind.



Caroline Hartz-Lorek
Diplom-Klavierlehrerin

**Rufen Sie mich gerne einmal an:
01520-378 1994**

Am Heesen 20, 21033 Hamburg-Boberg

Mit Freude am Spielen!



Elena und Gökhan

Unsere neuen Azubis! Nachwuchs für die Pflege.

Zum 1. Februar konnten wir bei Medicare vier neue Auszubildende begrüßen. Mahshid (25) und Gökhan (17) starteten die Ausbildung zur Pflegefachkraft und Philipp (20) sowie Elena (17) befinden sich nun in der Ausbildung zur Gesundheits- und Pflegeassistentin. Ausschlaggebend für ihre Berufsentscheidung war, dass sie auf der Suche nach einer sozial engagierten Arbeit mit Menschen waren, die ihnen Freude bereitet. In einem Praktikum hatten sie vorab die Möglichkeit, sich von diesem Berufsfeld einen Eindruck zu verschaffen. Anschließend war für sie klar, dass dieser Beruf sie erfüllt und sie den nächsten Schritt gehen möchten.

Als Ausgleich zum Arbeitsalltag treiben Philipp und Gökhan viel Sport, während Mahshid sich nebenbei auf ihre Führerscheinprüfung konzentriert. Elena hört gerne Musik, interessiert sich für neue Modetrends und trifft sich mit Freundinnen.

Wir sind stolz darauf, dass wir aktuell 15 Berufseinsteiger direkt bei uns ausbilden. Dank unserer Kooperationspartner, wie Krankenhäuser und Pflegeheime, haben wir sogar zusätzlich vier externe Auszubildende, die ihre Facheinsätze bei uns absolvieren.

Junge Menschen für die Ausbildung in der Pflege zu begeistern, liegt uns besonders am Herzen, denn sie ist ein sehr wichtiger Beruf für unsere Gesellschaft. Daher freuen wir uns jederzeit über alle, die diesen Weg einschlagen möchten, und stehen Interessierten gerne für Fragen zur Verfügung. **Unsere beiden engagierten Praxisanleiterinnen, Yvonne Miks-Szöke und Ina Jensen, sind hierfür die direkten Ansprechpartnerinnen.**

Boberger Geschichte(n)

Aus Boberg in die Welt

Manchmal schneit einem eine Geschichte einfach so ins Haus – und entwickelt sich dann doch ganz anders als anfangs gedacht.

Aber der Reihe nach: schon im September wurde dem Verein Dorfanger Boberg e. V. eine CD zugeschickt mit dem Titel „Die Nitzbon Brüder, Wohnzimmerraufnahmen aus den 50er Jahren“. Der Absender, Uwe Nitzbon, spielte in dem beiliegenden Schreiben darauf an, dass die Dorfzeitung Boberg doch einmal etwas über die Boberger Vereine, insbesondere über den Gesangverein Boberg-Havighorst berichten könne.

Anfang November wurden mir CD und Schreiben zugeschickt. Ich hörte mir den Gesang der Brüder an, zweifellos stimmte, was im Schreiben stand: diese sechs Brüder waren mit Sicherheit „das Standbein“ im Verein. Aber ebenso sicher waren die Männer mindestens so alt wie meine Eltern jetzt wären, also über hundert Jahre und nicht mehr am Leben. Was also sollte ich damit anfangen? Über Boberger Vereine, auch über den Gesangverein hatte ich in früheren Jahren ja schon mal berichtet...

Aber natürlich rief ich Uwe Nitzbon an. Und nun nahm die Geschichte einen völlig anderen Verlauf: Während des Gesprächs erinnerte ich mich plötzlich an den Namen. Uwe Nitzbon war ein Feuerwehrkamerad meines Vaters und meines Bruders. Seine damalige Frau Helga ging mit meiner Mutter und den anderen Frauen der Feuerwehrmänner Kegeln bei Schwarzenbeck in Havighorst. Und ich erinnerte mich, dass mein Vater, der im Unfallkrankenhaus arbeitete, berichtet hat, dass „Nitzbon nun Geräte für die Beschäftigungstherapie baut“.



Mit dieser CD aus der Familiengeschichte der Nitzbons fing es an, aber statt Gesang folgte ein intensives Gespräch über eine Firmengründung.

Darauf angesprochen ging es jetzt ums Geschäft, um das Handwerk allgemein und um ein Buch, das u. a. mit Hilfe des Bergedorfer Geschichtskontors entstand. Wenige Tage später hielt ich dieses Buch (Das Bergedorfer Handwerk, Tradition – Wandel – Qualität) in der Hand und fand darin eine Boberger Erfolgsgeschichte, die wirklich außergewöhnlich ist und darum hier erzählt werden soll:

Im Jahre 1934 gründete Walter Nitzbon (einer der Sangesbrüder) eine Bau- und Maschinenschlosserei an der Moltkestraße in Neu-Boberg. Heute ist das die Bodestraße. Er spezialisierte sich auf die Herstellung von Zäunen, Gittern und Geländern aller Art. Sein (etwas holpriger) Werbeslogan war: „Gebrauche ich ein Gitter oder Drahtzaun, gehe ich nur zu Nitzbon und lasse es dort bau'n“. Er bot aber auch Motor-Reparaturen an, insbesondere von



landwirtschaftlichen Maschinen. Einige seiner Werkzeuge und Maschinen sind heute übrigens in einer Dauerausstellung des Museums in der Glinder Mühle zu besichtigen.

Sein Sohn Uwe, Jahrgang 1938, wurde ebenfalls Schlosser, kam 1956 als Geselle in den väterlichen Betrieb, besuchte die Meisterschule und bestand 1961 als jüngster Schlossermeister Hamburgs die Prüfung.

In den 60er Jahren eröffnete sich der traditionellen Schlosserei durch Zufall ein ganz neuer Produktionszweig. Das Unfallkrankenhaus Bobberg wurde quasi auf der anderen Straßenseite gebaut. Dieses spezialisierte Haus ging in der Behandlung seiner Patienten neue Wege. Eine große Rolle spielte bei der Genesung nicht nur die Heilung der Wunden, sondern auch die Wiederherstellung der Funktion verletzter Körperteile. Dazu diente u.a. die „Beschäftigungstherapie“, heute besser bekannt als „Ergotherapie“.

Uwe Nitzbon, aufgewachsen und gut vernetzt in Boberg, hörte davon, dass die Therapeuten neue Ideen zur Mobilisierung ihrer Patienten hatten. Gemeinsam mit ihnen entwickelte er nun neuartige Hilfsmittel und Geräte. Zu seinen ersten Arbeiten gehörte ein spezieller Webstuhl (z. B. für Handverletzte) und ein besonderer Stehtisch zur Stabilisierung Querschnittgelähmter.



Das Foto aus dem Besitz Uwe Nitzbons zeigt eine seiner ersten wegweisenden Arbeiten: einen ergotherapeutischen Webstuhl.



Titelbild des Katalogs der Firma.

sich vollständig auf Ergotherapie und Rehabilitationstechnik. Der Markenname „Nitzbon“ wurde in Fachkreisen bekannt. Das Familienunternehmen aus Boberg, inzwischen ansässig an der Osterade, ist heute einer der größten deutschen Lieferanten von Produkten im Ergo – und Physiotherapie Bereich im In- und Ausland. Uwe Nitzbons Tochter Petra leitete die Nitzbon AG dann von 1990 bis 2019 in dritter Generation. Seit Juli 2019 ist ihr Bruder, Dipl. Ing. Jens Nitzbon der Geschäftsführer.

Dass das, was sich hier so einfach liest, ein oft mühsamer Weg war, hat Uwe Nitzbon, der auch wesentlich am Entstehen des Buches über das Handwerk in Bergedorf beteiligt war, akribisch in einer Art Firmentagebuch festgehalten.

Da heißt es z. B:

„06. Juni 1978 Kauf eines Transporters

DB 508 Kastenwagen 400 cm tief.

HH – N 459

Die Kundschaft wollte beliefert werden einschließlich Montage. Und das war wichtig. Die Montage durch die Haushandwerker war für die Ergotherapeuten nicht zufriedenstellend.“

Es begann also das Ausfahren mit Montage im gesamten Bundesgebiet. Eine weitere Belastung.

Von 1978 bis 2007 entstanden so 1250 Besuchsberichte für REHA Zentren, Ergotherapie Praxen, Veranstaltungen. Sehr wichtig war der REHA Bereich, der im Aufbruch war.

So heißt es auch:

**„10. Oktober 1988 Ein Angebot an das
Rehabilitationszentrum
Kliniken BAVARIA
in Schaufling.**

Dem ging bereits ein Angebot weit über DM 80 000.00 voraus. Wir lieferten nicht mehr. Klinik ging vorher Pleite. Glück gehabt.“ (Wie Uwe Nitzbon mir berichtete, ist es heute eine renommierte REHA Stätte der Asklepios Kliniken und ein Kunde)

Es wurde aber nicht nur an Kliniken und andere Einrichtungen geliefert:

**„11. Juni 1990 Publikation eines Sonder-Bau
Stuhles für einen Hüft-ver-
steiften Patienten im Auftrag
der Bau Berufsgenossenschaft**

Anwendung für den WC-Bereich. Somit konnte der Betroffene in seiner gewohnten Gemeinde im Alten Land bei seiner Familie wohnen bleiben.“

Weiter berichtet er über moderne Anschaffungen für die Firma, Erleichterungen bei der Arbeit, die uns heute selbstverständlich erscheinen: die Einführung des ersten Computers, den Kauf des ersten Handys. Die wachsende Firma brachte immer neue Herausforderungen: die Suche nach Lagerhallen, nach einem neuen Firmenlogo, die Überlegungen, sich mit anderen Firmen zusammen zu schließen, die Teilnahme an Messen und Lehrgängen. Er erzählt von Erfolgen und Misserfolgen und gefeiert wurde auch:

**„Weihnachten 1979 hatten wir eine Weih-
nachtsfeier im früheren
Maikater in Lohbrügge**

Diese Weihnachtsfeier, wie auch in den folgenden Jahren, war immer mit Einladung der Senioren verbunden, solange es noch ging - Vater war 73 Jahre - Mutter war 66 Jahre!“

**„16. April 1984 hatten wir Jubiläum 50 Jahre
im Holstenhof Lohbrügge.**

Es war eine gelungene private Feier. Das Gästebuch beinhaltet auch viele private Personen aus dem Kreise meiner Eltern. Darüber hinaus auch viele Geschäftsfreunde. Vater 78 Jahre.“

Auch wenn hier von einer privaten Feier die Rede ist, blieb für das Privatleben nicht so viel Zeit übrig. Bei dem Wort „Familienbetrieb“ liegt die Betonung meist auf „Betrieb“. Ein Schicksalsschlag erschwerte ein normales Familienleben zusätzlich: Uwe hatte zusammen mit seiner Frau Helga einen unverschuldeten Unfall mit dem Auto. Helga war fortan an den Rollstuhl gefesselt.

Umso mehr kniete Uwe Nitzbon sich in die Arbeit, entwickelte immer neue Produkte, hatte neue Ideen und engagierte sich auch in Berufsverbänden. Für die Boberger Feuerwehr blieb allerdings keine Zeit mehr.

Tja, und nun hat der 87jährige endlich Zeit, auf sein Leben und das seiner Vorfahren zurückzublicken und wenn er davon erzählt, gleichzeitig den jungen Leuten zu sagen: „Macht das, wovon ihr überzeugt seid. Das ist nicht immer leicht, aber es lohnt sich.“

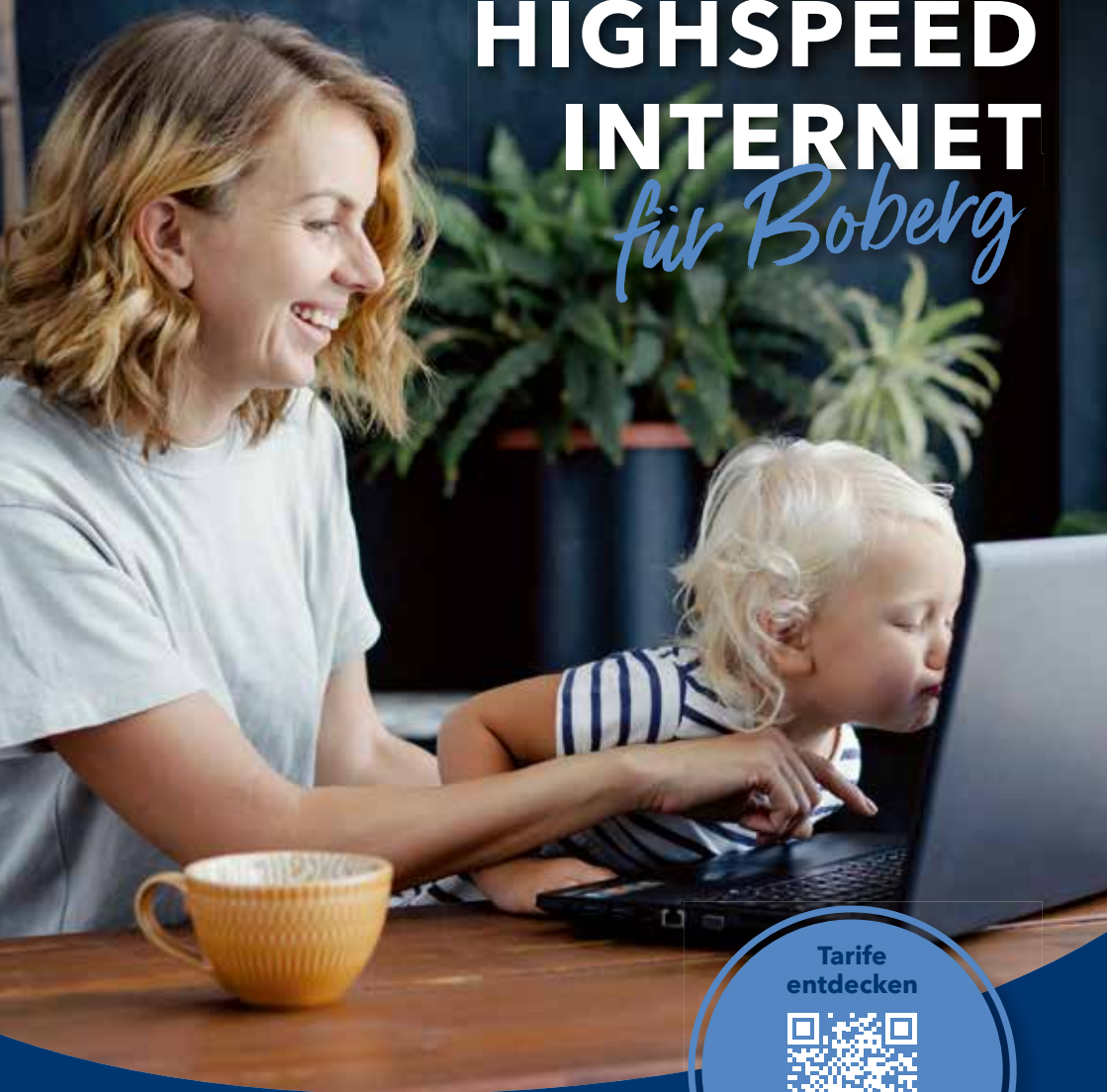
Ingrid Straumer



Aus Boberg in die Welt: Hilfsmittel und Therapiegeräte werden hier entworfen und gebaut.

HIGHSPEED INTERNET

für Boberg



Für Reihen- und Einfamilienhäuser

willy.duoflat 250

Down-/Upload 250/50 Mbit/s **39,90 €** mtl.

willy.duoflat 500

Down-/Upload 500/100 Mbit/s **49,90 €** mtl.

Tarife
entdecken



willytel.de/i+t



Wir sind für Sie da:
0800 - 333 44 99



www.willytel.de
info@willytel.de

willy.tel

Kunst trifft Expertise – Große Resonanz in der Haspa-Filiale Lola

Am 14. Januar fand ein besonderes Event in unserer Haspa-Filiale in der Lohbrügger Landstraße statt. Das Auktionshaus Greve (vormals Auktionshaus City Nord) war zu Gast, und Nachbarn konnten nach vorheriger Anmeldung ihre "Raritäten" für eine Auktion anbieten.

„Es war ein voller Erfolg, mit so einer Resonanz hatten wir nicht gerechnet“, erzählt uns Martina Burfeind, welche die Aktion für die Haspa-Filiale betreut hat. „Unsere Kunden fragten sofort nach, ob dies noch einmal stattfinden kann.“

Und so wird es sein:

Am 24. Juni 2026 kommt das Auktionshaus Greve erneut in die Haspa-Filiale Lola.



Auktionshaus
Greve

Also wenn Sie „Rares“ zu Hause haben und nicht wissen, was es wert ist, kann sich dies am 24. Juni ändern! Ab 15:00 Uhr dürfen Sie Ihre Kunstgegenstände, Ihren Schmuck und Ihre Gemälde in die Filiale bringen, dort werden diese von den Experten aus dem Auktionshaus Greve bewertet, und bei beidseitigem Interesse für eine Auktion angenommen.

Es wird dringend um eine Terminvereinbarung gebeten!

Flyer mit genaueren Informationen zu der Veranstaltung finden Sie ab Anfang April in unserer Filiale der Hamburger Sparkasse, in der Lohbrügger Landstraße 133.

Andreas Müller

Die heilsame Kraft der Schwangerschaftsmassage – Entspannung für Körper und Seele

Eine Schwangerschaft ist eine Zeit großer Veränderungen – körperlich wie emotional. Während Vorfreude und Spannung wachsen, nehmen auch körperliche Beschwerden zu: Rückenschmerzen, schwere Beine, Verspannungen im Nacken oder Schlafprobleme gehören für viele werdende Mütter zum Alltag. Inmitten dieser intensiven Phase bietet die Schwangerschaftsmassage einen geschützten Raum der Ruhe – eine wohltuende Auszeit, die weit über klassische Entspannung hinausgeht.

Sanfte Berührung mit großer Wirkung

Die speziell auf die Bedürfnisse Schwangerer abgestimmte Massageform berücksichtigt die veränderte Körperhaltung, das zusätzliche Gewicht und die sensible hormonelle Situation. In bequemer Seitenlage und mit speziellen Lagerungskissen werden gezielt Rücken, Schultern, Beine und Füße behandelt. Sanfte, rhythmische Bewegungen fördern die Durchblutung und regen den Lymphfluss an – Schwellungen können reduziert, Verspannungen gelöst werden.

Stressabbau und emotionale Balance

Neben den körperlichen Vorteilen spielt auch die seelische Komponente eine zentrale Rolle. Schwangerschaft bedeutet Veränderung – manchmal begleitet von Unsicherheiten oder innerer Anspannung. Die achtsame Berührung während einer Massage unterstützt die Ausschüttung von Endorphinen, während Stresshormone wie Cortisol gesenkt werden können. Das Resultat: ein tiefes Gefühl von Geborgenheit und innerer Ruhe.

Diese Entspannung wirkt sich nicht nur auf die Mutter aus. Studien zeigen, dass sich ein entspannter Zustand positiv auf das ungeborene Kind übertragen kann. Die ruhige Atmung



und der ausgeglichene Herzschlag schaffen eine harmonische Atmosphäre im Bauch – eine erste Form bewusster Bindung.

