

Wohnen mit Hamburger Genossenschaften

bei uns

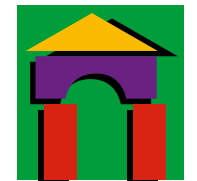


Besser als gewohnt

SOMMER 2020



DIE WOHNUNGSBAU
GENOSSENSCHAFTEN



HAMBURG

Kreativ in der Krise

Wie sich Mitglieder mit guten Ideen gegenseitig unterstützen

Gelebte Werte

Ihre Genossenschaft ist auch in schweren Zeiten für Sie da

Sommer auf Balkonien

Mit diesen Tipps wird der Balkon zur Wohlfühlzone

Liebe Mitglieder,

was wir alle in den letzten Monaten erlebt haben und gerade noch immer erleben, hat viele unterschiedliche Gefühle ausgelöst: Da sind zum einen Verunsicherung, die Sorge um Familie und Freunde, vielleicht sogar Zukunftsangst. Und zum anderen Dankbarkeit: für den Zusammenhalt, für die Hilfe von Nachbarn und Bekannten, für das sichere Zuhause.

Wir sind überwältigt von all den Ideen, kleineren und größeren Hilfsprojekten, die während der Corona-Krise in unserer Genossenschaft gewachsen sind. Es ist schön zu sehen, wie Sie für Ihre Nachbarn da sind und dass unsere Angebote so gut angenommen werden. Das zeigt einmal mehr, wie wichtig es ist, ein sicheres Zuhause zu haben – in guten wie in schlechten Zeiten. In diesem Sinne: Genießen Sie den Sommer und passen Sie weiterhin auf sich auf!



Besser als gewohnt

INHALT

- 3 Neigkeiten**
Schöner Wohnen, Vertreterversammlung, Veranstaltungen 2020
 - 4 Aktuelles**
Hamburger VorleseVergnügen, Museen online, Einzeltrick, Wandern
 - 6 Ihr Zuhause ist gesichert**
Was tun, wenn man aufgrund von Corona in finanzielle Not gerät?
 - 8 Wohnen in der Genossenschaft**
Ein Überblick in Zahlen: das aktuelle Monitoring der Genossenschaften
 - 9 Wohlfühloase Balkon**
Sommer auf Balkonien: Mit diesen Tipps sind Sie auf der sicheren Seite
 - 10 Gemeinsam durch die Krise**
Solidarische Nachbarschaftsprojekte in den Genossenschaften
- 

„Wir bringen Helfer und Hilfsbedürftige zusammen.“
Lea Rostock vermittelt helfende Hände in der Corona-Krise.
- 14 Stress, lass nach!**
Ein Ratgeber zum Thema Entspannung
 - 16 Kinderseite**
Vorlese-Geschichte, Stadt-Wissen
 - 17 Hamburg erleben**
Diesmal: Sommerlektüre-Tipps
 - 18 Rätsel, Impressum**
Hagenbeck-Gutscheine gewinnen
 - 19 Köstliches mit Tomate**
Caprese: der Klassiker mal anders

NEUIGKEITEN



„Walddorfer Schöner Wohnen“ 2020

Auch in diesem Jahr haben wir uns viel vorgenommen, um das optische Erscheinungsbild unserer Wohnanlagen attraktiv zu gestalten. Der Schwerpunkt liegt dieses Jahr bei unseren Horner Wohnanlagen im Grüningweg, in der Stoltenstraße und an der Washingtonallee. Aber auch in der Buckhornsiedlung und in Bergstedt sowie am Ahrensburger Platz erhalten unsere Wohnanlagen einen schönen neuen Anstrich. Ein zusätzliches Fahrradhaus im Stüffelring sowie neue Hauseingangstüren für Reihenhäuser am Volksdorfer Grenzweg sowie Maßnahmen in den Außenanlagen runden das diesjährige Programm ab.