Ein Moment nur für sich

In einer Zeit, in der sich vieles um Arzttermine, Vorbereitungen und Erwartungen dreht, ist die Schwangerschaftsmassage ein bewusster Moment der Selbstfürsorge. Sie erinnert werdende Mütter daran, auf die eigenen Bedürfnisse zu hören und sich selbst Aufmerksamkeit zu schenken.

Ob als regelmäßiges Ritual oder als besondere Auszeit zwischendurch – die Schwangerschaftsmassage ist mehr als Wellness. Sie ist eine liebevolle Begleitung durch eine der intensivsten Phasen im Leben einer Frau. Und manchmal ist genau das größte Geschenk in dieser Zeit: einfach loslassen zu dürfen.

Schwangerschaftsmassagen werden bei mir ab dem zweiten Trimester angeboten. Bei Risikoschwangerschaften bitte ich immer um vorherige Absprache mit dem behandelnden Arzt.

Johanna Rasche

Johanna Rasche Körpertherapie

Tel: 0174-1792909

E-Mail: info@jr-koerpertherapie.de



YOGA & WELLNESS IN BOBERG

– PROBETAGE 2026 –

Samstag, 28.03. &
Sonntag, 12.04.2026

Manchmal braucht es nur einen Moment der Stille,
um wieder bei sich selbst anzukommen.

In meiner barrierefreien Praxis in Boberg lade ich
dich herzlich ein, Yoga in einer achtsamen und
persönlichen Atmosphäre kennenzulernen.
Ohne Leistungsdruck. Ohne Vergleich.

Mit Zeit für dich – so wie du bist.

PROGRAMM

- 9:00–10:00 Starte mit Yoga in den Tag**
Energie tanken & bewusst beginnen.
- 10:30–11:30 Yoga für Jedermann (1)**
Sanfte & kräftigende Übungen für
Balance in Körper & Geist.
- 13:00–14:00 Eltern-Kind-Yoga**
Gemeinsame Zeit. Nähe.
Freude an Bewegung.
- 15:00–16:00 Stuhl-Yoga**
Geeignet für Senioren & Rollstuhlfahrer.
- 17:00–18:00 Yoga für Jedermann (2)**
Spüre deine Kraft & neue Leichtigkeit.
- 19:00–20:00 Yoga Nidra**
Tiefe Entspannung. Atmen. Loslassen.

Jetzt anmelden und Platz sichern!
10€ pro Person & Einheit

**Hier darfst du ankommen.
Hier darfst du einfach sein.**

Yoga & Wellness in Boberg

Claudia Witt – Yoga für Jedermann

Schulredder 3a
21033 Hamburg-Boberg
Telefon 0176 540 80 375

www.yoga-wellness-in-boberg.de



Ohren und Instrumente im Einklang:

Kammermusikurs für Jugendliche und Erwachsene

Im Gespräch: Caroline Hartz-Lorek, Musikalische Leitung der JKM-Bergedorf

Vor 10 Jahren haben wir sie bereits in der Dorfzeitung in unserer Rubrik „Künstler bei uns vor der Tür“ vorgestellt: Caroline Hartz-Lorek. Jetzt haben wir sie wieder getroffen.

Dorfzeitung: Frau Hartz-Lorek, Sie veranstalten etwas „Aus-der-Zeit-gefallenes“: Einen dreitägigen Kurs für klassische Kammermusik, der Anfang Mai 2026 stattfinden wird. Wer braucht so etwas heute im Digitalzeitalter?

Caroline Hartz-Lorek: Sie haben Recht, jeder Mensch, der so fragt, der hat sich schon gegen das Außergewöhnliche entschieden, welches Kammermusik widerspiegelt. Er braucht es nicht – ... könnte man meinen.

Wer sich jedoch für feingeistigere Empfindungen öffnet, wird merken, dass der schnelle Dopaminausschüttungs-Kick beim Schauen von TikTok- und YouTube-Videos dem entgegenläuft, was beim Einüben von Musikstücken gebraucht wird, z.B. Geduld und Ausdauer.

Meinen Sie vielleicht, die Frage könnte eher lauten: Was braucht das Musikstück?

Dies trifft eher den Kern. Wir wenden uns mit unserem Kammermusikurs ein Stück weg vom eigennützigen „Was brauche ich, wo bekomme ich am schnellsten den größten Spaß“ und wenden uns der objektiveren Wahrheit zu, zu der sich die Teilnehmer während eines aufwändigen Übungsprozesses die Frage stellen: Was braucht die Musik hier an dieser Stelle, um sich mir und den Zuhörern zu offenbaren?

Kinder, Jugendliche und manche Erwachsene haben eine - manchmal verdeckte - Sehnsucht nach

tiefen musikalischen Erlebnissen. Hierfür bin ich für mein Leben gern „Entwicklungshelfer“.

Was heißt das konkret für Ihren Kurs? Nennen Sie ein Beispiel.

Die Ensembles oder einzelnen Instrumentalisten, die sich zurzeit für den Kurs anmelden, haben Ihre Stücke bis zum Kursbeginn schon eingeübt. In dem Kurs unterrichten sechs namhafte, pädagogisch sehr versierte Musiker, die sich jeweils zur Aufgabe gesetzt haben, die Jugendlichen und Erwachsenen dadurch an der Musik wachsen zu lassen, indem Sie im Unterricht quasi nichts mehr vorgeben, was Ihnen als idealer Klang vor-schwebt. – Stattdessen stellen sie Fragen wie z.B.: Wie soll es an dieser Stelle klingen? Welche Farbnuance braucht diese Phrase? An welcher Stelle übergebe ich meine Führung an genau welchen anderen Mitspieler im Ensemble?

Hierdurch werden die Ensemblespieler sehr gut in ihre eigene Kraft gestellt, lernen Teamwork, schärfen Ihre emotionale Intelligenz. Beste Voraussetzung für Schule und Berufsleben. Es entsteht hier kein kurzfristiger, oberflächlicher Spaß, sondern eine tiefe, langanhaltende Freude, Erfüllung und Resilienz; wobei trotzdem in dem Kurs sehr viel gelacht wird!

Sie machen mich neugierig! Könnte ich auch am Kurs der Jugend-Kammermusik Anfang Mai teilnehmen?

*Voraussetzungen für eine Teilnahme ist das mindestens dreijährige Beherrschen eines klassischen Instrumentes und das Interesse, sich auf das gemeinsame Erarbeiten eines Musikstückes intensiv einzulassen. Das technische Niveau der 40 teilnehmenden Musiker*innen ist hier weniger entscheidend. Die Teilnehmer zwischen zwölf und 50 Jahren sind in 12 Ensembles eingeteilt, jedes Ensemble spielt in sich auf ähnlichem Niveau, die*

Ensembles im Vergleich allerdings in einer gewissen Bandbreite: von fast-noch-Anfängern bis hin zu fast-Profis.

Kann ich die Musik des Kurses irgendwann einmal hören?

Sowohl während des Kurses darf jeder zu jeder Zeit den Übungsproben oder den Unterrichten durch die Profis beiwohnen: im Seminar für Waldorfpädagogik, Hufnerstraße 18.

Und natürlich sind alle Kammermusik-Interessierte herzlich zu unseren beiden Konzerten am Sonntag, den 3. Mai um 11:00 Uhr und 16:00 Uhr ins Rudolf-Steiner-Haus, Mittelweg 13 eingeladen. Eintritt gegen Spende.

Unterrichten Sie auch eigene Ensembles in dem Kurs?

Dieses Jahr bin ich als Springer eingesetzt und nicht fest im Stundenplan eingeteilt. Aber wer meinen ganzheitlichen Unterricht einmal für sich selbst genießen will: Unmittelbar demnächst wird wieder ein Platz in meiner Klavierklasse frei. Ein Kind, Erwachsener, Anfänger oder Musikstudent ist herzlich willkommen. Der Klavierunterricht findet in Boberg, Am Heesen 20 und in Farmsen statt.

Frau Hartz-Lorek, vielen Dank für die tollen Einblicke in Ihre musikalische Arbeit! Auf dass jeder seine Verwandten und Freunde mit zum Konzert bringt!



Infos: Kurs der Jugend-Kammermusik:

Donnerstag 30. April bis Sonntag 3. Mai 2026

Anmeldung: www.jkm-bergedorf.de

Anmeldeschluss: 20.03.2026, Kosten € 280,-

c.hartz@jkm-bergedorf.de 01520 – 3781994

CL



Alte Deichkate

KAFFEEESTUBE

DAS KLEINE RESTAURANT



Osterbrunch

am 5. & 6. April

jeweils von 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Prosecco, Kaffeespezialitäten,
Frühstücksklassiker,
feine Antipasti,
warme Gerichte
und süße Highlights.

Pro Person 45 €

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung.
Kathrin Mallonn & Team

Billwerder Billdeich 256

Telefon 040 – 7367 7050

altedeichkate.de

In der Natur von Billwerder

**10 % Rabatt
auf fast alle
Ersatzteile
für die Bewohner
des Dorfgangers**



AUTODOCK

- ▶ **Reparatur aller Fabrikate**
- ▶ **Inspektion**
- ▶ **Klima-Service**
- ▶ **TÜV/DEKRA & AU täglich**
- ▶ **Unfall-Instandsetzung**
- ▶ **Fahrzeuglackierung**
- ▶ **Verglasung**
- ▶ **Abschleppdienst**
- ▶ **Ersatzteile und Zubehör**

KFZ-Meisterbetrieb

Osterrade 4 • 21031 HH-Bergedorf

Tel.: 8 88 80 30

info@autodock.de • www.autodock.de

Wir sind für Sie da:

Montag – Donnerstag von 7.30 – 18.00 Uhr
Freitag von 7.30 – 15.00 Uhr





Politischer Stammtisch Boberg 6.11.2025

Am 6.11.2025 hat unser letzter Politischer Stammtisch Boberg des Jahres stattgefunden. Wir haben zusammen auf die Themen des Jahres zurückgeschaut und offene Punkte für 2026 besprochen.

Versammlungsort waren die Räume der FF Boberg, und unsere Gastgeber waren unmittelbar vor Veranstaltungsbeginn noch im Einsatz, der zum Glück nicht wirklich gravierend war. Die Veranstaltung war wieder gut besucht, sowohl die Politik als auch die Bürger waren vertreten, ein paar Plätze waren aber auch noch frei.

Beim Rückblick auf das Jahr wurde die unmittelbar bevorstehende Wiedereröffnung des Clippo Boberg hervorgehoben. Dass es diese wichtige Einrichtung in Boberg überhaupt wieder geben wird, ist nicht selbstverständlich und mit Blick auf andere Jugendeinrichtungen etwas ganz Besonderes. Dabei hat unser Politischer Stammtisch einen wichtigen Beitrag geleistet und den Anstoß für eine breite Unterstützung von Politik und Verwaltung gegeben. Bei der Finanzierung der erforderlichen personellen Ausstattung hat es leider keinen Fortschritt gegeben, alle waren sich aber einig, dass hier weiter alles getan werden soll,

um die Situation zu verbessern. **Aufgeben ist keine Option!**

Auch die vom Grünamt vorgenommene Verbreiterung des Fußwegs vor der AWO ist ein schönes Ergebnis, und als Sahnehäubchen gab es an der Stelle noch eine neue Sitzbank! Schön war auch unser Ausflug ins Hamburger Rathaus.

Nicht alles, was wir uns vorgenommen haben, hat auch geklappt. Ein paar Themen konnten noch nicht umgesetzt werden: Deichflitzer, Beleuchtung, Bewegunginseln, Außengelände Clippo, Kontrollfahrten der Feuerwehr, zusätzliche Sitzbänke. Aber alle Themen werden weiter im Blick behalten und einiges könnte sogar noch in diesem Jahr erledigt sein.



Angesprochen wurden auch die Problembehebungen im Wohngebiet zur Vermeidung von Schäden durch Starkregen. Insbesondere durch den Wasserverband im Dorfanger Boberg besteht ein großes Problembewusstsein, und wir können sicher sein, dass alles getan wird, um die Häuser so weit möglich vor Schäden zu schützen.



Aus dem Bereich Am Langberg wurde berichtet, dass die Bewohner im Zuständigkeits-durcheinander oft nicht weiterkommen. Selbst wenn offensichtlich der Abfluss des Regenwassers gar nicht möglich ist, weil kein Anschluss an das Siel vorhanden ist, wurde nicht reagiert. Hier konnte von der Politik der Tipp gegeben werden, mit einer Eingabe an die Bezirksversammlung zeitnah zu einem Ergebnis zu kommen. Der entsprechende Kontakt wurde umgehend weitergegeben.

Mit dem Hinweis auf die nächsten Veranstaltungen war der Politische Stammtisch dann zu Ende. **Ich möchte auch im nächsten Jahr diese erfolgreiche Veranstaltungsreihe weiterführen. Auch wenn sich einige Einrichtungen schwer damit tun, in ihren Räumen politische Veranstaltungen stattfinden zu lassen.** Bei unserem Politischen Stammtisch geht es um einen Austausch über (meistens) lokale Themen. Jeder soll hier zu Wort kommen und ich möchte die Abläufe in der Politik und in der Verwaltung deutlich machen. Außerdem halte ich es für wichtig, das Wirken der gewählten Bergedorfer Politikerinnen und Politiker für



alle Bürgerinnen und Bürger erlebbar zu machen und die Politik über die Themen aus dem Wohngebiet zu informieren.

Politische Bildung braucht einen unkomplizierten Austausch von Bürgerinnen und Bürgern mit Politikerinnen und Politikern. Politische Bildung kennt keine Altersgrenzen und kann dafür sorgen, dass politisches Handeln transparent wird und vielleicht ein bisschen weniger Staatsverdrossenheit entsteht.

Wolfgang Kamenske





Politischer Stammtisch Boberg 19.2.2026

Unser erster Politischer Stammtisch des Jahres 2026 hat sich mit einem Thema beschäftigt, das uns alle angeht und auch weit über Boberg hinaus gerade viel diskutiert wird. Mit dem Titel **„Zwischen Tagesschau und TikTok“** ging es darum, wie man an sichere Informationen kommt und wie man falsche Informationen erkennen kann.

Als Expertin auf diesem Gebiet war die Medienreferentin **Frieda Lawrenz** zu uns in die Aula der Grundschule Heidhorst gekommen. Mit einer hochinteressanten Präsentation von ihr wurde eindrucksvoll gezeigt, wie unter anderem mit KI-generierten Bildern und Videos Nachrichten manipuliert werden. Davon sind mittlerweile alle Medien mehr oder weniger betroffen.

Es besteht daher für alle die Gefahr, dass wir uns unter falschen Voraussetzungen eine Meinung gebildet haben und diese dann als „Wahrheit“ weiterverbreiten. Deshalb ist es wichtig, auch andere Meinungen anzuhören und immer bereit zu sein, auch das eigene Wissen zu hinterfragen und im Zweifel den Wahrheitsgehalt zu überprüfen.



Wenn man sich nicht sicher ist: Auf diesen Seiten kann man überprüfen ob Lüge oder Wahrheit.

...



... Bei der anschließenden lebhaften Diskussion ging es auch darum, ob Kinder und Jugendliche durch die Nutzung der sozialen Medien besonders gefährdet sind, auf Falschinformationen hereinzufallen. Ein Verbot für Kinder wird gerade überall vorgeschlagen, ob das aber umsetzbar ist und damit tatsächlich Kinder vor Falschinformationen geschützt werden können, ist zumindest zweifelhaft. Was vielleicht eher helfen könnte, wäre die Medienkompetenz der Kinder zu schulen und auf jeden Fall als Erwachsener den verantwortungsvollen Umgang mit den sozialen Medien vorzuleben.

Die interessante Veranstaltung hätte gerne noch mehr Teilnehmer verdient gehabt. Insbesondere durch die fundierten Informationen von Frieda Lawrenz ist bestimmt jeder mit neuen Erkenntnissen aus der Veranstaltung nach Hause gekommen.

Wolfgang Kamenske

Ein Leuchtturmprojekt für Bergedorf

praktische Hilfe im Stadtteil – unkompliziert, zuverlässig und mit großer Wirkung im Kleinen.

Was tun, wenn die Glühbirne nicht mehr erreichbar ist, das Regal wackelt oder die Fernbedienung ihren Dienst versagt? Für viele ältere Menschen im Bezirk Bergedorf sind es genau diese kleinen Alltagsprobleme, die zur Belastung werden. Professionelle Handwerksbetriebe sind für Kleinstaufträge oft schwer zu gewinnen, und die Kosten stehen nicht selten in keinem Verhältnis zum Umfang der Arbeit.

Hier setzt das Projekt **„Senioren helfen Senioren“** an – eines von zwei Leuchtturmprojekten der STEB – Stiftung für Engagement in Hamburg Bergedorf. Seit 2013 organisiert sie ehrenamtliche Unterstützung für Seniorinnen und Senioren in Bergedorf. Fast 2.000 Einsätze wurden seither dokumentiert. Die Nachfrage ist nach wie vor hoch.

Die Engagierten übernehmen kleinere, zeitlich überschaubare Arbeiten im Haushalt:

- Austausch von Leuchtmitteln
- Anbringen von Regalen oder Rollos
- kleinere Reparaturen
- Montage kleiner Möbelstücke
- einfache technische Hilfen





Die Einsätze dauern in der Regel nicht länger als eine Stunde und werden grundsätzlich von zwei Helfenden durchgeführt. Damit ist Transparenz und Sicherheit gewährleistet. Jeder Auftrag wird dokumentiert.

Wichtig ist die klare Abgrenzung zum Fachhandwerk: Umfangreiche oder sicherheitsrelevante Arbeiten werden nicht übernommen. Bereits bei der telefonischen Anfrage erfolgt eine genaue Klärung des Auftrags.

Die Stiftung als starke Trägerin

Die Stiftung STEB sichert den organisatorischen, rechtlichen und finanziellen Rahmen des Angebots. Sie

- schließt Engagement-Vereinbarungen
- stellt ein Diensthandy für die Koordination
- organisiert regelmäßige Austauschtreffen
- übernimmt die Öffentlichkeitsarbeit
- sorgt für Unfall- und Haftpflichtversicherung

Für die Ehrenamtlichen gibt es eine jährliche Pauschale für Werkzeug und Kleinteile. Damit stellt die Stiftung sicher, dass Engagement nicht mit eigenen Kosten verbunden ist.

Im November 2023 wurde das Projekt mit dem 3. Platz beim Hamburger Stiftungspreis ausgezeichnet – eine Bestätigung für die nachhaltige Wirkung im Bezirk Bergedorf, in dem das Projekt gut vernetzt ist.

„*Senioren helfen Senioren*“ ist weit mehr als ein Reparaturdienst. Für viele ältere Menschen bedeutet der Besuch auch persönlichen Kontakt, Zeit für ein Gespräch und das Gefühl, nicht allein zu sein. Gleichzeitig erleben die Engagierten unmittelbar, wie sinnvoll und wirksam ihr Einsatz ist.

Ehrenamtliche gesucht

Die Stiftung sucht weitere Engagierte, die

- *handwerkliches oder technisches Geschick mitbringen*
- *zuverlässig und verantwortungsbewusst arbeiten*
- *Freude am Umgang mit älteren Menschen haben*
- *sich im Bezirk Bergedorf einbringen möchten*

Wer sich engagieren möchte oder Unterstützung benötigt, kann sich direkt an das Projekt wenden.



Kontakt:

Senioren helfen Senioren, ein Projekt der STEB
Telefon: 040 -180 887 03 (Anrufbeantworter)

Beate Braubach
Vorständin



Tennistraining für Einsteiger und Fortgeschrittene

Für Jugendliche und Erwachsene:

€ 24,90 pro Monat,
einmal Training die Woche.

Bei den Erwachsenen wird im Winter
zusätzlich eine Hallengebühr fällig.

**Informationen und Anmeldungen
bei Michael Ruppel
Tel: 0163 902 57 79**



Bei uns macht Tennis Spaß!

Wir sind ein familiärer Tennisverein
mit 5 Geodur-Sandplätzen, davon 4 mit
Flutlicht und einem Hallenplatz mit Schwingboden.

Das Gute liegt so nah!



TV ROT WEISS HAVIGHORST e.V.

Am Ohlendiek 33 | 22113 Oststeinbek
040 – 738 43 91 | post@tvhavighorst.de
www.tvhavighorst.com

Informationen vom Wasserverband Boberg-Heidhorst

Sperrung Bockhorster Weg nicht nötig

Die Dorfzeitung berichtete im letzten Jahr über einen Rohrschaden im Bereich der Parkanlage oberhalb der Kita. Zu diesem Zeitpunkt war geplant, hierzu erneut den Bockhorster Weg voll zu sperren und den Verkehr wiederum über die Feuerwehrüberfahrt Richtung Reinbecker Redder zu führen.

Inzwischen hat eine Befahrung der betroffenen Verbindung stattgefunden, und erfreulicherweise können die Arbeiten ohne eine Sperrung ausgeführt werden. Aufgrund der winterlichen Witterung der letzten Wochen wurde die Maßnahme in den März / April verschoben.

Matthias Schrader

Freigabe des Weges hinter der neuen Jugendbude

Nach Eröffnung des Clip-po Boberg lag eine Zusage der Sprinkenhof vor den Weg, welcher während der Bauphase als Baustellenzufahrt genutzt wurde, zeitnah zu räumen und an uns zurückzuübergeben. Auch diese Maßnahme hat sich durch die winterliche Witterung im Januar und Februar verzögert, soll jetzt aber stattfinden.

Der Blühstreifen auf der Wiese Seite des Weges wird in diesem Jahr nach 2-jähriger Pause wieder angelegt.



Matthias Schrader

fit & gesund

mit Tjark Verlaa

Tipps & Rezepte für jede Jahreszeit



Mein Name ist Tjark Verlaa, ich bin Heilpraktiker und habe meine Praxis hier im schönen Boberg. Ich versuche, Ihnen mit den Mitteln der Naturheilkunde das Leben zu erleichtern und gleichzeitig Ihre Gesundheit zu fördern. An dieser Stelle gibt es von mir regelmäßig praktische Tipps und passende Rezepte für jede Jahreszeit.

Der Frühling ist da!

Nach den vielen kalten und schneereichen Tagen im Februar steht uns nun endlich der Frühling ins Haus. Am 20. März ist es endlich so weit. Der astronomische Frühlingsanfang ist da. Man spricht auch von der Tag-und-Nacht-Gleiche. Hier dauert der Tag genauso lange wie die Nacht. Gleichzeitig ist aber auch wieder Hochsaison für die Grippe- und Erkältungsviren. Für Laufnase, Husten und Co.

Zum Glück können wir aber eine ganze Menge machen, um uns und unser Immunsystem fit für den Frühling zu bekommen. Neben einer guten Versorgung mit genügend hilfreichen Vitaminen und Mineralien, hier sind insbesondere Vitamin C und Zink zu nennen, ist viel Bewegung an der frischen Luft sehr hilfreich. Wobei zu bedenken ist, moderate Bewegung stärkt und sehr starke Bewegung schwächt unser Immunsystem.

Dazu passt auch, dass dauerhafter Stress, Rauchen oder Alkohol für unser Immunsystem leider wenig hilfreich sind. Sie rauben uns die notwendigen Mineralien und Vitamine und stören direkt die Aktivität unserer Abwehrzellen. Dann doch lieber ordentlich Vitamin D tanken und die Sonne in unseren schönen Bobberger Niederungen genießen!

Achten Sie aber bitte auf die passende Bekleidung. Kalte Füße oder ein kalter Rücken haben einen störenden Einfluss auf unser Immunsystem. Aber auch mit unserer Ernährung können wir wieder eine ganze Menge bewirken.

Grundsätzlich ist zu empfehlen, auf die Frische und die aktuelle Saison bei der Auswahl unserer Lebensmittel zu achten.

Tipps für eine hilfreiche Ernährung

- ➔ Essen Sie langsam und mit Bedacht
- ➔ Kauen Sie gut
- ➔ Lassen Sie ausreichend Pausen zwischen den Mahlzeiten
- ➔ Kochen Sie selber

Gemüse der Saison

Champignons	Chicorée
Spinat	Pastinake
Lauch	Rosenkohl

Lebensmittel mit hohem Vitamin C-Gehalt

Kohlgemüse	Spinat
Brokkoli	Paprika
frischer Thymian	frische Petersilie
schwarze Johannisbeere	Zitrusfrüchte

Lebensmittel mit hohem Zink-Gehalt

Weizenkleie	Cashewnüsse
Pinienkerne	Pekannüsse
Kakao	Tahin

Gerne helfe ich Ihnen bei Fragen rund um das Thema Abwehrstärkung in meiner Praxis weiter! Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Ich wünsche Ihnen ein zauberhaftes Frühlingserwachen! Genießen Sie die Natur und bleiben Sie gesund!

**Pünktlich zum Frühlingsstart ein leckeres Rezept mit saisonalen Lebensmitteln.
Schnell gemacht und super lecker!**

Herrliche Lauch-Spinat-Suppe

Zutaten für 2 Personen

- 750 ml Gemüsebrühe
- 500 g Lauch
- 150 g saure Sahne
- 100 g Spinat
- 100 g Champignons
- 80 g Vollkornbrot
- 1 rote Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 TL Zitronensaft
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer



Zubereitung

1. Den Lauch der Länge nach halbieren und in feine Halbringe schneiden
2. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden
3. Den Lauch und die Zwiebelwürfelchen im Topf kurz mit etwas Öl andünsten
4. Etwas Salz und Pfeffer hinzugeben
5. Die Brühe hinzugießen, mit geschlossenem Deckel aufkochen und 15 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln lassen
6. In der Zwischenzeit die Champignons putzen, vierteln und bei mittlerer Hitze anbraten
7. Brot in kleine Würfel schneiden
8. Brot und Butter zu den Champignons geben und 2 Minuten mitbraten
9. Anschließend salzen und warmhalten
10. Den Spinat und die saure Sahne in die Suppe geben und fein pürieren
11. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
12. Die warmgehaltenen Champignons und das Brot als Topping oben drauf legen
13. Fertig!

Bitte seien Sie kreativ!

Verfeinern Sie dieses einfache Rezept noch nach eigenen Vorstellungen und Wünschen. Testen Sie z.B. verschiedene andere Gewürze oder ergänzen vielleicht noch leckere Erbsen.

Ich wünsche Ihnen einen guten Appetit!

Lassen Sie es sich in Ruhe und Gemütlichkeit im Kreise Ihrer Lieben oder guter Freunde schmecken! Bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch diese bewegten Zeiten!

Ihr Heilpraktiker
Tjark Verlaa

Praxis für Naturheilkunde Tjark Verlaa

Am Langberg 9 | 21033 Hamburg | 040 – 228 614 90



Gehört zu jedem Lebenslauf.

Die Berufsunfähigkeitsversicherung¹.

Das Must-have für alle Jobs: die Berufsunfähigkeitsversicherung. Sichern Sie damit Ihr Einkommen für den Fall der Fälle, ein Arbeitsleben lang. Jetzt beraten lassen.

www.haspa.de/bu

¹HDI EGO Top ist ein Produkt der HDI Lebensversicherung AG für die Kunden der Hamburger Sparkasse.

Haspa Filiale Lohbrügger Landstraße
Lohbrügger Landstraße 133
21031 Hamburg

 **Haspa**
Hamburger Sparkasse

Meine Bank heißt Haspa.

Tust Du mir mal 'n Gefallen?

Kennt ihr das Gefühl, das einen befällt, wenn jemand die Frage stellt: „Tust du mir mal 'n Gefallen“? Das ist ein merkwürdiges, beunruhigendes Gefühl. Ein Gefühl zwischen: „Na klar“ und „Na, was will der denn jetzt?“



Man will ja nett sein, aber man will sich auch nicht ausnutzen lassen. Man weiß, was sich gehört, aber man will sich auch nicht für dumm verkaufen lassen. Was passiert, wenn ich „ja“ sage?

An dieser kleinen Frage kann eine Freundschaft zerbrechen. „Tust du mir einen Gefallen?“, das ist eine Frage und doch keine Frage. Probiere es einfach mal aus und sage direkt: „Nein“. Der Fragende wird zumindest irritiert gucken. Die meisten sagen dann wohl: „Du weißt ja noch gar nicht, worum es geht!“ Und dann fangen sie an, darüber zu erzählen, obwohl du es vielleicht gar nicht wissen willst. Denn wenn du es erst weißt und wirklich „nein“ sagen möchtest, dann musst du nun argumentieren und du musst einen guten Grund haben, warum du nicht tust, was der andere gern möchte.

Jemand, der Kollegen einen Gefallen abschlägt, der ist in der Firma schnell schlecht angesehen. Jemand, der einem Freund/einer Freundin nicht zu Gefallen ist, der muss sich vielleicht noch bei anderen, gemeinsamen Freunden, dafür rechtfertigen! Und dann erst in der Familie! Wie oft wird man sich noch an-

hören müssen: „Das hättest Du aber tun können.“ – „Du hast mir damals aber auch den Gefallen nicht getan.“ – „Wenn Du damals..., dann hätte ich jetzt...“

Eins ist klar: diese Frage macht Druck! Eine Frage, auf die man nicht mit gutem Gewissen ehrlich antworten kann, die macht Druck – und ist eigentlich keine Frage!

Kürzlich hörte ich, wie eine Frau zu ihrem Mann sagte: „Du tust mir nun den Gefallen und kommst mit nach Haus.“ Das war nicht besonders höflich gesagt, keine Bitte, keine Frage, das war ein Befehl! Ihr Mann wusste, woran er war: Widerstand zwecklos! Hätte sie gefragt: „Tust du mir...“, dann hätte er theoretisch die Wahl gehabt – und hätte etwas falsch machen können. Und dann?

Liebe Leser, tut ihr mir einen Gefallen?

Sagt doch gleich, was ihr wollt, sagt ehrlich, was ihr erwartet.

Keine rhetorischen Fragen mehr, ja?

Ingrid Straumer



Alltagstipps zur Medienbildung: **Begrenzen – Begleiten – Loslassen**



*Liebe Nachbarn,
mein Name ist Frieda. Diesmal geht's um ein Thema, das aktuell viele Hamburger Familien beschäftigt: **Neue Regeln zur Handynutzung an Schulen stehen an.** Bis zu den Herbstferien 2026 sollen alle Hamburger Schulen verbindliche Regelungen verabschieden. Was bedeutet das für uns Eltern?*

Die Stadt Hamburg hat eine Handreichung veröffentlicht, die Schulen dabei unterstützen soll, klare Regeln aufzustellen – abgestimmt auf Alter und Entwicklungsstand. Die Kernbotschaft:

Nicht verbieten, sondern begrenzen und begleiten.

Die wichtigsten Punkte:

- **Grundschule:** Generelles Nutzungsverbot wird empfohlen. Smartwatches nur im Flug- oder Schulmodus – Mithörfunktion aus.
- **Klasse 5-6:** Ähnlich wie Grundschule. Viele Kinder bekommen jetzt ihr erstes Handy – umso wichtiger ist ein bewusster Start.
- **Ab Klasse 7:** Handyfreie Zeiten und Zonen. Private Nutzung im Unterricht tabu, in Pausen je nach Schule unterschiedlich.
- **Oberstufe & Berufsschulen:** Mehr Eigenverantwortung, aber klare Regeln für Unterricht und Prüfungen.

Was bedeutet das für den Familienalltag?

Ehrlich gesagt: Die Schulregeln allein werden's nicht richten. Die eigentliche Herausforderung beginnt zuhause. Wenn unser Kind um 14 Uhr nach Hause kommt und sechs Stunden nicht daddeln durfte – startet der Nachhol-Marathon.

Wie erkläre ich die neuen Schulregeln?

Kinder brauchen das Warum. Eine Erklärung klingt besser als nur zu sagen, dass es jetzt halt so ist. Holen Sie Ihr Kind dort ab, wo es steht. Für einen Erstklässler ist die Smartwatch das Coolste überhaupt – für einen 15-Jährigen ist TikTok der Dreh- und Angelpunkt seines Soziallebens.

Schul-Regeln mit Familien-Regeln verbinden

Die Frage kommt garantiert: Mama, warum darf ich in der Schule nicht, aber zuhause schon? Meine Antwort: Weil Schule ein Ort zum Lernen und Spielen ist – zuhause kannst du entspannen und daddeln. Aber auch hier gibt's Zeiten ohne Handy. Vielleicht ist nun der Moment (wenn noch nicht geschehen), da die Schule feste Handyzeiten und Regeln vorgibt, diese auch für zu Hause einzuführen.

Über die Schule hinaus denken

Die Schulregeln sind wichtig – aber der größte Teil der Medienzeit findet außerhalb statt. Nachmittags, abends, am Wochenende. Genau hier können wir als Eltern den Unterschied machen.

Warum Zuhause die wichtigste Smartphone-zone ist

Studien zeigen: Viele von uns greifen täglich 50 bis 80 Mal zum Handy. Kinder spiegeln uns. **Wenn wir wollen, dass sie einen gesunden Umgang lernen, müssen wir selbst vorangehen.**

Konkrete Ideen für analoge Familienzeit

- **Handy-Parkzone:** Alle Geräte kommen nach 20 Uhr in eine Kiste.
- **Rituale etablieren:** Spieleabend, Spaziergang, gemeinsam kochen.
- **Gesprächszeit ohne Unterbrechung** – ohne vibrierendes Handy oder ein Smartphone, das an der Handykette an uns herumbaumelt.

Was schwierig bleibt:

- Konsequent bleiben – gerade wenn man müde ist.
- Das schlechte Gewissen: Sind wir zu streng? Zu locker?
- Die eigene Vorbildfunktion: Selbstkritik ist soooo anstrengend.

Die neuen Schulregeln sind eine Chance – nicht nur für unsere Kinder, sondern auch für uns. Sie erinnern uns daran, dass digitale Balance kein Zustand ist, sondern ein Training. Jeden Tag neu. Mit Ausrutschern. Mit kleinen Erfolgen. Und mit der Gewissheit, dass wir nicht perfekt sein müssen – sondern einfach dranbleiben.

Ich wünsche Ihnen Gelassenheit, klare Worte und viele schöne analoge Familienmomente.

Ihre Frieda Lawrenz

* NEU: Technische Mediensprechstunde – DRK Allermöhe

Jeden **ersten** Donnerstag im Monat von 15:30 – 17:30 Uhr in der Blauen Welle oder online. Gemeinsam mit Frieda Lawrenz können Sie Ihre **Fragen klären** oder ganz konkret Ihr **Tablet**, das **Smartphone** Ihres Kindes oder andere Geräte so einstellen, **wie es für Sie passt**. Ganz in Ruhe.

Terminvereinbarung:

Lena Rosenkranz · 040 244 362 97
· rosenkranz@drk-kiju.de

Lust, ein Video zum Leitfaden mit den Kids anzusehen?



Zwischen Lernen und Ablenkung
– Smartphones im Schulalltag:



Das Gefühl von Freiheit!

komm vorbei und genieße es



Alle Informationen zu Schnupperkursen, Ausbildung oder Mitgliedschaft findest Du auf unserer Homepage.



Hamburger Verein für Luftfahrt e.V.
Segelfluggesellschaft · Boberg

Weidemoor 23, 21033 Hamburg, info@hvl-boberg.de



hvl-boberg.de



Einfach besser leben

Kompetenzcenter Coaching & Mediation in Boberg:



Ihr Anker und Impulsgeber für mehr Harmonie, Entspannung und Zufriedenheit

HEUTE: Mit neuer Energie in den Frühling – Autogenes Training für den Alltag

Liebe Boberger, liebe Nachbarn, liebe Freunde,

*der Frühling steht vor der Tür! Die Tage werden länger, die Natur erwacht zu neuem Leben, und wir spüren, wie frische Energie in unser Leben zurückkehrt. Gerade jetzt ist der ideale Zeitpunkt, für sich selbst etwas Gutes zu tun und neue Kraft zu schöpfen. Im letzten Artikel habe ich Ihnen die Progressive Muskelentspannung (PME) vorgestellt – eine Methode, die über den Körper zur Entspannung führt. Heute lade ich Sie ein, das **Autogene Training** kennenzulernen, das auf der Kraft der Gedanken basiert und eine wunderbare Ergänzung zur PME darstellt.*



Was ist Autogenes Training?

Autogenes Training ist eine wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode. Es gehört zu den universellsten Entspannungstechniken, weil es überall, jederzeit und ohne zusätzliche Hilfsmittel, angewendet werden kann.

Diese Technik beruht auf Autosuggestion: Durch das wiederholte Vorsagen bestimmter Formeln wie „Ich bin ganz ruhig“ oder „Mein Arm ist schwer“ lernen Sie, Körper und Geist gezielt in einen Zustand tiefer Entspannung zu versetzen.

Gerade im Frühling, wenn alles auf Neubeginn steht, kann diese Methode helfen, innere Ruhe zu finden und mit frischer Motivation in die kommenden Monate zu starten.

Woher kommt das Autogene Training?

Entwickelt wurde das Autogene Training von dem deutschen Arzt und Psychotherapeuten J. H. Schultz (1884-1970), der einige kurze Sätze erarbeitete, die er als Übungsformeln bezeichnete und die verschiedenen Aspekte einer er-

wünschten „Umschaltung“ in einen vertieften körperlichen und seelischen Ruhezustand beschreiben. Diese „Umschaltung“ kann durch eine innere Konzentration auf die Übungsformeln erlernt werden, wobei diese innerlich gesprochen oder akustisch bzw. visuell gegenwärtig werden.

Wie wirkt Autogenes Training?

- **Stressabbau:** Sie lernen, sich selbst in kurzer Zeit zu entspannen und so wird Ihr Stresslevel innerhalb von kurzer Zeit reduziert bzw. löst sich auf.
- **Gesundheit fördern:** Körperliche Beschwerden werden gelindert. Das Training hat positive Effekte auf Herz, Kreislauf und Immunsystem.
- **Innere Balance finden:** Sie entwickeln mehr Gelassenheit und Lebensfreude im Alltag. Ihre Konzentration wird gesteigert, und innere Ruhe und Kreativität werden gefördert. So können Sie sich leichter Ziele setzen, um diese zu realisieren.



Im Unterschied zur Progressiven Muskelentspannung, bei der die Muskulatur aktiv angespannt und entspannt wird, arbeitet das Autogene Training mit der Kraft der Vorstellung. Beide Methoden ergänzen sich ideal und können unabhängig voneinander oder gemeinsam angewendet werden.

Wie kann ich Autogenes Training lernen?

Die Methode ist leicht zu erlernen und für nahezu jeden Entspannungssuchenden geeignet, da sie von innen heraus hervorgerufen wird.

Wichtig sind regelmäßiges Üben und Geduld – schon nach wenigen Einheiten werden Sie die wohltuende Wirkung spüren.