Foto: Walddorfer, siranawong/istock.com



Keine Vertreter- versammlung im Sommer

Der Gesetzgeber hat es möglich gemacht:

Aufgrund der besonderen Umstände muss unsere Vertreterversammlung in diesem Jahr nicht über den Jahresabschluss der Genossenschaft befinden. Der Aufsichtsrat hat von seinem Recht Gebrauch gemacht, diesen Jahresabschluss zu verabschieden. Die Vertreterversammlung wird dann in einem schriftlichen Beschlussverfahren über die Entlastung von Vorstand und Aufsichtsrat für das Geschäftsjahr 2019 sowie den Gewinnverwendungsvorschlag des Vorstandes befinden. Es ist vorgesehen, möglichst im letzten Quartal 2020 dann die Vertreterversammlung einzuberufen, u. a. um die Wahlen zum Aufsichtsrat vornehmen zu können.



Veranstaltungen 2020

Auch unsere für den 9. August geplante Veranstaltung „Walddorfer Familientag“, für die auch ein größerer Flohmarkt geplant war, ist den widrigen Umständen der Pandemie zum Opfer gefallen. Im Hinblick auf die Veranstaltung „Walddorfer Glühweintreff“ ist noch keine Entscheidung erfolgt. Wir hoffen aber sehr, dass wir die Möglichkeit haben, am Ende des Jahres unsere Mitglieder zu einem Glühwein einzuladen – es wäre doch schade, wenn diese Tradition nicht fortgeführt werden könnte.

Wir freuen uns auf das nächste Mal!

Die Genossenschaften unterstützen das Hamburger VorleseVergnügen – auch wenn es 2020 nicht stattfinden kann.

Ein Lesefest für Kinder

Die Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften sind Hauptsponsor des VorleseVergnügens. Ein besonderer Ort, an dem gelesen wird, ist die Flussschiffkirche.



Ferien-Magie

Der fünfte Ferienband der Kultreihe ist da: Diesmal begleiten wir Benni und seine magische Schildkröte in die Ferien. Es geht auf ein Rockfestival mit Onkel Johnnie. Ganz schön cool – oder? „Schule der magischen Tiere, Endlich Ferien: Benni & Henrietta“, Margit Auer, 240 Seiten, ab 8 Jahren, Carlsen

Eigentlich sollte vom 15. bis 19. Juni das diesjährige Hamburger VorleseVergnügen stattfinden. Geplant waren Lesungen und Workshops mit über 40 Autorinnen und Autoren – darunter auch Kirsten Boie, die unter anderem „Wir Kinder aus dem Möwenweg“ geschrieben hat. Die Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften sind Hauptsponsor des Kinder-Literaturfestivals. Viele Genossenschaften hatten ihre Nachbar-Treffs und Gebäude in ganz Hamburg zur Verfügung gestellt.

Nun ist alles anders gekommen. Selbst wenn im Juni der Schulbetrieb wieder regulär läuft, wird aufgrund des Coronavirus nach wie vor von Versammlungen mit vielen Personen in geschlossenen Räumen abgeraten. Und weil Gesundheit natürlich vorgeht, haben sich die Veranstalter des VorleseVergnügens ent-

schlossen, in diesem Jahr eine Runde auszusetzen. Möglichst viele bereits geplante Veranstaltungen sollen im nächsten Jahr nachgeholt werden. „Für uns ist es eine Herzensangelegenheit, vielen Kindern der Stadt einen Zugang zu Büchern und Literatur zu ermöglichen“, so Monika Böhm, Vorstandsvorsitzende der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. Von daher ist es selbstverständlich, dass das Engagement auch in den kommenden Jahren fortgeführt wird.

Damit die Zeit bis dahin nicht so lang wird, gibt es auf dieser Seite drei (Vor-)Lesetipps mit Büchern von Autorinnen, die in diesem Jahr beim Hamburger VorleseVergnügen dabei gewesen wären. Wie gut, dass man ihre tollen Bücher überall lesen kann!