-Deine Ruheoase-
Kompetenzcenter Coaching & Mediation Hamburg/Boberg

In meinen Kursen begleite ich Sie Schritt für Schritt und zeige Ihnen, wie Sie das Autogene Training einfach in Ihren Alltag integrieren können.

Sie erlernen in den Wochen des Trainings gezielt in jeder Situation den gesamten Körper, einschließlich des vegetativen Nervensystems, in einen entspannten Zustand zu versetzen.

Wer das Autogene Training vollkommen beherrscht, braucht nur noch an die entsprechenden Formeln zu denken und bekommt selbst im größten Stress sofort wieder einen klaren Kopf. Daher ist es bei ManagerInnen, PolitikerInnen, KünstlerInnen und SportlerInnen eine viel genutzte Methode, um das eigene Potenzial stets zuverlässig zur Verfügung zu haben.

Kursangebot in Boberg:

Ich lade Sie herzlich ein, Autogenes Training in einem meiner Kurse kennenzulernen!

Der nächste Kurs „Autogenes Training“ startet am **18. Mai 2026** und findet **immer montags von 18:00 bis 19:00 Uhr** statt.

Ort: Kompetenzcenter Coaching & Mediation, Hamburg-Boberg

Anmeldung:

Tel. +49 176 49 44 40 14 oder

Mail: info@bamberger-hamburg.de

Schauen Sie doch einfach mal auf meiner Homepage vorbei, um mehr über meine Kurse und Workshops zu erfahren. Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen!

Herzlichst,
Ihre Yvonne Bamberger



Ausblick: In der nächsten Ausgabe finden Sie Wissenswertes zum Thema Yoga – eine weitere Entspannungs- und Trainingsmethode.

WIR BILDEN AUS!

Bewirb dich jetzt!

Wir haben noch Ausbildungsplätze (m/w/d) im Bereich Karosserie- und Fahrzeugbau und Kauffrau/-mann für Büromanagement **zum 01.08.2026.**



Joachim Harms GmbH
Reinbeker Redder 74
21031 Hamburg

Tel.: 040 / 819 7467 – 00
Email: info@harmsauto.de



Joachim Harms

GMBH

**Karosseriearbeiten
Fahrzeuglackierungen
Kfz-Reparaturen**

T E S L A

APPROVED BODY SHOP



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
von 7.30 bis 18.00 Uhr

www.harmsauto.de



Alltagstipps für dein seelisches Wohlbefinden

Liebe Nachbarn, mein Name ist Susanne. Als Coach und Beraterin insbesondere für die mentale Gesundheit ist es mir wichtig zu zeigen, wie wir mit kleinen Veränderungen in unserem Leben ein höheres Wohlbefinden erschaffen können.

Was uns trägt – warum wir einander brauchen



Wir Menschen sind Gemeinschaftswesen. Trotzdem erleben viele von uns im Alltag immer häufiger das Gefühl, alles allein stemmen zu müssen. Termine, Verpflichtungen, Erwartungen – und oft auch der leise Vergleich mit anderen. Dabei zeigt sich immer deutlicher: Nicht Konkurrenz, sondern Verbindung macht uns langfristig zufriedener und gesünder.

Langjährige Forschungen zeigen, dass stabile Beziehungen einer der wichtigsten Faktoren für Lebenszufriedenheit, Gesundheit und sogar Langlebigkeit sind. Menschen mit guten sozialen Bindungen sind nachweislich weniger gestresst, widerstandsfähiger gegenüber Krisen und fühlen sich insgesamt wohler.



Wir wachsen mit den Menschen um uns herum

Der Motivationstrainer Jim Rohn formulierte einmal den Gedanken, dass wir im Durchschnitt den fünf Menschen ähneln, mit denen wir die meiste Zeit verbringen. Auch wenn diese Aussage vereinfacht ist, steckt viel Wahrheit darin: Unser Umfeld beeinflusst (meist unbewusst) unsere Haltung, unsere Gewohnheiten und unser seelisches Gleichgewicht.

Menschen, die uns ermutigen, unterstützen und wertschätzen, stärken unser Selbstvertrauen und unsere Lebens-

freude. Umgekehrt können ständiger Vergleich, Neid oder Konkurrenzdenken belasten und Energie rauben. Ein gesundes Netzwerk wächst dort, wo Vertrauen, gegenseitiger Respekt und ehrliches Interesse füreinander gelebt werden.



Wenn viele Menschen um uns sind – und wir uns trotzdem allein fühlen

Gerade in Großstädten zeigt sich ein besonderer Widerspruch: Tausende Menschen leben dicht nebeneinander, und dennoch fühlen sich viele einsam. Begegnungen bleiben oft oberflächlich, Beziehungen kurzlebig. Das zeigt, dass Gemeinschaft nicht von der Anzahl der Menschen abhängt, sondern von der Qualität der Verbindung.

Auch im Alter kann Einsamkeit entstehen – etwa wenn Partner versterben, Freundeskreise kleiner werden oder Mobilität eingeschränkt ist. Einsamkeit belastet nicht nur die Seele, sondern kann sich auch auf die körperliche Gesundheit auswirken. Umso wichtiger ist es, Verbindungen bewusst zu pflegen – unabhängig vom Lebensalter.

Gerade in unserer heutigen Zeit erleben wir weltweit und gesellschaftlich viele Spannungen. Nachrichten über Kriege, Machtkämpfe, Hass und zunehmende Spaltung begegnen uns fast täglich. Auch im Kleinen zeigen sich immer häufiger

Konkurrenzdenken, Neid oder das Gefühl, sich behaupten zu müssen. All das kann uns innerlich verunsichern, belasten und Stress verstärken.

Umso wichtiger wird es, im eigenen Umfeld bewusst einen Gegenpol zu schaffen. Jede wertschätzende Begegnung, jedes ehrliche Interesse und jedes gelebte Miteinander setzt ein stilles, aber kraftvolles Zeichen für Verbindung statt Trennung. Oft beginnt Veränderung nicht im Großen, sondern in den kleinen Momenten unseres Alltags.



Kleine Verbindungen – große Wirkung

Oft denken wir bei Gemeinschaft an große Ereignisse wie Feste oder Vereine. Doch in Wahrheit beginnt sie im Alltag. Ein freundlicher Gruß auf der Straße, ein kurzes Gespräch am Gartenzaun oder das ehrliche Interesse am Gegenüber können bereits viel bewirken. Solche Begegnungen geben uns das Gefühl, gesehen und angenommen zu sein – ein wichtiger Baustein für seelisches Wohlbefinden.



Alltagstipps für ein starkes Netzwerk

1. Bewusst Menschen wählen, die gut tun
Frage dich: Bei welchen Begegnungen fühle ich mich gestärkt, angenommen und inspiriert?

2. Den ersten Schritt machen

Warte nicht darauf, angesprochen zu werden. Ein freundliches Wort oder ein Lächeln öffnen oft Türen.

3. Hilfe anbieten – und auch annehmen

Unterstützung zu geben, stärkt das Gefühl von Sinnhaftigkeit. Unterstützung anzunehmen, zeigt Vertrauen und schafft Nähe.

4. Ehrlich loben und gönnen

Ein aufrichtiges Kompliment kann den Tag eines Menschen verändern – und oft auch den eigenen.

5. Kleine Rituale pflegen

Regelmäßige Treffen, gemeinsame Spaziergänge oder kurze Gespräche stärken Beziehungen nachhaltig.



Spezielle Impulse gegen Einsamkeit im Alltag und im Alter

- **Aktiv Kontakte suchen:** Schon kleine regelmäßige Treffen – etwa gemeinsamer Kaffee oder Spaziergänge – können viel bewirken.
- **Vereine oder Gruppen nutzen:** Gemeinsame Interessen verbinden Menschen oft besonders leicht.
- **Generationen verbinden:** Gespräche zwischen Jung und Alt bereichern beide Seiten.
- **Offen über Einsamkeit sprechen:** Viele Menschen kennen dieses Gefühl – oft entsteht daraus neue Nähe.
- **Hilfsangebote annehmen:** Unterstützung zu nutzen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Vertrauen.



Gemeinschaft beginnt bei jedem Einzelnen

Ein tragendes Netzwerk entsteht nicht durch große Worte, sondern durch viele kleine Gesten. Jeder von uns kann dazu beitragen, dass aus Nachbarschaft echte Verbundenheit wächst. Und oft merken wir dabei: Während wir anderen etwas Gutes tun, stärken wir gleichzeitig unser eigenes seelisches Gleichgewicht.

Vielleicht beginnt echtes Wohlbefinden gar nicht damit, dass wir unser Leben perfekt organisieren oder alles alleine schaffen. Vielleicht beginnt es dort, wo wir einander sehen, zuhören und füreinander da sind.

Gemeinschaft wächst nicht durch große Ereignisse, sondern durch viele kleine Begegnungen – durch ein ehrliches Interesse, eine helfende Hand oder ein freundli-

ches Wort zur richtigen Zeit. Jeder von uns kann solche Momente schenken. Und oft geschieht dabei etwas Wunderschönes: **Während wir anderen Halt geben, finden wir selbst mehr Stabilität, mehr Freude und mehr innere Ruhe.**

Ein tragendes Netzwerk entsteht nicht von heute auf morgen. Es wächst langsam, leise und oft unbemerkt – so wie Wurzeln, die einen Baum fest im Boden halten. Doch genau diese Wurzeln geben uns Kraft, wenn Stürme kommen.

Vielleicht lohnt es sich deshalb, heute einmal bewusst zu überlegen: **Wem kann ich ein kleines Stück Verbindung schenken? Und von wem darf ich mich tragen lassen?**

Denn das Glück entsteht selten im Alleingang – es wächst dort, wo Menschen füreinander da sind.



Gemeinsam statt einsam- vielleicht bei einem meiner kostenlosen Seelenspaziergänge in der Boberger Natur? Dann melde dich sehr gerne bei mir?

Herzlichst! Deine Susanne
Natur- & Lifecoaching für Frauen



www.susanne-muellerdornieden-coaching.de



Friseur für
Groß und Klein

Tamara Wahle
Friseurmeisterin

Auch Hausbesuche
möglich.

Termine nach Vereinbarung
(telefonisch oder WhatsApp)
Telefon 0176 / 859 58 168

Schulstrasse 40
22113 Oststeinbek
(Havighorst)

Wussten Sie eigentlich...?

Interessantes aus dem BG Klinikum Hamburg

Eine Serie über die Arbeit
im Klinikum in Boberg



Hinter den Kulissen des OPs:

Der Alltag des OP-Funktionsdienstes

„Schwester, Tupfer, bitte“: Skalpell halten, Tupfer anreichen, Verbandsmaterial vorbereiten – wie die Arbeit der Pflege im OP aussieht, ist für viele Menschen von Filmen und Serien geprägt. Die Realität sieht anders aus: die Mitarbeitenden des OP-Funktionsdienstes sind hochspezialisierte Fachkräfte, die Hand in Hand mit den Operateurinnen und Operateuren arbeiten. Hannah Hinnenkamp, Bereichsleitung OP-Management am BG Klinikum Hamburg (BGKH), und Christine Saloschin, OP-Managerin am BGKH, erzählen aus dem Arbeitsalltag des Funktionsdienstes im Klinikum.



Hannah Hinnenkamp



Christine Saloschin

Bei jeder Operation sind zwei Mitarbeitende des OP-Funktionsdienstes dabei: die instrumentierende Person und der sogenannte Springer. Der instrumentierende Funktionsdienst bereitet die Instrumente und Geräte vor, reicht diese der Chirurgin oder dem Chirurgen an und unterstützt bei der Lösung von spontanen Herausforderungen. Der Springer ist für die Dokumentation und Materialversorgung des Instrumentierenden verantwortlich, sollte unter der OP auffallen, dass etwas fehlt oder aufgrund von Herausforderungen andere Materialien benötigt werden. „Bedingt durch die Anforderungen muss der OP-Funktionsdienst zum einen hervorragende anatomische Kenntnisse haben und die chirurgische Fachsprache sprechen. Zum anderen müssen sie auch die Eingriffe und Instrumente genauestens kennen, um

die benötigten Materialien und Geräte vorbereiten, zusammenbauen und anreichen zu können, bevor danach gefragt wird. Oder um in der Lage zu sein, im Falle von spontanen Planänderungen die richtigen Materialien zu holen“ sagt Hannah Hinnenkamp.

Am BG Klinikum Hamburg bedeutet das: Die Mitarbeitenden des OP-Funktionsdienstes müssen sich aufgrund der Vielfalt der Fachabteilungen mit einer großen Anzahl an Eingriffen auskennen. „Ob Neurochirurgie, mikrochirurgische Eingriffe an der Hand oder Versorgung von Polytraumata nach Unfällen – von Kopf bis Fuß ist bei uns wortwörtlich alles dabei“, so Christine Saloschin. Der Schwerpunkt des Klinikums liegt in der Versorgung von Unfallverletzungen, insbesondere von Arbeits- und Wegeun-



Vorbereitungen für den instrumentierenden OP-Funktionsdienst



Der instrumentierende Funktionsdienst während der Operation

fällen. Zudem ist das Haus auf sogenannte Revisionseingriffe spezialisiert. Darunter versteht man Operationen, die nötig sind, weil vorherige Eingriffe nicht das gewünschte Ergebnis erzielt haben oder es zu Komplikationen kam. „Die hohe Spezialisierung und Vielfalt macht die Arbeit so spannend. Jeder Tag ist anders und bringt etwas Neues. Da beispielsweise jeder Bruch anders ist, fordert der Beruf auch viel Kreativität und Tüfteln“, sagt Hannah Hinnenkamp.

Die Tätigkeit im OP-Funktionsdienst bringt jedoch auch Herausforderungen mit sich, weiß Christine Saloschin: „Durch den Unfall-Schwerpunkt kommen schwer- und schwerstverletzte Menschen zu uns in den OP. Das zu sehen kann sehr belastend sein. Außerdem kann es im OP zu Extremsituationen kommen, weil es gilt, ein Menschenleben zu retten. Deswegen muss die Tätigkeit im Funktionsdienst eine Berufung sein.“ Im Umgang mit herausfordernden Situationen hilft vor allem das Miteinander im Team. Deswegen wird im BGKH viel Wert darauf gelegt: Mit gemeinsamem Frühstück, Waffeln backen oder Wichteln wird der Teamgeist gestärkt. „Für neue Mitarbeitende gibt es zudem

eine umfassende Einarbeitung, um sie gut ins Team zu integrieren“ ergänzt Christine Saloschin.

Wer im OP-Funktionsdienst arbeiten möchte, hat zwei mögliche Wege: „Wer weiß, dass er oder sie im OP arbeiten möchte, kann sich direkt für die dreijährige Ausbildung zur Operationstechnischen Assistenz (OTA) – beispielsweise bei uns – entscheiden“, so Hannah Hinnenkamp. Ausbildung wird am BG Klinikum großgeschrieben: Um die angehenden OTAs bestmöglich zu betreuen gibt es freigestellte Hauptamtliche Praxisanleitende, die sich ganz auf die fachliche Anleitung der Auszubildenden konzentrieren. Wer zunächst eine Ausbildung zur Pflegefachkraft beginnt und währenddessen feststellt, dass das Herz für die Arbeit im OP schlägt, findet über einen etwas längeren Weg zum Ziel: „Mit abgeschlossener Ausbildung zum Pflegefachmann oder zur Pflegefachfrau und zwei Jahren Berufserfahrung im OP kann dann eine Fachweiterbildung gemacht werden, um dauerhaft im OP zu arbeiten“, erklärt Christine Saloschin.

Text & Fotos: Unternehmenskommunikation
BG Klinikum Hamburg



LOKALE LÖSUNGEN FÜR DEN KLIMAWANDEL!

Starkregenereignisse nehmen auch in Boberg spürbar zu. Wir GRÜNE setzen uns für eine nachhaltige, klimaresiliente Stadtgestaltung ein, die Wasser- und Grünräume intelligent vernetzt und Mensch wie Umwelt schützt:

- **Entsiegelung und Schwammstadt-Prinzip:** Statt Beton fördern wir begrünte Flächen, die Wasser aufnehmen, speichern und langsam abgeben.
- **Vernetzung von Grün- und Wasserachsen:** Durchgehende Grünzüge sorgen für Kühlung, Artenvielfalt und kluge Wasserlenkung im Stadtteil.
- **Bürgerfreundliche Gestaltung:** Wege, Spiel- und Aufenthaltsräume sollen robust, naturnah und wetterangepasst gestaltet werden – für alle Generationen.

Wir GRÜNE Fraktion Bergedorf stehen für ein integratives Regenwassermanagement, das Klimavorsorge, Lebensqualität und Naturschutz zusammenbringt: auch in Boberg.

www.gruene-bergedorf.de





Hej Hej Allesamt!

BEI UNS VOR DER TÜR

Cloud Dancer

Hey Nachbarn!

Ich wollte euch mal einen kleinen Einblick in die Welt der Pantone Farben geben – für die, die etwas auf dem Laufenden sein wollen. Vielleicht hast Du schonmal gehört, dass es immer eine „Farbe des Jahres“ gibt, und das ist 2026 ein echter Hingucker: „Cloud Dancer“.

Cloud Dancer ist ein zarter Ton, Weiß mit einem kleinen Touch Grau, das würde ich sagen, oder ein Offwhite-Farbton, der irgendwie ein Gefühl von Ruhe und Harmonie vermittelt. In der Mode eine sehr brauchbare Farbe, die fast jeder Garderobe balancieren kann.

„Aber Sarit, so einen Ton kann ja wohl kaum jedem gut stehen?“

Ja, das stimmt, lass es mich erklären:

Sommertyp: Das Original Cloud Dancer ist tatsächlich eine Sommerfarbe. Hier kommen sowieso mattere, kühle Farben ins Spiel – entspannt und gleichzeitig lebendig. Perfekt für die Garderobe eines Sommertyps!

Wintertyp: Kalte, strahlende Töne sind hier der Renner! Sie bringen Frische und einen eleganten Touch. Also würde ich dem Wintertyp strahlendes Weiß vorschlagen und die Eistöne, natürlich. Das ist Weiß mit einem Tropfen Farbe wie Blau, Lila, Rosa oder Grün.

Frühlingstyp: Eine cremigere Variante von Cloud Dancer oder Ivory könnte euren Style aufblühen lassen und Frische ins Spiel bringen. Sehr on-trend!

Herbsttyp: Cloud Dancer als Oyster, die Farbe, die einfach wie ungefärbtes Leinen wirkt, sorgt



für geschmackvolle Eleganz. Und wenn du ein Herbsttyp bist, dann wird dir auch ein kräftiges Cream besser stehen als andere Weißtöne.

Egal, welcher Typ du bist, wenn du dich hieran hältst, kann Cloud Dancer das gewisse Extra in deine Looks zaubern. Ich stelle mir auch in den Sommermonaten ein monochromes Outfit in Cloud Dancer vor, das wird unglaublich elegant und gleichzeitig lässig.

Unserem Stil, unserer Kleiderschränke und der Umwelt zuliebe werden wir am Sonntag, den 3. Mai, wieder ein „Kleidertausch“-Event veranstalten. Jeder ist willkommen, wir werden uns aber erstmal auf Frauenkleidung konzentrieren. Eine Anmeldung ist erforderlich. Für mehr Infos schreib mich bitte an: kolumne@heybeautiful.eu.