Weitere Informationen unter: www.hamburger-vorlese-vernuegen.de



Über Freundschaft

Vor nunmehr 20 Jahren erschien Kirsten Boies erster Band rund um die „Kinder aus dem Möwenweg“. Wer die Geschichten rund um Tara, Tienke und die anderen Kinder aus der Reihenhaussiedlung noch nicht kennt: Jetzt ist die Gelegenheit! „Wir Kinder aus dem Möwenweg, Bd. 1“, Kirsten Boie, 144 Seiten, ab 8 Jahren, Oetinger



Vorlesen lernen

Das Referat steht an? Opa hat sich eine Geburtstagsrede gewünscht? Nur keine Aufregung: Hier sind jede Menge tolle Vorlese-Tipps für alle, die lernen wollen, sicher Texte aller Art laut vorzutragen. Sehr hilfreich, auch für Erwachsene! „Lies mal vor!“, Irene Margil, 112 Seiten, ab 9 Jahren, Carlsen

KULTUR ONLINE ERLEBEN

Auch wenn die Museen inzwischen wieder geöffnet sind: Die **Onlineangebote** einiger Häuser sind ebenso sehenswert. Zum Beispiel hat das Museum für Kunst und Gewerbe viele Werke in einen für alle zugänglichen Web-Katalog gestellt, darunter auch eine Ansicht eines der am häufigsten vervielfältigten Werke der Welt: „Die große Welle von Konagawa“, aktuell gezeigt im Rahmen der Ausstellung „Copy & Paste“.



Museum für Kunst und Gewerbe: sammlungonline.mkg-hamburg.de
 Hamburger Kunsthalle: hamburger-kunsthalle.de/sammlung-online
 MARKK – Museum am Rothenbaum: markk-hamburg.de/markk-online



CORONA-MASCHE

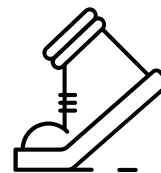
Vorsicht, Trickbetrüger!

Neue Variante des „Enkeltricks“.

Viele Menschen engagieren sich, um anderen in der Corona-Krise zu helfen. Doch leider nutzen einige die Pandemie auch schamlos aus – mit einer neuen Variante des sogenannten Enkeltricks. Die Kriminellen geben sich am Telefon als Angehörige aus, die sich mit dem Virus infiziert haben und Geld für teure Medikamente benötigen. Hamburgs Innensenator Andy Grote (SPD) warnt zudem vor „Corona-Kriminalität“, bei der Betrüger vorgeben, Polizisten, Einkaufshelfer, Computer-Experten oder Mitarbeiter des Gesundheitsamts zu sein. Vor allem den Älteren rät Grote, sehr vorsichtig zu sein. Die Polizei ruft dazu auf, niemals Geld oder Wertsachen an Unbekannte zu geben und misstrauisch bei Anrufern zu sein, die sich nicht mit Namen melden. Mehr Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen finden Sie unter: www.polizei.hamburg/falsche-polizeibeamte

RAUS IN DIE NATUR

Schöne Wanderstrecken in und um Hamburg



Aufgrund von Covid-19 mussten viele Gruppenausflüge und -unternehmungen abgesagt werden. Auch viele privat geplante Urlaubsreisen finden nicht statt. Für alle, die gut zu Fuß sind und Lust auf Natur haben, empfehlen wir Wander-Spaziergänge in die Umgebung.

Von Schwarzenbek nach Aumühle

Vom Bahnhof Schwarzenbek geht es etwa 20 Kilometer durch Brunstorf, den Sachsenwald und Friedrichsruh bis zur S-Bahn Aumühle. Nicht ohne, aber am Schluss kann man sich mit Erdbeertorte und Kaffee auf der Terrasse der „Fürst Bismarck Mühle“ belohnen.

Raakmoor

Verwunschen und romantisch: Das Raakmoor in Langenhorn ist eines der interessantesten Naturschutzgebiete Hamburgs, der Rundweg ist sechs Kilometer lang. Hin kommt man mit der U1: Bis Langenhorn-Nord fahren und von dort zu Fuß weitergehen in Richtung Moor.

Eine Oase der Stille in der Stadt! Auch für kürzere Spaziergänge gut geeignet.

Boberger Niederung

Vom Parkplatz Boberger Düne geht es zehn Kilometer um die Boberger Niederung – auf einer erstaunlich abwechslungsreichen Strecke durch das Naturschutzgebiet: Es geht durch Geest, Binendüne, Achtermoor und Marsch.

Heidschnuckenweg

15 Kilometer von Buchholz nach Handeloh (An- und Abreise jeweils per Regionalbahn) – die Strecke ist ein Abschnitt des Heidschnuckenwegs, der völlig zu Recht als einer der schönsten Wanderwege Deutschlands gilt.