**Bis bald,
Sarit**

Wie immer freue ich mich über dein Feedback.
kolumne@heybeautiful.eu

hey beautiful



Was Sie schon immer über Augen wissen wollten!

Kerstin Berthold
Augenoptik-Meisterin



Können alle Menschen räumlich sehen?

Unser Leben findet in 3D statt. Wir nehmen unsere Umgebung dreidimensional wahr, und mit spezieller Technik wird das räumliche Sehen auch ins Kino, aufs Smartphone und auf die Spielekonsole gebracht. Die Fähigkeit, die Umgebung dreidimensional wahrzunehmen, wird auch „stereoskopisches Sehen“ genannt und ist für die meisten Menschen ganz selbstverständlich. Durch das räumliche Sehen kann die Größe von Gegenständen ebenso eingeschätzt werden wie Entfernungen. So lässt sich der Bleistift auffangen, der vom Schreibtisch gerollt ist, und die zusammengeknüllte alte Einkaufsliste mit einem gezielten Wurf im Papierkorb versenken. Aber können das alle Menschen?



Räumliches Sehen ist nicht angeboren

So selbstverständlich das dreidimensionale Sehen zu sein scheint, es wird nicht von Geburt an beherrscht. Es muss erst erlernt werden. Dies geschieht in den ersten Monaten nach der Geburt mit Hilfe von visuellen Reizen. Aber wie kommt es überhaupt dazu?

Mit einem Auge allein lässt sich nur zweidimensional sehen. Doch wenn beide Augen ein Objekt betrachten, fügt das Gehirn die beiden leicht versetzten Bilder zu einem dreidimensionalen Bild zusammen – wir sehen räumlich. Dafür muss das Gehirn zwei Bilder erhalten, die die gleiche Qualität haben.

Warum können manche Menschen nicht räumlich sehen?

Unser Gehirn leistet eine Art von Auto-Zensur. Das dreidimensionale Sehen ist dann beeinträchtigt,

wenn sich die Bilder, die die Augen dem Gehirn liefern, zu sehr voneinander unterscheiden. Besonders im Kleinkindalter kann es also sein, dass das räumliche Sehen von einer Sehschwäche oder durch ein Schielen beeinträchtigt wird. Das Gehirn kehrt dann das schwächere, störende zweite Bild einfach unter den Teppich. So kann sich die Sehleistung des schwächeren Auges nicht richtig entwickeln. Auf diesem Auge kann es zur sogenannten Amblyopie, einer Schwachsichtigkeit, kommen. Wird dieser Sehfehler früh erkannt, kann er korrigiert werden. Das geschieht dann oftmals mit einem Augenpflaster, mit dem das stärkere Auge abgeklebt wird. So kann das Schwächere trainiert werden – ein bekanntes Bild. Eine solche Fehlsichtigkeit sollte im Idealfall bis zum dritten Lebensjahr erkannt werden, um sie erfolgreich zu korrigieren.

Bleiben diese Sehfehler jedoch unbemerkt, so wirken diese sich auf das räumliche Sehen für den Rest des Lebens aus. Die Sehkraft lässt sich auf dem schwächeren Auge nicht wiederherstellen und das Sehen bleibt zweidimensional. Auch wenn aus anderen Gründen die Sehfähigkeit eines Auges verloren geht, ist dreidimensionales Sehen nicht möglich. So kann der ehemalige Fußball-Nationalspieler Wilfried Hannes aufgrund eines Tumors seit seiner Kindheit nur mit einem Auge sehen. Er zählt somit zu den etwa 5 % der Deutschen, die nur zweidimensional sehen können.

Normaler Alltag auch in 2D

Auch wenn ein echtes räumliches Sehen mit den Informationen von nur einem Auge nicht

funktioniert: ein normaler Alltag ist trotzdem möglich. Das gelingt aufgrund von Licht und Schatten sowie durch Farbabstufungen, welche Aufschluss über die Räumlichkeit geben können. Nicht zuletzt sind es auch Erfahrungswerte, die etwas über Größen und Entfernungen verraten. Das zweidimensionale Sehen mag mit Einschränkungen einhergehen, beispielsweise was die Möglichkeit betrifft, bestimmte Berufe zu ergreifen. Im Zweifel kann man es aber immer halten wie Wilfried Hannes, der sich auch ohne räumliches Sehen nicht von seinen Zielen abhalten ließ: in der Bundesliga kickte er trotzdem 62 Mal das Leder zielgenau ins gegnerische Netz.

Quelle: Kuratorium für gutes Sehen



NEU: Schwangerschaftsmassage

60 Minuten

85 €

90 Minuten

120 €

Nimm Dir Zeit für Dich

- Klassische Massagen
- Fußreflexzonenmassage
- Arömaölmassagen
- Ernährungscoaching
- Kosmetische Lymphdrainage



JOHANNA RASCHE
KÖRPERTHERAPIE

Schulstraße 30 | 22113 Oststeinbek/Havighorst
Tel: 0174 – 1792909 | www.jr-koerpertherapie.de
Termine nach Vereinbarung – telefonisch oder online





BERICHTE AUS DEM

Boberger Dünenhaus

Leben ist Wandel

Die Natur und die Evolution machen es uns vor: das Leben ist ein ständiger Prozess des Änderns und Entwickelns, Veränderung bedeutet Bewegung und Zukunft. Auch das Boberger Dünenhaus bricht für alle deutlich sichtbar in die Zukunft auf und verändert mit dem geplanten Seminarbau „Dünenforum“ nicht nur seine äußere Gestalt, sondern erweitert mit dem Naturerfahrungsraum auch sein pädagogisches Angebot. Selbst vor den Mitarbeitenden macht der Wandel nicht halt.

Changing of the Nature Guards

Nach vielen Jahren engagierter Arbeit im Boberger Dünenhaus hat sich **Karen Elvers** ihrem Lieblingsthema der Museumspädagogik gewidmet und ihr ganzes naturpädagogisches Knowhow in die neue Ausstellung „Naturraum HafenCity – zwischen Elbe und Asphalt“ eingebracht. Der neue Ausstellungsort der Loki Schmidt Stiftung in der HafenCity ist so nun zu einem beeindruckenden Erlebnis für die Besucher geworden. Dem Dünenhaus bleibt sie noch eine Weile erhalten und begleitet erfahren die bauliche Vollendung des Dünenforums.

Die Leitung des Dünenhauses hat **Karen Elvers** am 1. November 2025 an die Biologin und Naturpädagogin **Stefanie Jakob** übergeben, die zusammen mit **Dr. Ann-Carolin Meyer** und **Dr. Bettina Schröppel**, das neue Trio im Boberger Dünenhaus bildet.

Doch wer sind diese drei Powerfrauen? Woher kommen sie, was treibt sie an und wohin soll das Dünenhaus reisen?

Im Portrait

Stefanie Jakob

„Aufgewachsen in Bergedorf hat mich die Natur seit meiner Kindheit begleitet – ob beim Vogelbeobachten, Erkunden der Elbauen oder beim Bestaunen seltener Pflanzenarten während des Schülerpraktikums im Boberger Dünenhaus. Diese Natur-Begeisterung führte mich zum Biologiestudium, in dem ich meine Masterarbeit dem gefährdeten Schierling-Wasserfenchels widmete. Nach dem Studium arbeitete ich als Ornithologin in einem Umweltplanungsbüro. Doch im August 2023 kehrte ich als Naturpädagogin ins Dünenhaus zurück – und erlebte, wie bereichernd es ist, Menschen für Natur, Artenvielfalt und Klimaschutz zu begeistern. Die Leitung des Dünenhauses ist für mich eine Herzaufgabe und bedeutet den besonderen Charakter des Hauses zu bewahren, weiterzuentwickeln und für möglichst viele Menschen zugänglich zu machen.“





Dr. Ann-Carolin Meyer

„Aufgewachsen in Bremen habe ich Forstwissenschaften studiert und mich intensiv mit den Auswirkungen des Klimawandels auf Fichten beschäftigt. Als Waldpädagogin habe ich mich mit einer Natur- und Experimentwerkstatt für Kinder selbstständig gemacht und viele Erfahrungen mit Kindern gesammelt. Ich bin Mutter von drei Kindern. Meine Begeisterung für die Natur und ihre Lebewesen mit Menschen zu teilen, bereichert mich sehr. Pädagogische Konzepte mit Hand und Herz in der Tradition von Loki Schmidt neu zu entwickeln, Kinder und Erwachsene auf Augenhöhe mitzunehmen in die aufregende Welt der Natur, sie zu erleben und für ihren Schutz zu sensibilisieren ist immer wieder mein Ansporn. Nicht zuletzt fühle ich mich der unglaublich schönen Boberger Niederung mit ihren Dünen, Heiden, Mooren und Wälder tief verbunden.“



Dr. Bettina Schröppel

„Aufgewachsen in der Nähe von München habe ich Forstwissenschaft und Bildungswissenschaft studiert und bin Mutter von zwei Kindern. Meine bisherigen, überwiegend wissenschaftlichen Tätigkeiten lagen in Bereichen wie der Bildung für Nachhaltige Entwicklung. Es bereichert mich sehr, Kinder und Jugendliche zu begleiten, die Natur zu entdecken, zu forschen, gemeinsam über die Natur zu philosophieren und sich gemeinsam für Klima- und Naturschutz stark zu machen. Seit Jahren bin ich bereits für das Dünenhaus als Teamerin für Naturforscher- und Naturentdecker-Gruppen tätig und konnte so schon oft miterleben, wie begeistert Kinder die Natur erforschen. Seit Juni 2025 bin ich nun Teil des Dünenhaus-Teams und freue mich sehr darauf, mich dort auch weiterhin in der Umweltbildung zu engagieren und Menschen für den Schutz unserer Natur zu begeistern“.

Text und Fotos: Team Dünenhaus

Ankündigung von Veranstaltungen

Sind Sie gern in der Natur unterwegs und haben Interesse daran, Vorschulkindern die Besonderheiten der Fischbeker Heide, der Boberger Niederung oder der Hamburger HafenCity zu zeigen? Ab September besteht die Möglichkeit, eine unserer NaturForscher- oder NaturEntdecker-Gruppen für zunächst ein Jahr durch die Natur zu begleiten. Informieren Sie sich bei unserem kostenlosen digitalen Info-Abend am 10. April 2026.

Anmeldung und Infos unter 040 – 739 312 66 oder boberg@loki-schmidt-stiftung.de sowie https://loki-schmidt-stiftung.de/akademie/weiterbildungen#jump_teamer-innen.



Trotz Baumaßnahmen sind wir für Sie da: Buchen Sie eine unserer Veranstaltungen oder nehmen Sie an einer unserer Exkursionen teil. Wir freuen uns auf Sie!

Das Boberger Dünenhaus der Loki Schmidt Stiftung, Boberger Furt 50, Tel. 040 – 739 312 66, Mail: boberg@loki-schmidt-stiftung.de.

Was eine Trauerfeier stimmig macht



Viele Angehörige kommen mit einer klaren Vorstellung zu uns. Andere haben gar keine. Beides ist völlig in Ordnung. Denn eine Trauerfeier ist nichts, das man planen kann wie ein Fest. Sie entsteht aus dem Menschen, um den es geht, und aus den Menschen, die Abschied nehmen.

In meiner Arbeit als Bestatter und Redner erlebe ich oft, dass Familien zunächst nach dem Richtigen suchen. Nach dem passenden Ablauf. Nach den richtigen Worten. Nach einer Form, die dem Moment gerecht wird. Doch Stimmigkeit entsteht selten durch Vorgaben. Sie entsteht, wenn man zuhört und wahrnimmt, was wirklich wichtig ist.

Manchmal ist es Musik, die Erinnerungen weckt. Manchmal sind es Geschichten, die jemand erzählt. Und manchmal ist es einfach die Ruhe im Raum. Eine

Trauerfeier fühlt sich dann stimmig an, wenn sie nicht versucht, etwas darzustellen, sondern wenn sie ehrlich ist. Wenn sie Raum lässt für Trauer, für Dankbarkeit und für das, was gesagt werden möchte.

Viele Angehörige haben Sorge, etwas falsch zu machen. Dabei gibt es kein festes Maß. Es gibt nur die Frage, ob sich der Abschied richtig anfühlt. Nicht für andere. Sondern für die Familie selbst. Wenn Menschen am Ende sagen können, das war genau so, wie es gepasst hat, dann war es stimmig.

Bei Maier-Busse Bestattung und Vorsorge begleiten wir Familien genau auf diesem Weg. Wir hören zu. Wir stellen Fragen. Und wir nehmen uns Zeit, gemeinsam herauszufinden, was trägt. Nicht laut. Nicht festgelegt. Sondern Schritt für Schritt.

Im Rückblick erinnern sich viele nicht an Details. Sie erinnern sich an das Gefühl. Daran, dass der Abschied Raum hatte. Dass er persönlich war. Und dass er sich richtig angefühlt hat. Das ist es, worum es geht.

Hendrik-C. Maier
Bestattermeister und Redner bei
Maier-Busse Bestattung und Vorsorge

Termine und Vorträge:

Mi., 25. Februar, 16:30 Uhr
HASPA Glinde
„Ohne Kinder- Was geregelt sein sollte! Ein Vortrag über Vorsorge, Vollmachten und Testament bei komplexen Familien“

Do., 5. März, 18:30 Uhr
HASPA Barsbüttel
„Hilfe, meine Eltern werden alt! Und ich habe (noch) nichts geregelt!“
Jetzt anmelden:

Rufen Sie uns gerne an 040. 730 18 50

Sie finden uns auch in:

Oststeinbek | Glinde | Bergedorf | Barsbüttel

www.Maier-Busse.de

MB
Maier-Busse
Bestattung & Vorsorge

Christus-Kirchengemeinde Lohbrügge

Gnadenkirche

Freitag	27. März	15.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Gründonnerstag	2. April	19.00 Uhr,	Agape Mahl, Pn Ellen Drephal
Freitag	10. April	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Freitag	17. April	15.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Freitag	24. April	15.00 Uhr	Vergissmeinnicht Gottesdienst, Pn Ellen Drephal, Pn Maren Wichern und Team
Freitag	8. Mai	15.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Freitag	15. Mai	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Freitag	22. Mai	15.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Freitag	29. Mai	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Freitag	5. Juni	15.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Freitag	12. Juni	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Freitag	19. Juni	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Freitag	26. Juni	15.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal

Erlöserkirche

Sonntag	29. März	10.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Karfreitag	3. April	15.00 Uhr	Gottesdienst zur Todesstunde mit der Kantorei, P Thomas Reinsberg
Samstag	4. April	19.00 Uhr	Osterfeuer im Gemeindegarten an der Erlöserkirche
		23.00 Uhr	Osternacht, P Thomas Reinsberg
Ostersonntag	5. April	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal mit Abendmahl
Sonntag	12. April	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Sonntag	19. April	10.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Sonntag	26. April	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Sonntag	3. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Angelika Meyer
Sonntag	10. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas, Reinsberg
Sonntag	17. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Pfingstsonntag	24. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg
Sonntag	31. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst, Pn Ellen Drephal
Sonntag	7. Juni	10.00 Uhr	Gottesdienst, P Thomas Reinsberg

Dorfanger Boberg (vor dem CLIPPO Boberg, Bockhorster Weg 3a)

Sonntag	21. Juni	11.00 Uhr	Ökumenischer open Air Gottesdienst zur Fahrradstern- fahrt, Diakon Stefan Mannheimer und Pn Ellen Drephal
---------	----------	-----------	--

Seniorenachmittag an der Gnadenkirche, jeweils 14:30 Uhr: 4.3., 1.4., 6.5., 3.6.

Seniorenkreis an der Erlöserkirche, jeweils 15:00 Uhr: 26.3., 29.4., 27.5.

Gemeindebüro Schulenburgring 168, 040 7386521, buero@chkgl.de

Öffnungszeiten: Montag 10 – 12 Uhr; Mittwoch 17 – 18.30 Uhr; Freitag 10 – 12 Uhr

Pastorin Drephal 040 71007940 ellen.drephal@chkgl.de

Pastor Reinsberg 040 7388284 thomas.reinsberg@chkgl.de

Änderungen vorbehalten.

Pfarrei Heilige Elisabeth – St. Marien, St. Christophorus & Edith-Stein-Kirche

Gottesdienste von Palmsonntag bis Ostermontag

Edith-Stein-Kirche

Palmsonntag	29. März	9.00 Uhr	Eucharistiefeier
		18.00 Uhr	Eucharistiefeier
Gründonnerstag	2. April	20.00 Uhr	Feier vom letzten Abendmahl
Karfreitag	3. April	10.00 Uhr	Kinderkreuzweg
		10.45 Uhr	bis 12.00 Uhr Beichtgelegenheit
Osternacht	4. April	14.00 Uhr	bis 16.00 Uhr Speisensegnung
Ostersonntag	5. April	9.00 Uhr	Eucharistiefeier
		16.30 Uhr	Eucharistiefeier in poln. Sprache
Ostermontag	6. April	9.00 Uhr	Eucharistiefeier
		16.30 Uhr	Eucharistiefeier in poln. Sprache

St. Christophorus

Samstag	28. März	18.00 Uhr	Familiengottesdienst
Karfreitag	3. April	10.00 Uhr	Kinderkreuzweg
		15.00 Uhr	Feier vom Leiden und Sterben Jesu Christi Anschl. Beichtgelegenheit
Ostersonntag	5. April	9.00 Uhr	Eucharistiefeier
Ostermontag	6. April	9.30 Uhr	Eucharistiefeier

St. Marien

Palmsonntag	29. März	11.00 Uhr	Eucharistiefeier
Karsamstag	4. April	22.00 Uhr	Feier der Osternacht (mit Erwachsenentaufen) Anschl. Beisammensein
Ostersonntag	5. April	11.00 Uhr	Eucharistiefeier
Ostermontag	6. April	11.00 Uhr	Eucharistiefeier
			Anschl. Kirchenkaffee mit Kinderüberraschung

KINDERKIRCHENTAGE 2026

„Mensch Mose, bewege dich!“ lautet das Thema der diesjährigen Kinderkirchentage.

Die alttestamentliche Geschichte von Mose und den Israeliten bildet den biblischen Rahmen für die Reflexion persönlicher Erfahrungen des Unterwegsseins im Alltag und im Glauben. So begeben wir uns auf eine gemeinsame Entdeckungsreise und werden dabei natürlich Freude und Freundschaft, Spaß und Kreativität, nicht zu kurz kommen lassen.

Die KKT beginnen am Donnerstag, dem 9. Juli 2026 um 10.00 Uhr und enden am Sonntag, dem 12. Juli 2026 gegen 17.00 Uhr – in diesem Zeitraum ist das Gelände rund um Kirche, Kindergarten und Gemeindehaus in Glinde wieder fest in Kinderhand.

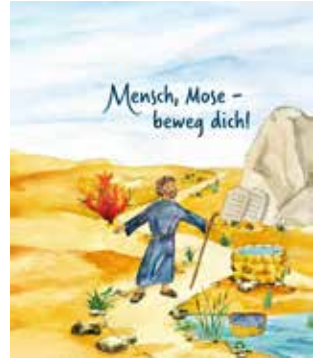
Alle Kinder zwischen 5 und 13 Jahren sind ganz besonders herzlich eingeladen, sich auch begeistern zu lassen. Alle, die 14 Jahre oder älter sind, dürfen bei dem KKT-Spaß als Helfer natürlich auch voll dabei sein. Wir brauchen an ganz unterschiedlichen Stellen tatkräftige Unterstützung, z.B. auch bei Küchendiensten, Kuchen backen, Grillen ...

Pfarrei Heilige Elisabeth – St. Marien, St. Christophorus & Edith-Stein-Kirche

Die meisten Kinder übernachten mit Schlafsack und Luftmatratze im Gemeindehaus. Zu den heiligen Engeln in Glinde. Wer lieber zu Hause schlafen möchte, nutzt einfach das „Tagesprogramm“. **Am Sonntag, dem 12. Juli 2026 um 11.00 Uhr sind dann auch alle Eltern zum Open-Air Familiengottesdienst eingeladen.**

Der Teilnahmebeitrag beträgt ohne Übernachtung 30 €, mit Übernachtung 40 €. Für Geschwisterkinder gibt es eine Ermäßigung in 5 € - Schritten. Einzelfallregelungen für Ermäßigungen sind natürlich möglich. Genauso gerne nehmen wir Spenden zur Unterstützung der KKT entgegen.

Wir freuen uns auf viele Kinder und Helfer aus der ganzen Pfarrei Heilige Elisabeth und darüber hinaus. Anmeldung bei Diakon Stefan Mannheimer | Telefon 040 71 48 64 66 | E-Mail mannheimer@pfarrei-heilige-elisabeth.de | Riehlstraße 64 | 21033 Hamburg



Ökumenischer Kreuzweg | 29.03.2026 | KZ-Gedenkstätte Neuengamme

Seit 1983 geht und betet die katholische Gemeinde St. Marien in Bergedorf am Palmsonntag den Kreuzweg rund um das Gelände des ehemaligen Konzentrationslagers Neuengamme. Dazu sind auch alle anderen christlichen Nachbargemeinden eingeladen.

Wir verbinden das Gedächtnis der über 100.000 Menschen, die dort (einschließlich der 85 Außenlager) zwischen 1938 und 1945 inhaftiert und gequält wurden – und von denen 42.900 umgekommen sind – mit der Erinnerung des Leidens und Sterbens Jesu Christi.

Durch die Lesung von Zeugnissen überlebender Häftlinge, im Hören auf die Passion Jesu nach dem Markus-Evangelium und durch das Beten der Psalmen soll aus diesem Ort des Schreckens und der Gewalt ein Ort der Versöhnung und der Hoffnung werden. Wir – unser Land und unsere Welt – kann es brauchen: Erinnerung – Versöhnung – Hoffnung.



Skulptur: Françoise Salmon, „Der sterbende Häftling“, Mahnmal in der Gedenkstätte Neuengamme
Foto: Charlotte Kegler

Der Kreuzweg beginnt am Palmsonntag, dem 29. März 2026, um 17 Uhr am "Lagerbahnhof"; er dauert knapp 2 Stunden und endet am Ehrenmal. Warme Kleidung wird dringend empfohlen.

Anfahrt

ÖPNV: S-Bahnhof Bergedorf (S2), anschließend Bus 127, 227 (bis "KZ-Gedenkstätte, Ausstellung")

Auto: Autobahn A 25, Ausfahrt Curslack, dann der Ausschilderung folgen.

Pfarrei Heilige Elisabeth, Reinbeker Weg 8, 21029 Hamburg-Bergedorf

Tel.: 040 – 721 6000, bergedorf@pfarrei-heilige-elisabeth.de

Pfarrbüro in Bergedorf /St. Marien: Montag 9:00 – 11:30 Uhr, Dienstag 11:00 – 13:00 Uhr, Donnerstag 9:00 – 13:00 Uhr, Freitag 8:30 – 11:30 Uhr

Auferstehungskirche in Oststeinbek

Gottesdienste und besondere Termine

Sonntag	29. März	10.00 Uhr	Gottesdienst
Gründonnerstag	2. April	19.00 Uhr	Agape-Feier
Karfreitag	3. April	15.00 Uhr	Andacht
Ostersamstag	4. April	23.00 Uhr	Taufen der Konfirmandinnen und Konfirmanden in Kirchsteinbek
Ostersonntag	5. April	5.45 Uhr	Osterandacht
		10.00 Uhr	Festlicher Gottesdienst mit Projektchor unter der Leitung von Maria Dittmann
Sonntag	12. April	18.30 Uhr	Gottesdienst
		15.00 Uhr	bis 17.00 Uhr Sonntagscafé im Gemeindehaus
Sonntag	19. April	10.00 Uhr	Musikgottesdienst mit Petar Karagenov
Sonntag	26. April	10.00 Uhr	Gottesdienst
Sonntag	3. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst
Sonntag	10. Mai	10.00 Uhr	Maibaumgottesdienst
Sonntag	17. Mai	10.00 Uhr	1. Konfirmation
Samstag	23. Mai	18.30 Uhr	Konzert „Unbeachtet“ mit Petar Karagenov
Sonntag	24. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst mit und in Mümmelsmannsberg – kein Gottesdienst in Oststeinbek
Samstag	30. Mai	11.00 Uhr	2. Konfirmation
Sonntag	31. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst
Sonntag	7. Juni	10.00 Uhr	Gottesdienst
Sonntag	14. Juni	10.00 Uhr	Gottesdienst
Samstag	20. Juni	16.00 Uhr	Konzert für Kinder mit Petar Karagenov
Sonntag	21. Juni	10.00 Uhr	Gottesdienst

*Jeden Sonntag findet um 10.00 Uhr ein Gottesdienst
in der Auferstehungskirche/Gemeindehaus Oststeinbek statt!

Aktuell

Ab dem 01.04.2026 ändern sich die Öffnungszeiten des Kirchenbüros:

Dienstag	10.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 15.30 Uhr
Donnerstag	10.00 bis 12 Uhr und 16.00 bis 18.00 Uhr
Freitag	10.00 bis 12.30 Uhr

Termine nach telefonischer Vereinbarung möglich

Montag und Mittwoch geschlossen

Kirchenbüro: Stormarnstraße 1, 22113 Oststeinbek, Tel.: 040 / 714 868 10
eMail: oststeinbek@kirche-in-steinbek.de, www.kirche-in-steinbek.de

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Marschlande (seit 1. Januar 2026)

Gottesdienste in St. Nikolai Billwerder

Bitte die verschiedenen Anfangszeiten beachten.

Sonntag	29. März	18.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Ostersonntag	5. April	10.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Sonntag	26. April	10.00 Uhr	Konfirmation, Gottesdienst mit Pastor Michael Ostendorf
Sonntag	17. Mai	18.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Sonntag	07. Juni	18.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Michael Ostendorf

Gottesdienste Pflegen & Wohnen Moosberg

Mittwoch	25. März	10.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Mittwoch	22. April	10.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Mittwoch	27. Mai	10.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz
Mittwoch	24. Juni	10.00 Uhr	Gottesdienst mit Pastor Matthias Mannherz

Offene Kirche

Sonntag	31. Mai	11.30 Uhr	bis 16.00 Uhr
----------------	----------------	------------------	----------------------

Kirchenmusik in St. Nikolai Billwerder

Sonnabend, 16. Mai, 18 Uhr

„LOOK AT THE WORLD“ – Chormusik zur Feier der Natur

Klassik, Gospel, schwedische Folklore, Frühlingslieder

Zu Gast ist der Marien-Chor aus Snöstorp/Halmstad, Schweden

Jessica Agbrant, Leitung Stefan Wikrén, Klavier



Dienstag, 2. Juni, 19.30 Uhr

CHORKONZERT

mit Werken von Mendelssohn, Gjeilo, Mauersberger u.a.

Zu Gast ist die Christopherus Kantorei aus Altensteig mit dem Konzertchor des Christophorus-Gymnasiums – unter der Leitung von Carina Engel. Es lohnt sich vorbeizukommen!

Weitere Informationen unter:

<https://www.christophorus-kantorei.de>



Kirchenbüro (neu): Moorfleeter Kirchenweg 64, 22113 Hamburg, Tel.: 040-78 75 29

Bürozeiten Mo, Di, Do, Fr 9-12 Uhr und Di + Do 14 – 17 Uhr.

Außerdem telefonisch oder nach Vereinbarung.

info@kirche-marschlande.de, www.kirche-marschlande.de

Pfarramt: Pastor Michael Ostendorf, Tel.: 0179-244 07 62, E-Mail: info@pastor-x.de

Änderungen vorbehalten.

Auferstehungskirchengemeinde Lohbrügge

Ostern 2026



Wenn du Lust auf echte Hoffnungsmomente hast und Ostern in einer lebendigen Gemeinschaft feiern willst, dann bist du bei uns am KAP genau richtig!

Gemeinschaft am Tisch: Agape-Mahl

Do 2. April | 19:00 Uhr

Wir rücken zusammen: Am Gründonnerstag laden wir zu einer besonderen Tischgemeinschaft ein. Wir teilen beim Abendmahl Brot, Wein &

Traubensaft und genießen ein buntes Mitbring-Bufferet. Die Gemeinde stellt die Getränke – wir freuen uns, wenn du eine Kleinigkeit für das Buffet beisteuerst (egal ob Salat, Aufstrich oder Fingerfood). Ein Abend, der Leib und Seele stärkt!

Taizé-Andacht: Stille und Klang

Fr 3. April | 11:00 Uhr

Meditative Gesänge, Stille und Momente zum Innehalten. Hier wird nichts schöngeredet, hier darfst du einfach sein – mit dem, was dich bewegt, aufwühlt oder sprachlos macht. Wenn du Ruhe oder Trost suchst, bist du hier genau richtig.

Vom Dunkel ins Licht: Die Osternacht

So 5. April | 06:00 Uhr

Wir beginnen in der morgendlichen Stille und feiern gemeinsam den Sieg des Lebens über den Tod. Sei dabei, wenn das erste Licht den Tag begrüßt! Im Anschluss laden wir herzlich zum gemeinsamen Osterfrühstück ein. Damit wir besser planen können, freuen wir uns über eine Anmeldung zum Frühstück (z. B. via WhatsApp oder im Büro). Spontan Entschlossene sind natürlich ebenso willkommen!

Ostern: Wir feiern das Leben!

So 5. April | 11:00 Uhr – mit Abendmahl und als Livestream

Neuanfang und neues Leben – das wollen wir feiern! Wir laden dich ein zu einem Festgottesdienst für alle Generationen mit lebendiger Musik und fröhlichem Miteinander. Im Anschluss gibt es eine große Ostereiersuche rund um die Kirche. Für Jung und Alt, für Familien und Alleinstehende – für dich!

„Let it be“ – Beatles-Gottesdienst – Vom Welthit zum Wort Gottes

Wenn du zeitlose Beatles-Welthits im Chorgewand liebst und entdecken willst, wie viel Evangelium in diesen Pop-Klassikern steckt, dann darfst du diesen Vormittag nicht verpassen!

Manchmal braucht es nur ein paar Akkorde, um uns mitten ins Herz zu treffen. Die Songs der Beatles sind Weltkulturerbe – doch was passiert, wenn wir ihre Texte als Sprungbrett nutzen, um tiefer in die Bibel einzutauchen? In diesem Gottesdienst nehmen wir die Sehnsucht nach Trost in „Let it Be“ oder die Melancholie von „Yesterday“ wörtlich und suchen nach den biblischen Antworten dahinter. Gemeinsam mit dem KAP-Chor lassen wir die Klassiker klingen und entdecken, wie aktuell die Botschaft der Bibel in unseren Lieblingsliedern wird.

So 12. April – 11:00 Uhr • So 19. April – 11:00 Uhr – mit Livestream • So 03. Mai – 11:00 Uhr

Auferstehungskirchengemeinde Lohbrügge

Oper im Gottesdienst: Zwischen Drama & Erlösung

Wenn du Lust hast, musikalisch eine emotionale Bandbreite an Gefühlen zu erleben und Gottvertrauen im Drama suchst, dann bist du hier goldrichtig! Sobald Musik und Szene ineinanderfließen, wird Glaube emotional greifbar. Wir verknüpfen dramatische Opernszenen, in denen Figuren in höchster Not nach Gott rufen, mit unseren eigenen Fragen nach Vertrauen und der Sehnsucht nach Begleitung. Erlebe die Sopranistin Hanna Ramminger, die diesen Rollen mit ihrer Stimme eine besondere Hingabe und Ausdruckskraft verleiht. Gemeinsam mit der Pianistin Camille Lemonnier, beide sonst auf Bühnen wie der Laeiszhalle, der Elbphilharmonie und der Staatsoper Hamburg zu erleben, bringt sie die großen Gefühle der Operndivas direkt zu uns in die Kirche. Ein Gottesdienst voller Tiefe, der zeigt: Gott ist auch im größten Drama an unserer Seite.

So 26. April – 17:00 Uhr – mit Livestream • So 10. Mai – 17:00 Uhr • So 28. Juni – 11:00 Uhr

Drei ??? – Viele Antworten?

Wenn die drei ??? bei dir Nostalgie wecken oder du einfach Lust auf eine spannende Ermittlung hast, dann bist du hier genau richtig! Justus Jonas, Peter Shaw und Bob Andrews lösen seit Jahrzehnten jeden Fall und begleiten viele von uns bis heute in den Schlaf. In diesem Gottesdienst begeben wir uns auf Spurensuche: Es geht um knifflige Rätsel, Wagemut und unerwartete Wendungen. Was hat die Detektivarbeit aus Rocky Beach eigentlich mit unserem Glauben zu tun? Wir suchen nach Antworten und übernehmen jeden Fall – auch die zwischen Himmel und Erde.

So 17. Mai – 11:00 Uhr • Pfingstmontag 25. Mai – 17:00 Uhr • So 21. Juni – 11:00 Uhr – mit Livestream

Manege frei! – „The Greatest Showman“-Gottesdienst

Gott liebt dich, wie du bist – und sieht, wer du werden kannst.

Der erste Trommelschlag erfüllt die Kirche – und plötzlich öffnet sich eine Welt voller Mut, Farben und Hoffnung. Für einen Gottesdienst lang verwandelt sich die Auferstehungskirche in eine Manege, in der Menschen erfahren dürfen, wie viel in ihnen steckt. Wer mag, darf gern Kleidung im Stil des 19. Jahrhunderts tragen und so noch tiefer in die Atmosphäre des Films eintauchen. Wie im Film begegnen wir Geschichten von Menschen, die lange übersehen wurden – und ihren Wert neu entdecken. Getragen von der kraftvollen Musik von „The Greatest Showman“ fragen wir: Wer bin ich? Und welche Träume hat Gott längst in mir entfacht? Und dann darf es passieren: ein Funke, der überspringt. Ein Mut, der in dir wach wird. Ein Schritt, der sagt: „Das ist der Anfang. Das bin ich. Und ich gehe weiter.“

So 31. Mai – 11:00 Uhr – mit Livestream • So 07. Juni – 17:00 Uhr • So 14. Juni – 17:00 Uhr

Pastor Jonas Goebel

j.goebel@kap-kirche.de, Tel.: 040 – 513 272 15 | Mobil & WhatsApp: 0157 850 790 11



Gemeindebüro: Kurt-Adams-Platz 9, 21031 Hamburg, Tel.: 040 513 272 0

Kerstin Wolff, buero@kap-kirche.de

Neue Bürozeiten: mittwochs von 14 bis 17 Uhr und donnerstags von 9 bis 12 Uhr.

Außerdem kannst du jetzt auch per WhatsApp Kontakt mit dem Gemeindebüro aufnehmen:

 0176 735 69061

Tag der offenen Tür an der Grundschule Heidhorst am 27.11.2025

Ende November öffnen wir an unserer Schule alljährlich die Türen für die Eltern, Verwandten, Freunde und ehemaligen SchülerInnen, sowie alle, die unsere schulischen Angebote neu kennenlernen wollen. Dies ist besonders interessant für Eltern, deren Kinder bald in die Vorschule oder eine 1. Klasse kommen werden. Für diese werden dann Führungen durch das Schulhaus angeboten und unsere Vorschullehrkräfte informieren über ihre Arbeit in den beiden Vorschulklassen. Dies vermittelt einen umfassenden Eindruck von unserer schulischen Arbeit für die Eltern und die Kinder bekommen eine Vorstellung von dem Ort, an dem sie möglicherweise in den kommenden Jahren spielen und lernen werden.

All denen unser Schulalltag bereits vertraut ist, bieten wir mit den Bastelangeboten in den Klassen, mit dem vom Elternrat organisierten Elterncafé sowie den zum Abschluss stattfindenden Aufführungen in der Aula ein attraktives Rahmenprogramm. Während des Bastelns oder bei einer Tasse Kaffee kommt man ins Gespräch und hat die Möglichkeit, sich ausführlich auszutauschen. Über die Bastelangebote informiert eine Metaplanwand mit Prototypen der Bastelangebote im Eingangsbereich.



Basteln von Sternen aus bunten Eistielen.

In diesem Jahr verkauften die Kinder in einigen Klassen erstmals im Kunstunterricht oder auch privat zu Hause gefertigte Handarbeiten, um die Material- und Ausflugskasse der Klasse aufzubessern. In der Gecko-Klasse (eine unserer 4. Klassen) wurde das eingenommene Geld beispielsweise verwendet, um am darauffolgenden Tag Popcorn für den Besuch der Schulkinotage im Hansa Kino zu kaufen. Die Erlöse des Kuchenverkaufs fließen in den Schulverein, um schulische Projekte zu realisieren.

Unten: Wer etwas Bewegung brauchte, fand einen Aufbau der TSG-Bergedorf in der Sporthalle.





Das Basarangebot in einer der Klassen.



Stellwände informierten neben dem persönlichen Gespräch über die Arbeit in den Vorschulklassen.

Den Aufführungsblock eröffneten dieses Jahr eine 1. Klasse, die Pferde, mit einem Lied mit Bewegung. Dann folgte unsere JeKi (Jedem Kind ein Instrument) Gruppen an den Flöten und Gitarren mit jeweils drei Liedern. Der Gitarrenlehrer, Herr Dukart, gab mit seiner Gruppe sogar noch eine Zugabe. Das Lied „Alle JeKi-Kinder“ konnten alle SchülerInnen mitsingen. Die Stimmung wurde weiter gesteigert, als dann unser Chor, der während der Lernwerkstattzeit unter der Leitung von Frau Kleist probt, zwei Songs präsentierte.

Der Absolute Höhepunkt war dann der neue Song von 6K-united. Zum 25 Jahre Stadtteil- und Schulfest im Sommer haben die Kinder schon einen Song des Projektes, an dem unsere 3. Und 4. Klassen in diesem Schuljahr teilnehmen, performt. Jetzt haben die Luchse (eine 3. Kasse) und die Geckos den Song „Mehr davon!“ gesungen und getanzt und das Publikum geriet außer Rand und Band.

Wir freuen uns schon riesig darauf, im Juni in der Barclay Card Arena mit einigen Tausend anderen Schulkindern die starken Songs zu performen!

Der Tag der offenen Tür 2025 bildete wieder einen gelungenen Abschluss des Schuljahres und einen geeigneten Übergang in die Adventszeit.



Konzentriertes Gitarrenspiel bei den JeKi-Aufführungen.



Tanz und Gesang zum neuen 6K-united Song.