Genossenschaft steht für Gemeinschaft, Solidarität und Hilfe zur Selbsthilfe. Das sind nicht nur schöne Worte auf dem Papier. „Das sind unsere Werte und die nehmen wir sehr ernst“, sagt Monika Böhm, Vorstandsvorsitzende der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e.V. Wie ernst, das war Ende März in einer großen Anzeige im „Hamburger Abendblatt“ zu lesen. Öffentlich gaben die Mitgliedsunternehmen ihr Versprechen: „Wer unmittelbar wegen der Corona-Pandemie in Schwierigkeiten gerät, seine Nutzungsgebühren zu bezahlen, der muss sich keine Sorgen machen. Ihm wird die Wohnung nicht gekündigt.“

Die Anzeige erschien nahezu zeitgleich mit dem Mietenmoratorium der Bundesregierung, das allen Mietern, die wegen Corona ihre Miete nicht zahlen können, einen Kündigungsschutz für den Zeitraum vom 1. April bis 30. Juni zusichert. Hat sich die Anzeige damit nicht erübrigt? „Für uns nicht, auch weil das Gesetz ein paar Schwächen hat“, erklärt Monika Böhm. „Einige Mitglieder hatten durch die Corona-Pandemie schon im März Einkommensverluste. Manche werden vielleicht noch im Herbst Probleme haben. Unsere Mitglieder sollen wissen, dass sie immer auf ihre Genossenschaft zählen können. Sie müssen sich aber frühzeitig melden, damit wir gemeinsam eine Lösung finden können.“

Denn generell gilt auch beim Mietenmoratorium: Die Pflicht zur fristgerechten Zahlung besteht weiterhin. Der Gesetzgeber eröffnet lediglich die Möglichkeit, die Zahlung aufzuschieben – unter der Voraussetzung, dass es durch die Corona-Krise zu einem finanziellen Engpass kam. Das muss man dem Vermieter glaubhaft machen können, beispielsweise durch Einkommensabrechnungen. Wer also einfach die Nutzungsgebühren nicht mehr überweist, kann trotzdem seine Wohnung verlieren.

Genau deshalb arbeiten die Wohnungsbaugenossenschaften anders: Nach Absprache wird die Nutzungsgebühr für einen gewissen Zeitraum gestundet. Viele bieten an, den Fehlbetrag in den Folgemonaten in kleinen Raten nachzuzahlen – zusätzlich zur monat-

Niemand muss Angst haben, sein Zuhause zu verlieren!

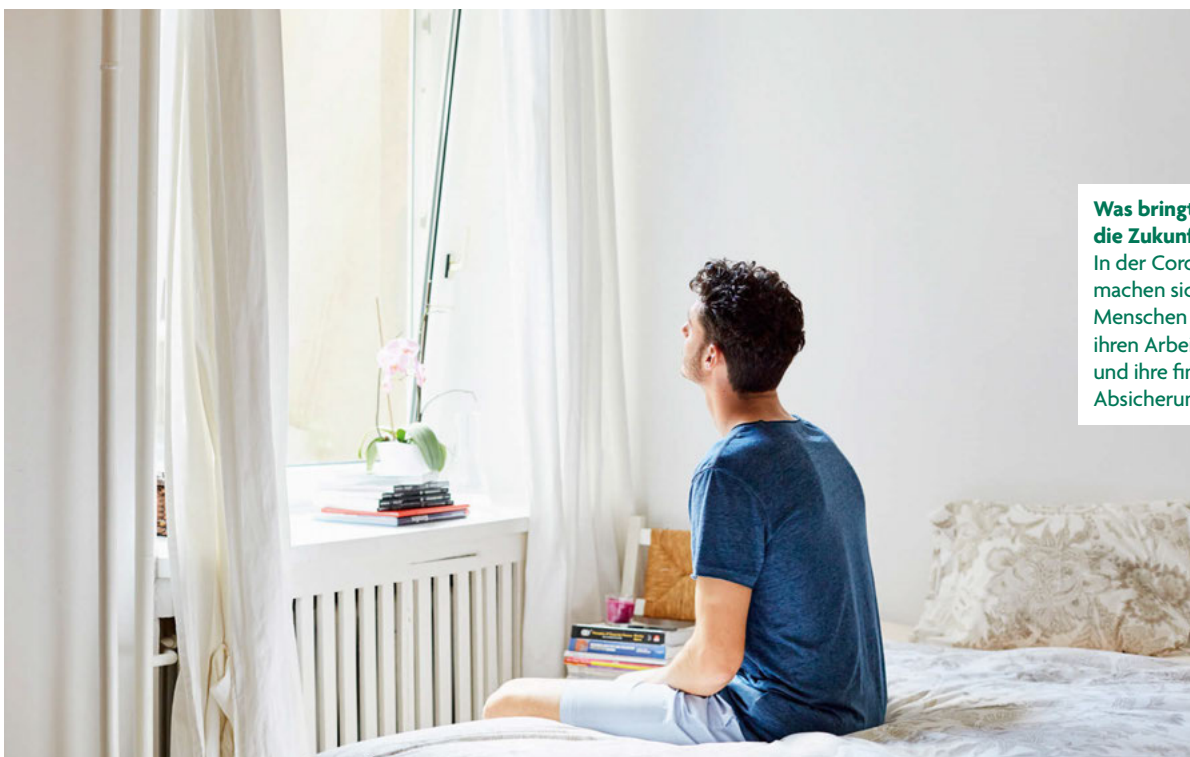
Die Corona-Krise hat viele Menschen in finanzielle Not gebracht. Mitglieder der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften müssen dennoch keine Angst haben, ihr Zuhause zu verlieren. Aber sie müssen handeln.