Die netten Gespräche, der leckere selbstgebackene Kuchen, die gebastelten Schätze der Kinder und die mitreißenden Aufführungen wirkten noch einige Tage nach. **Wir danken allen Beteiligten für ihr Engagement!**

Text und Fotos: Ole Klawonn

Die Grundschule Heidhorst beim Uwe-Seeler-Cup

Fußball ist die wohl beliebteste Sportart der Welt. Täglich wird in den Schulpausen und im Ganztag von Jungs und Mädchen gleichermaßen dem runden Leder hinterhergejagt. Warum sollten wir als Grundschule Heidhorst nicht auch jeweils ein Jungs- und Mädchen-Fußballteam ins Leben rufen, um am **Uwe-Seeler-Cup** sowie den **Grundschulmeisterschaften** teilzunehmen? So starteten wir die Mission zum ersten Mal bei einem offiziellen Fußballturnier der Schulbehörde teilzunehmen.

Nach ein paar Trainingseinheiten, um sich kennenzulernen, ging es gänzlich ohne Druck oder Erwartungen direkt zu den Grundschulmeisterschaften. Mit im Gepäck war das Ziel vor allem, Spaß zu haben sowie das Turnier mit allen Sinnen aufzusaugen und zu genießen!

Die Platzierung war an diesem Tag zweitrangig. Wichtig war das Zustandekommen des gemeinschaftlichen Erlebnisses. Die Jungs zeigten bei ihrem 3. Platz was Teamgeist bedeutet, kämpften für- und miteinander und niemand beklagte sich über die Ein- und Auswechslungen der Mitspieler durch den Trainer. Spielerisch sah das teilweise super aus und als Team wuchsen sie über sich hinaus.

Gleichzeitig spielten in der Sporthalle auch unsere Mädels. Was wir von Außen erlebt und gesehen haben, ist einfach nur schön gewesen und viel besser als wir es erwartet haben. Sie haben zwar alle Spiele knapp verloren (mit einem Tor Unterschied), aber an diesem Tag waren sie nur Gewinnerinnen! Unsere Mädchen haben so toll gekämpft, alles gegeben und zusammengehalten. Das war die pure fußballerische Hingabe. Die gezeigten Leistungen waren bemerkenswert! Vor allem die positive Stimmung im Team war herausragend! Auch gegenseitig feuerten sich die Jungs und Mädchen immer wieder an.



Nur knapp einen Monat später ging es weiter mit dem Uwe-Seeler-Cup. Gegen zum Teil zwei bis drei Jahre ältere SpielerInnen konnten wir nicht wirklich konkurrieren. Die Jungs gaben aber nie auf und sammelten viel Erfahrung, die wir bei den nächsten Spielen wieder aufgreifen.

Unsere Mädchen starteten in einer Sechser-Gruppe in der Stadtteilschule Fischbek-Falkenberg. Wir wollten es noch besser machen als beim letzten Turnier. **Vorweg: Sie waren einfach klasse!** Im dritten Spiel erzielten unsere Mädels zwei Treffer und gewannen ihr erstes Spiel überhaupt. Die Freude war riesengroß, und das Grinsen in den Gesichtern könnte nicht größer und schöner sein. Genau dafür lohnt sich die Mühe! Sie haben sich das alle so sehr verdient. Wir wussten, dass der Rest des Turniers dann nur noch eine Zugabe sein wird. Die anderen Spiele gingen verloren, doch im letzten Spiel gaben sie nochmal alles und erzielten den vielumjubelten Siegtreffer in der letzten Sekunde. Wodurch nicht nur der 4. Platz heraus sprang, sondern auch das Weiterkommen im Turnier. **Wir machen also weiter, nehmen die Herausforderung an und werden die nächste Runde einfach genießen und weiterhin Spaß haben!**

Mitte Februar war es dann endlich soweit. Beim Gymnasium Hochrad begannen wir das Turnier gleich mit einem Sieg. In den weiteren Spielen machte sich der deutliche Stärkeunterschied bemerkbar, und die Kraft war weg (es fehlten kurzfristig drei Spielerinnen). Am Ende wurde es der 5. Platz, und wir scheiden aus. Aber das ist völlig egal, wenn man weiß, wie wir gestartet sind, und was für wunderbare Erlebnisse und Leistungen letztendlich heraussprangen!

Ich bin enorm stolz auf die Schülerinnen und Schüler bzw. unseren Fußballteams Heidhorst! Im Sommer freuen wir uns noch auf den Adolph-Diesterweg-Cup und die interne Heidhorst-WM 2026 als krönender Abschluss eines tollen Fußball-Schuljahres.

Steffan Hanack



INFO:

Der Uwe-Seeler-Pokal (oft auch als Uwe-Seeler-Cup bezeichnet) ist das größte Schulfußballturnier in Hamburg und eines der bedeutendsten in Deutschland. Es wird seit 2002 jährlich für Hamburger Schulen in verschiedenen Altersklassen (Mädchen und Jungen) ausgetragen, mit dem großen Finale in der Alsterdorfer Sporthalle.

GARTENBAU INGRID KLÜVER

Blumen, Pflanzen, Obst & Gemüse

**Fragen Sie nach
unserem Lieferservice!**

**Wir wünschen Ihnen frohe
Ostertage!**

**Sie können bei uns auch
telefonisch vorbestellen!**

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 14:00 – 18:30 Uhr

Sonnabend, Sonntag & Feiertage 10:00 – 16:00 Uhr

Boberger Furt 51 • 21033 Hamburg

☎ 0175 – 81 81 683



Sponsorentreff mit Busübergabe – ein besonderer Moment für unsere Schule



Am 18. Februar 2026 um 13:00 Uhr versammelte sich die Schulgemeinschaft auf dem großen Pausenhof, um die offizielle Übergabe unseres neuen Schulbusses zu feiern. Kolleginnen und Kollegen, Schülerinnen und Schüler, Sponsoren, Elternratsvertretung sowie Vertreter des Schulvereins kamen zusammen, um diesen besonderen Anlass gemeinsam zu würdigen.

Zwar ist der neue Bus bereits seit einigen Wochen im Einsatz – doch nun wurde er noch einmal ganz bewusst in den Mittelpunkt gestellt. Bei der gemeinsamen Busbegutachtung wurde deutlich: **Dieses Fahrzeug ist weit mehr als nur ein Transportmittel. Es steht für Teilhabe, Mobilität und viele neue Möglichkeiten im Schulalltag.**

In ihrer Dankesrede blickte Schulleiterin Dorit Brandt zunächst auf den bisherigen Bus zurück, der im Dezember „in Rente“ gegangen ist. Und dieser hatte einiges erlebt: Klassenfahrten an die Ostsee, die Fahrt zu den Special Olympics nach Berchtesgaden im Winter, zahlreiche Ausflüge und Turniere unserer Fußballer. Auch das Greenteam war regelmäßig mit ihm unterwegs – sei es für Besorgungen oder Arbeiten im Auftrag der Schulbehörde. Man kann mit Recht sagen: Er war ein echter Alltagsheld.

Der neue Bus knüpft nun daran an. Er gehört dem Schulverein und wurde durch die großzügige Unterstützung unserer Sponsoren ermöglicht. Dafür sprach Frau Brandt einen ausdrücklichen und herzlichen Dank aus. Ein eigener Schulbus erleichtert vieles: Lehrkräfte können Schülerinnen und Schüler im Praktikum besuchen, Klassen gemeinsam kulturelle Angebote wahrnehmen – etwa ein Konzert in der Elbphilharmonie – oder einen Kinobesuch organisieren. Solche gemeinsamen Erlebnisse, so betonte sie, bleiben lange in Erinnerung und machen Schule lebendig.

Auch der ehemalige Schulleiter und 2. Vorsitzender des Schulvereins Ulrich Hoch kam zu Wort. Er unterstrich die Bedeutung dieser Unterstützung für die gesamte Schulgemeinschaft und dankte allen Beteiligten für ihr Engagement. Er überreichte der Schule einen kleinen Bus als Präsent.

Für einen feierlichen Rahmen sorgte anschließend der Unterstufenchor mit einer musikalischen Begrüßung in der Pausenhalle. Mit viel Freude und Einsatz gestalteten die jüngeren Schülerinnen und Schüler diesen Programmpunkt und trugen zur besonderen Atmosphäre bei.

Im Anschluss hatte die Oberstufe das Catering vorbereitet: belegte Brote, Kuchen, Kaffee und Tee wurden angeboten. In entspannter Stimmung entwickelten sich zahlreiche Gespräche zwischen Schule und Sponsoren – ein wertvoller Austausch über gemeinsame Projekte, Unterstützungsmöglichkeiten und Perspektiven.

Der Sponsorentreff war geprägt von Dankbarkeit, Gemeinschaft und Zuversicht. Es gab sehr viel Wertschätzung, für die Arbeit, die täglich an der Schule Weidemoor geleistet wird. Es wurden Kontakte intensiviert und zukünftige gemeinsame Projekte besprochen.

Unser neuer Bus wird künftig viele Wege eröffnen – für Ausflüge, Begegnungen und besondere Momente voller Lachen, Neugier und gemeinsamer Erfahrungen. Dafür sagen wir allen Unterstützerinnen und Unterstützern von Herzen Danke.



Dorit Brandt (Schulleiterin), Lars Thürk (stellv. Schulleiter)

Weitere Einblicke in unseren Schulalltag, aktuelle Projekte und besondere Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage der Schule Weidemoor (www.weidemoor.hamburg.de).

Auch auf Instagram ([schule_weidemoor](https://www.instagram.com/schule_weidemoor)) berichten wir regelmäßig aus dem Schulleben und geben kleine Einblicke hinter die Kulissen.

Wir freuen uns über Ihren Besuch – digital wie persönlich.

Annett Martens

Bruhn

Clasen

Latzin

Rechtsanwälte und Notare

Rolf Bruhn

Rechtsanwalt und Notar a. D.

Nicola Clasen

Rechtsanwältin und Notarin

Holger Latzin

Rechtsanwalt und Notar

Möllner Landstr. 30

22113 Oststeinbek

Telefon: 040 / 713 11 11

Telefax: 040 / 713 68 22

www.bruhn-notar.de

info@bruhn-notar.de

Neues aus dem

An dieser Stelle, wie bereits gewohnt, möchten wir allen interessierten Boberger:innen die Möglichkeit bieten, an den Personen, Erlebnissen und Geschichten des Kinder- und Jugendtreffs CLIPPO teilzuhaben.



Nach vier Jahren Planen, Ringen und Bauen ist es geschafft: Am Freitag, den 14. November fand die feierliche Eröffnungsfeier statt. Neben **Dr. Andreas Dressel**, Finanz- und Bezirkssenator, **Dr. Dirk Bange**, Leiter des Amtes für Familie der Behörde für Schule, Familie und Berufsbildung sowie die Bezirksamtsleiterin Frau **Cornelia Schmidt-Hoffmann** war noch einiges aus Politik und Wirtschaft angereist, um dieses Ereignis zu feiern. Auf 247 m² hat die Offene Kinder- und Jugendarbeit in Boberg nun endlich wieder ein Zuhause.

Besonders erwähnenswert ist der Jugendvorstand vom CLIPPO, der sich mit sehr großem Engagement an der Planung beteiligt hat. Ohne ihn würde das Gebäude heute nicht barrierefrei sein und hätte nur eine Teeküche bekommen. Bewegende Worte gab es – wie auch schon beim Richtfest – von **Maja Schuster**, die für den Jugendvorstand sprach. Sie erhielt von allen Rednern den längsten Applaus.



Danke an alle Kolleg:innen, die im Rahmen der Eröffnungsfeier da waren, danke an alle, die im Vorfeld oder am Tage selbst unterstützt haben und danke für viele kleine Aufmerksamkeiten in Form von Geschenken zur Eröffnung. Wir haben uns sehr darüber gefreut.

Stefan Baumann

Erste Veranstaltungen im neuen Gebäude

DANKE-DINNER

Dank der Unterstützung mehrerer Stiftungen (*Elisabeth Kleber Stiftung, Baugenossenschaft der Elisabeth Kleber Stiftung, Radio Hamburg Hörer helfen Kindern e.V., Buhck Stiftung*) gibt es im neuen CLIPPO BOBERG eine richtig tolle und vor allem eine inklusive Küche.

Um Danke zu sagen, hat der Jugendvorstand die Förder:innen zu einem selbstgekochten 3-Gänge-Menü eingeladen. Beim Essen gab's super viel Zeit für Quatschen, Lachen, Kennenlernen – und die Stimmung war einfach top.



TEAMABEND

Nach den Eröffnungsfeierlichkeiten ging es für unser Team nun auch fachlich richtig los:

Wir hatten unseren ersten Teamabend im Neubau – und der war sowohl intensiv als auch bereichernd. Begleitet wurden wir von unseren IN VIA-Kolleg:innen Nina von Ohlen und Paula Koudmani, die eine Schulung zu den Themen selbstverletzendes Verhalten und Suizidalität durchführten. Beides Themen, über die oft wenig gesprochen wird – die aber gerade in der Jugendphase eine wichtige Rolle spielen können.



Für uns war es deshalb unglaublich wertvoll, mehr Hintergrundwissen zu erhalten, Warnsignale besser zu verstehen und gemeinsam Handlungsstrategien zu erarbeiten.

LEBENDIGER ADVENTSKALENDER

Nach vierjähriger baubedingter Pause beteiligte sich das CLIPPO BOBERG in diesem Jahr erstmalig wieder beim Lebendigen Adventskalender! Vom 3. bis zum 19. Dezember trafen sich Interessierte aus dem Stadtteil unter der Woche zu einer täglichen kleinen Auszeit im vorweihnachtlichen Trubel. Das Treffen im CLIPPO stand unter dem Motto „Gute Wünsche“. Gemeinsam wurde überlegt, was im Stadtteil wichtig ist und wie jeder einzelne sich an einer Gemeinschaft beteiligen kann. Dies war zudem eine nette Gelegenheit, bei einem warmen Punsch nach der Aktion mit den Nachbar:innen ins Gespräch zu kommen, ihnen das neue Gebäude zu zeigen und für Fragen offen zu sein.



Worte vom Jugendvorstand des CLIPPO BOBERG

Am Dienstag, den 24.02. wurde der Esther-Bejarano-Gedächtnispreis im Spiegelsaal des Bergedorfer Rathaus verliehen. Der Preis ehrt Projekte, die im Sinne der Holocaust-Überlebenden gegen Rassismus und für Zivilcourage und Demokratie eintreten.

Auch wir, der Jugendvorstand des CLIPPO BOBERG, durften eine Auszeichnung entgegennehmen.

Wir bedanken uns nochmals recht herzlich, wünschen der ebenfalls ausgezeichneten ehemaligen Klasse 4b der Ernst-Henning Grundschule und den Schüler:innen der ehemaligen Klasse 11.3 der STS Bergedorf alles Gute.



Uns ist es ein großes Anliegen, alle Kinder, Jugendlichen und Jungerwachsenen aufzurufen, sich weiterhin für ein friedliches gesellschaftliches buntes Miteinander und für demokratische Werte einzusetzen.

Jugendvorstand des CLIPPO BOBERG

Heute trifft die Dorfzeitung Janik, derzeitiger Praktikant im CLIPPO

Dorfzeitung: Stell dich doch einmal vor: Wer bist du und was machst du derzeit?



Janik: Ich bin Janik, 21 Jahre alt und mache derzeit eine Ausbildung zum Erzieher an der FSP2 in Altona. Für mein zweites Praktikum im Rahmen dieser Ausbildung habe ich mich jetzt für ein Praktikum im Bereich der offenen Kinder- und Jugendarbeit entschieden und arbeite jetzt im Clippo Lohbrügge und Boberg.

Wie bist du auf IN VIA Hamburg e.V. und das CLIPPO aufmerksam geworden?

Tatsächlich bin ich selbst gar nicht direkt auf das Clippo aufmerksam geworden. Ich kannte das Clippo zwar schon von meiner Arbeit an der Stadtteilschule Richard-Linde-Weg und Stadtteilschule Lohbrügge, allerdings hatte ich nur eine grobe Vorstellung von der Arbeit, die dort stattfindet. Ich hatte jedoch das Glück, dass ich mich mit jemandem an der Stadtteilschule Lohbrügge während

meines ersten Praktikums dort darüber unterhielt, dass ich noch auf der Suche nach einem weiteren Praxispartner sei. Sie stellte dann den Kontakt her und ermöglichte einen Hospitationstag, der mich dann sehr für die Arbeit in der offenen Arbeit, aber vor allem speziell im Clippo gewonnen hat.

Wie bist du im Clippo empfangen worden?

Der Empfang im Clippo war sehr herzlich. Ich habe mich vom ersten Moment an schon wohl gefühlt. Dazu kommt, dass ich mich auch auf einer menschlichen Ebene sehr gut mit den Kollegen im Clippo verstehe und schnell das Gefühl gewonnen habe, dass das Clippo ein Ort von Respekt und Wertschätzung ist, auch für die Arbeit, die ich als Praktikant leiste. Stefan Baumann und Tom Möller, die zusammen meine Anleitung übernehmen, verstehen es nach meinem Empfinden sehr gut, die Arbeit für mich so zu gestalten, dass ich mich auf der einen Seite immer sicher fühle und weiß, wo ich Unterstützung finde, wenn ich das Gefühl habe, welche zu brauchen und auf der anderen Seite mich in meiner Entwicklung unterstützen, indem ich meine Stärken zeigen kann und trotzdem genug gefordert werde und Neues lernen und ausprobieren kann.

Wie nimmst du die Stimmung im Clippo wahr?

Die Stimmung im Clippo nehme ich sehr warm und einladend wahr. Gäste wie Kollegen werden gesehen und finden hier immer wieder die Möglichkeit, zusammen zu lachen, zu lernen und einfach eine gute Zeit zu haben. Ich erpappe mich immer häufiger bei dem Gedanken, dass ich mir in meiner Jugend auch gewünscht hätte, so ein Haus zu haben.

Was ist für dich das Besondere am Arbeitsfeld der Offenen Kinder- und Jugendarbeit (OKJA)?

Das für mich klar Besondere an dem Arbeitsfeld der offenen Arbeit ist, dass hier die Anliegen, die unsere Gäste mitbringen, im Vordergrund stehen. Wie bereits beschrieben, durfte ich bereits Erfahrungen im Arbeitsfeld Schule sammeln - die auch wertvoll sind. Die offene Arbeit hat es mir jedoch besonders angetan, weil ich hier nicht die Zerrissenheit wie in der Schule erfahre, wo es viel darum geht, einen Kompromiss zwischen dem, was für die Kinder das Beste wäre und dem, was einem der Rahmen der Schule bietet, zu finden. Offene Arbeit ist natürlich nicht gleich offene Arbeit und meine Erfahrungen in diesem Arbeitsfeld sind natürlich auch relativ begrenzt, aber von dem, was ich bisher erleben durfte, bin ich sehr angetan und denke, dass es eine Qualität und Form der Beziehungs-

und Freizeitgestaltung für die Besuchenden bietet, die sich sonst nirgendwo sonst finden lässt.

Gibt es etwas, was du dir für deine Arbeit wünschst?

Ja, für meine Arbeit wünsche ich mir besonders, dass ich es in Zukunft schaffe, den Gästen noch offener zu begegnen. Ich befinde mich noch in Ausbildung und stehe recht am Anfang meiner Reise, weswegen ich mir damit auch keinen zu großen Druck mache, aber ich sehe dennoch ein großes Potential darin, wenn ich es mehr schaffe meine Komfortzone zu verlassen und proaktiver auf diejenigen zuzugehen, die noch etwas schüchterner sind, um ihnen die Anknüpfung an das Clippo mit all den Menschen und Chancen, die es für sie beherbergt, zu erleichtern.