„Wir suchen gemeinsam mit den Mitgliedern nach Möglichkeiten, die Belastungen zu verkleinern.“

**MONIKA BÖHM,
VORSTANDSVORSITZENDE DER
HAMBURGER WOHNUNGSBAU-
GENOSSENSCHAFTEN**

lichen Nutzungsgebühr. „Zugleich suchen wir gemeinsam mit den Mitgliedern nach Möglichkeiten, die Belastungen zu verkleinern“, sagt Monika Böhm. „Wer derzeit in Kurzarbeit ist, sollte auf jeden Fall prüfen, ob er die Voraussetzungen erfüllt, um Wohngeld zu beziehen“, rät Monika Böhm. Vielleicht ist auch die Aufstockung des Einkommens möglich oder vorübergehend die Grundsicherung ein Ausweg.

Welche Möglichkeiten sich bieten, kommt letztlich auf die individuelle Situation an. Eines ist aber sicher: „Unsere Mitarbeiter*innen sind alle vom Fach und versuchen, den Mitgliedern zu helfen“, macht Monika Böhm Mut. „Deswegen eröffnet ein solches Gespräch oft ganz neue Perspektiven.“



Was bringt die Zukunft?

In der Corona-Krise machen sich viele Menschen Sorgen um ihren Arbeitsplatz und ihre finanzielle Absicherung.

WAS IST WOHNELD?

Ein staatlicher Zuschuss zu den privaten Wohnkosten für eine Wohnung oder ein Zimmer. Dazu zählen auch Genossenschaftswohnungen. Für Gewerberäume gibt es kein Wohngeld.

WER HAT ANSPRUCH?

Grundsätzlich jeder Bürger, der über ein eigenes Einkommen verfügt: Arbeitnehmer, Selbstständige, Rentner und Auszubildende sowie Studierende, wenn sie kein Bafög erhalten. Wer beispielsweise Hartz IV bezieht, hat keinen Anspruch, da mit dieser Leistung die Wohnkosten schon bezahlt werden.

WELCHE VORAUSSETZUNGEN MUSS MAN ERFÜLLEN?

In erster Linie dürfen das Haushaltseinkommen und das Vermögen eine bestimmte Grenze nicht überschreiten. Diese legt der Staat fest. Zum 1. Januar dieses Jahres wurde sie gerade an die Einkommensentwicklung und Mieten angepasst. Seitdem gibt es mehr Wohngeld für mehr Bürger.

GIBT ES EINEN RECHTSANSPRUCH?

Ja! Wenn man die Voraussetzungen erfüllt, darf die Behörde den Antrag nicht ablehnen.