Möchtest du sonst noch etwas loswerden?

Ich würde an dieser Stelle gerne einmal danke sagen, an alle, die Zeit im Clippo verbringen und den Ort zu dem machen, der er ist. Ich freue mich wirklich immer sehr darüber, zu sehen, wenn Menschen hier eine gute Zeit haben und voneinander lernen, weil es mir die Hoffnung gibt, dass wir es zu Zeiten, in denen ich gut verstehen kann, wenn es Leuten schwerfällt, ihr Lächeln zu behalten, doch schaffen, für einander da zu sein und uns gegenseitig Halt zu geben.

Ausblick

Hamburger Märzferien

Der Alltag in der Offenen Arbeit ist oft geprägt von Stress und Hektik. Viele Jugendliche haben unterschiedliche Bedürfnisse, ihnen allen gerecht zu werden scheint oft unmöglich. Umso wichtiger, den jungen Menschen gerade in der schulfreien Zeit, Raum für ihre selbstgewählten Themen, für einen sensiblen Austausch und für Ablenkung vom durchgetakteten Alltag zu geben. Diesem Bedürfnis wollen wir im Rahmen des geplanten Ferienprogramms in den Hamburger Märzferien gerne nachkommen. Es sind unterschiedliche Aktionen und Ausflüge gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen zu Jahresbeginn für die Märzferien 2026 angedacht worden,

wie z.B.

- **Alternativer Stadtrundgang** zum Thema »Hamburg im Nationalsozialismus – Verfolgung und Widerstand«
- **Fußballturnier** in der Soccerhalle Reinbek
- **Schach-Turnier**
- **gemeinsames Kochen** CLIPPO
- **Besuch eines Escapes-Rooms**
- **Bumerang Workshop** (Bau eigener Bumerangs)
- **Besuch des Tropenaquariums in Hagenbecks Tierpark**
- **Besuch der Bowling-Bahn in Reinbek**

In der nächsten Ausgabe berichten wir gerne ausführlicher, wie die Aktionen verlaufen sind.

Unsere Öffnungszeiten in Boberg & Lohbrügge

CLIPPO BOBERG

Mittwoch

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Donnerstag

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Freitag

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Auch das **CLIPPO LOHBRÜGGE** bleibt natürlich weiterhin, wie folgt, geöffnet:

Montag

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Dienstag

GESCHLOSSEN Bürotag

Mittwoch

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Donnerstag

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Freitag

14.00 – 19.00 Uhr Offener Treff

Samstag

12.00 – 17.00 Uhr Projekt für geflüchtete Jugendliche

Sonntag

12.00 – 16.00 Uhr Projekt für Jugendliche mit Beeinträchtigungen (Leben mit Behinderung)



Allgemeine Hinweise und Informationen

Sie wollen für die Kinder- und Jugendarbeit auf dem Dorfanger Boberg etwas Gutes tun?!

Gerne doch! Spenden bitte unter dem **Stichwort**

„Kinder- und Jugendhaus CLIPPO Boberg“ an:

IN VIA Hamburg e.V.

IBAN: DE23 3606 0295 0020 0790 10

Bank im Bistum Essen eG

Kontakt:

Kinder- und Jugendhaus CLIPPO Boberg

Stefan Baumann

Bockhorster weg 3a

21031 Hamburg

Postadresse:

Bornbrook 12

21031 Hamburg,

Tel.: 040 – 711 89 049

Mail: baumann@invia-hamburg.de

**OFFENE
KINDER- &
JUGENDARBEIT
FÜR EIN
BUNTES
BERGEDORF**

Entschlossen offen
gegen Rassismus,
Sexismus & jede Form
von Diskriminierung!



Veranstaltungen des Dorfanger Boberg e.V.

Donnerstag, 9. April 2026

Politischer Stammtisch Boberg

Alles, was uns bewegt. Mit Politikerinnen & Politikern aus dem Bezirk Bergedorf.

Thema/Ort und Uhrzeit noch offen

Donnerstag, 4. Juni 2026

Politischer Stammtisch Boberg

Alles, was uns bewegt. Mit Politikerinnen & Politikern aus dem Bezirk Bergedorf.

Thema/Ort und Uhrzeit noch offen

Sonntag, 21. Juni 2026, 11:00 Uhr

Ökumenischer Open Air & Fahrrad-Gottesdienst

Im Rahmen der Fahrradsternfahrt „Mobil ohne Auto“. Gemeinsamer Gottesdienst der Christus-Kirchengemeinde & der Pfarrei Heilige Elisabeth. Unterstützt vom Dorfanger Boberg e.V. und dem CLIPPO Boberg.

Wiese vor dem CLIPPO Boberg, Bockhorster Weg 3a

Donnerstag, 3. September 2026

Politischer Stammtisch Boberg

Alles, was uns bewegt. Mit Politikerinnen & Politikern aus dem Bezirk Bergedorf.

Thema/Ort und Uhrzeit noch offen

Sonntag, 27. September 2026, 11:00 Uhr

Ökumenischer OPEN AIR Gottesdienst zum Erntedank

Der Gottesdienst kehrt auch im Herbst nach Boberg zurück, und jeder ist herzlich eingeladen.

Gemeinsamer Gottesdienst der Christus-Kirchengemeinde & der Pfarrei Heilige Elisabeth.

Unterstützt vom Dorfanger Boberg e.V. und dem CLIPPO Boberg.

Wiese vor dem CLIPPO Boberg, Bockhorster Weg 3a

Donnerstag, 5. November 2026

Politischer Stammtisch Boberg

Alles, was uns bewegt. Mit Politikerinnen & Politikern aus dem Bezirk Bergedorf.

Thema/Ort und Uhrzeit noch offen

Sonntag, 22. November 2026, 12:00 bis 16:00 Uhr

Boberger Adventsmarkt

Alles, was mit dem Advent und Weihnachten zu tun hat: Kunsthandwerk, Blumen, Gestecke, Gebasteltes, Gemaltes, Speisen und Getränke. Im großen Foyer der Service-Wohnanlage und der dazugehörigen Terrasse beim Kreisverkehr der Straße Heidhorst.

Unterstützt vom Dorfanger Boberg e.V.

AWO-Haus Dorfanger Boberg (Heidhorst am Kreisverkehr)



Aktuelle Veranstaltungstipps

auch immer auf <https://dorfanger-boberg-ev.de/veranstaltungen>

Veranstaltungstipps

**Regelmäßig bei uns in der Dorfzeitung Boberg:
Ausgewählte Veranstaltungstipps aus der LOLA Bergedorf!**

Die LOLA finden Sie in der Lohbrügger Landstraße 8 / 21031 Hamburg

Weitere Infos auf <https://lola-hh.de>



HELLO WORLD! – Bergedorfer Global Session

Interkulturelle Jam-Session im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus 2026

Einmal im Monat bringt dieses besondere Format Musizierende mit Flucht- und Migrationsgeschichte mit einheimischen Musiker*innen zusammen und setzt damit ein lebendiges Zeichen für kulturellen Austausch und gelebte Völkerverständigung.

Die März-Session wird eröffnet von Nezaket Gültekin, die gemeinsam mit ihren Musikern die traditionsreiche Musik Ostanatoliens interpretiert. Mit ausdrucksstarkem Gesang auf Kurdisch und Zazaïsch verbindet sie musikalisches Erbe mit zeitgenössischer Offenheit und schafft so einen eindrucksvollen Einstieg in den Abend.

Im Anschluss sind alle anwesenden Musiker*innen herzlich eingeladen, an der offenen Jam-Session teilzunehmen. Verschiedene Instrumente stehen vor Ort zur Verfügung – mitmachen ist ausdrücklich erwünscht, unabhängig von Herkunft, Stil oder musikalischer Erfahrung. Aber auch Publikum ist herzlich willkommen.

Die Veranstaltung wird vom Bezirksamt Bergedorf gefördert.

Freitag, 20. März 2026, 20:00 Uhr / Eintritt frei

LOLA, Lohbrügger Landstraße 8, 21031 Hamburg Bergedorf



Die 2. Chance für Mode & Accessoires – der LOLA Frauenflohmarkt ist zurück!

Am Sonntag, den 26. April 2026, findet in der LOLA Bergedorf erneut der beliebte Frauenflohmarkt statt. Von 13:00 bis 16:00 Uhr haben Besucherinnen die Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre Second-Hand-Bekleidung und Accessoires zu entdecken, Lieblingsstücke entdecken und neue Schätze mit nach Hause nehmen. Ein Anproberaum mit Spiegel steht zur Verfügung. Die LOLA Bar bietet während des Flohmarkts Kaffee und Kuchen an. Der Eintritt ist frei.

Infos: unter www.lola-hh.de

Sonntag, 26. April 2026 13:00 – 16:00 Uhr / Eintritt frei

LOLA, Lohbrügger Landstraße 8, 21031 Hamburg Bergedorf



Samstag, 28. März 2026, 20:00 Uhr

Wortkunst live in der LOLA Bergedorf: Der LOLA SLAM

Poet:innen und spannende Newcomer:innen auf die Bühne in Bergedorf. Poetry Slam – das ist Literatur als Live-Erlebnis: Selbstgeschriebene Texte, präsentiert in einem packenden Wettstreit, bei dem alles erlaubt ist – nur die Zeit ist begrenzt. Der LOLA SLAM lebt von seiner besonderen Mischung aus kreativer Energie, lokalem Flair und echter Publikumsnähe. Er zählt zu den beliebtesten Poetry Slams in Hamburg und bringt regelmäßig hochkarätiges. Ob humorvoll, nachdenklich, politisch oder poetisch – beim LOLA SLAM ist Vielfalt Programm. Jede:r Auftretende bringt die eigene Sicht auf die Welt mit, und das Publikum entscheidet am Ende, wer die Bühne als Sieger:in verlässt. Vorverkauf: 10 € zzgl. Gebühr / Abendkasse: 12 € / ermäßigt 10 €.

Kartenreservierungen zum Abendkassenpreis sind möglich unter 040-724 77 35 oder karten@lola-hh.de

LOLA Kulturzentrum, Lohbrügger Landstraße 8, 21031 Hamburg



Veranstaltungstipps

Sonntag, 5. April 2026, 11:00 – 12:00 Uhr

Boberger Schafgeflüster

Ab heute werden die Heiden und Trockenrasen der Boberger Niederung von einer Schaf- und Ziegenherde gepflegt und erhalten. Zum Auftrieb begrüßen wir die Schäferin, die Herde und ihre Hunde und begleiten sie ein Stück. Kinder und Erwachsene sind herzlich willkommen! Kostenlos, keine Anmeldung erforderlich.

Treffpunkt: Pferchplatz, Nähe Parkplatz am Weidemoor

Sonntag, 5. April 2026, 11:00 – 17:00 Uhr

Ostern im Dünenhaus

Kommen Sie auf einen Kaffee, Tee oder ein Wasser vorbei! Der Osterhase hat für die Kinder eine kleine Überraschung versteckt. Kostenlos, keine Anmeldung erforderlich.

Boberger Dünenhaus, Boberger Furt 50

Donnerstag, 16. April 2026, 20:00 Uhr

Hans-Hermann Thielke – „Egal was kommt“

Der beliebte Comedian Hans-Hermann Thielke kommt mit seinem Programm „Egal was kommt“ in der LOLA Bergedorf. Das Publikum darf sich auf einen ebenso humorvollen wie wohltuenden Abend freuen. Mit seinem unverwechselbaren Stil nimmt Thielke die Zuschauer:innen mit auf eine Reise durch die Höhen und Tiefen des Alltags. Er überzeugt in seiner Rolle als pedantischer, aber liebenswerter Postbeamter im Ruhestand. Pointiert, ironisch und stets nah am Leben widmet er sich aktuellen Themen und gesellschaftlichen Phänomenen – von Politik über Beziehungen bis hin zu den kleinen und großen Herausforderungen des täglichen Lebens. Dabei scheint er auf jede Frage eine Antwort zu haben. Für zwei Stunden ist Hans-Hermann Thielke definitiv ein Garant für herzliches Lachen. Wer den Abend erlebt, geht beschwingt, gut gelaunt und mit einem Lächeln nach Hause.

Vorverkauf: 22 € zzgl. Gebühr / Abendkasse: 25 € / ermäßigt 22 €.

Kartenreservierung zum Abendkassenpreis unter 040-724 77 35 oder karten@lola-hh.de

LOLA Bergedorf, Lohbrügger Landstraße 8, 21031 Hamburg



Samstag, 25. April 2026, 19:30 Uhr

SHINY'S BALLROOM – LOLA swingt mit der Shiny Stockings Big Band

„SHINY'S BALLROOM“ steht für eine besondere Mischung aus Konzert und Tanzveranstaltung. Die Energie einer Live-Bigband, das Flair der Swing-Ära und die Freude am gemeinsamen Tanzen machen den Abend zu einem Erlebnis für Musikliebhaber, Tänzerinnen und Tänzer gleichermaßen. Mit dabei ist die renommierte Shiny Stockings Big Band, die mitreißenden Bigband-Sound, klassischen Swing und unwiderstehliche Tanzrhythmen auf die Bühne bringt. Den Auftakt des Abends bildet ein Tanzkurs für Einsteiger von 19:45 bis 20:30 Uhr. Unter fachkundiger Anleitung können Gäste die wichtigsten Schritte und Moves erlernen, um danach bestens vorbereitet auf die Tanzfläche zu stürmen. Im Anschluss heißt es: Bühne frei für die Musik – und Tanzfläche frei für alle, die den Swing lieben oder ihn für sich entdecken möchten. Vorverkauf: 12 € zzgl. Gebühr / Abendkasse: 15 € / ermäßigt 12 €.

Kartenreservierung zum Abendkassenpreis unter 040-724 77 35 oder karten@lola-hh.de

LOLA Kulturzentrum, Lohbrügger Landstraße 8, 21031 Hamburg



Sonntag, 3. Mai 2026, 11:00 – 12:00 Uhr

Boberger Schafgeflüster: Schafautrieb

Erleben Sie jeden ersten Sonntag von Mai bis August, wie die Schaf- und Ziegenherde der Schäferei Ballybannon Farm in die Boberger Niederung zieht, um dort gezielt Flächen zu beweiden. Die Schäferin oder der Schäfer erklären Ihnen alles. Kostenlos, keine Anmeldung erforderlich.

Treffpunkt: Pferchplatz, Nähe Parkplatz am Weidemoor

Sprechstunden

Sprechstunden des Bürgervereins:

NEU: Dienstag 18:00 bis 18:45 Uhr
im Bürgerhaus, Bockhorster Weg 1.

Telefon: 4109 1725 | Fax: 4109 1724

E-Mail: info@dorfanger-boberg-ev.de

In der Geschäftsstelle werden Sie in diesen Zeiten gerne die Tätigkeiten im Verein beraten.

Von Anrufen zu Vereinsfragen über Privatnummern bitten wir abzusehen.

In den Hamburger Ferien bleibt das Büro geschlossen.

Sprechstunden des Vereinsvorstandes:

Jeden 1. Dienstag im Monat 19:00 – 20:00 Uhr
(außer an Feiertagen) im Bürgerhaus.

Bitte vorher in der Geschäftsstelle anmelden!

Medien im Dorfanger

Folgende Informationsmöglichkeiten stehen zur Verfügung:

- Der **Schaukasten** am Bürgerhaus
- Die **Dorfzeitung** (erscheint 1/4-jährlich)
- Direkt im **Vereinsbüro**
(zu den Sprechzeiten) Tel.: 4109 1725
- Die Internetseite des Bürgervereins unter **www.dorfanger-boberg-ev.de**
Hier finden Sie u.a. auch ein Archiv aller bisher erschienenen DZ-Ausgaben, Protokolle der Mitgliederversammlungen u.ä.

Vereinsvorstand

Wolfgang Kamenske

(Vorstandssprecher, Jugendprojekte, Öffentlichkeitsarbeit)

Sarah Mittler

(Finanzen)

Jan Hendrik Arkenberg

(allgemeine Themen)

Katharina Noack

(allgemeine Themen)

Joachim Prutky

(allgemeine Themen)

Frank van Dillen

(allgemeine Themen)

Weitere Helfer des Bürgervereins mit bestimmten Aufgaben:

Knuth Wilkens

Andreas Müller

Internetseite des Bürgervereins:

www.dorfanger-boberg-ev.de



Mails an den Bürgerverein:

info@dorfanger-boberg-ev.de



Artikel für die Dorfzeitung an:

dorfzeitung@dorfanger-boberg-ev.de



Hiermit erklären wir unseren Eintritt in den Dorfanger Bockhorst e.V.

ZUM (Datum) _____ DIE VEREINSMITGLIEDSCHAFT GILT IMMER FÜR EINEN HAUSHALT.
IM FOLGENDEN GEBEN SIE BITTE DEN NAMEN DES ALS HAUPTMITGLIED ZU FÜHRENDEN AN:

Name, Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße und Hausnummer | PLZ und Ort _____

GGF. IM HAUSHALT LEBEND MIT ABWEICHENDEN FAMILIENNAMEN:

Name, Vorname _____

WEITERE HAUSHALTSMITGLIEDER(Vorname, Name – freiwillige Angabe) _____

Beitrag: VIERTELJÄHRLICH 15,- € PRO HAUSHALT (unabhängig von der Anzahl der Mitglieder).

SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE89ZZZ00001111248 | Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung

Eindeutige Mandatsreferenz _____

Wird vom Zahlungsempfänger ausgefüllt

Name des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber) _____

Anschrift des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber): Straße und Hausnummer | PLZ und Ort _____

IBAN des Zahlungspflichtigen _____

Ich ermächtige (Wir ermächtigen) den Zahlungsempfänger, Zahlungen von meinem (unserem) Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein (weisen wir unser) Kreditinstitut an, die von auf mein (unsere) Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann (Wir können) innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem (unserem) Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ort / Datum / Unterschrift(en) des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber) _____

Impressum

Herausgeber:

Dorfanger Bockhorst e.V. | Bockhorster Weg 1 | 21031 Hamburg | Tel. 040/4109 1725 (Di 19:00 – 19:50 Uhr)

Redaktionelle Bearbeitung:

Wolfgang Kamenske Kontakt: Tel. 040/4109 1725

Email: info@dorfanger-boberg-ev.de

Andreas Müller

Kontakt: Tel. 040/696 41 282

Email: dorfzeitung@dorfanger-boberg-ev.de

Layout, Satz & Anzeigenannahme:

AM ART & MORE – Andreas Müller | Bockhorster Höhe 162 | 21031 Hamburg

Tel. 040/696 41 282 | Email: am@am-artandmore.de

Druck:



Druck & Verlagshaus Wiege GmbH

Sanderskamp 17 | 48477 Hörstel | Tel 05459/80 50 190

Email info@wiegedruckt.com | www.wiegedruckt.com

Auflage 2.500

Vertriebsgebiet: Dorfanger Bockhorst | Alt-Bockhorst | NVZ Bockhorst | z.T. Havighorst & Billwerder

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 3. Juni 2026

Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe: 5. Juni 2026

Optik Werk



 **TOM TAILOR**
EYEWEAR

**nordisch
maritim
aus Hamburg
jetzt auch bei uns!**

Wir sind gerne für Sie da!

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin.

Lohbrügger Landstraße 70 | 21031 Hamburg

Tel. 040-43 26 16 00 www.optik-werk.de