Das Wichtigste zum Wohngeld

Von Wohngeld hat jeder schon einmal gehört. Wie kommt man aber an den Zuschuss und wann lohnt es sich, den Antrag zu stellen? Hier die wichtigsten Infos.

GIBT ES SONDER-WOHNELD WEGEN DER CORONA-KRISE?

Nein. Bei Kurzarbeit könnte aber ein Anspruch auf Wohngeld bestehen, weil in der Regel nur bis zu 67 Prozent des Einkommens gezahlt werden. Einen ersten Check bieten Wohngeldrechner, z.B.: www.anwalt.org/wohngeld

WIE HOCH IST DAS WOHNELD?

Das richtet sich nach dem Haushaltseinkommen und den Wohnkosten. Auch hier helfen Online-Rechner weiter.

WIE LANGE ERHÄLT MAN DEN ZUSCHUSS?

Für gewöhnlich für zwölf Monate. Ist zu erwarten, dass sich das Einkommen zeitnah erhöht – wie bei Kurzarbeit oder Selbstständigen –, kann der Zeitraum auch verkürzt werden. Folge-Anträge sind immer möglich.

WIE KOMMT MAN AN WOHNELD?

Den Zuschuss muss man schriftlich bei der Wohngeldstelle seines Bezirksamts beantragen. Das Formular gibt's auch zum Download unter www.hamburg.de/wohngeld

WELCHE UNTERLAGEN BRAUCHT MAN?

Den ausgefüllten Antrag, Personalausweis oder Reisepass mit Meldebestätigung, Mietvertrag bzw. Dauernutzungsvertrag, letzte Änderung der Nutzungsgebühr, Kontoauszug, Kaltwasserabrechnung, Einkommensnachweise.

AB WANN GIBT'S GELD?

Grundsätzlich ab dem Monat, in dem der Antrag mit allen Nachweisen und Unterlagen eingereicht wurde. Tipp: Um kein Geld zu verlieren, kann der Antrag zunächst formlos per Brief gestellt werden. Innerhalb eines Monats müssen aber alle Papiere eingereicht werden, damit die Frist gewahrt bleibt. Das Wohngeld wird dann rückwirkend gezahlt.

727 Millionen Euro fürs Wohnen

Rund 711 Millionen Euro haben die Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften 2019 fürs Wohnen in Hamburg investiert. Dieses Jahr sind sogar 727 Millionen Euro vorgesehen. Durch die Corona-Krise kommt es aber zu Verzögerungen am Bau.

Zum Thema Wohnen gab's zuletzt viele unschöne Nachrichten. Hier kommen die guten: Die 30 Mitgliedsunternehmen des Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. haben voriges Jahr über 1.128 neue Wohnungen fertiggestellt. Zeitgleich haben sie mit dem Bau von 1.290 neuen begonnen.

Selbstverständlich ist das nicht alles. Auch in den Bestand haben sie kräftig investiert – nämlich rund 311 Millionen Euro

für Instandhaltungen und Modernisierungen. In Summe sind also rund 711 Millionen Euro ins genossenschaftliche Wohnen geflossen.

Eigentlich sollte es so weitergehen. 1.856 Neubauwohnungen wollten die Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften dieses Jahr an glückliche Mitglieder übergeben, für 1.074 sollte der Baustart erfolgen. Das Gesamtbudget hatten sie auf rund 727 Millionen Euro erhöht. „Zurzeit ist aber leider nicht klar, wie weit wir dieses Jahr kommen“, sagt Vorstandsvorsitzende Monika Böhm.

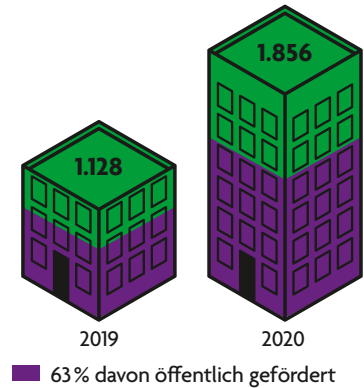
Die nötigen Kontaktbeschränkungen der vergangenen Wochen haben Zeitpläne ins Wanken gebracht. „Zum Schutz der Mitglieder und Handwerker wurden die meisten Arbeiten in den Wohnungen gestoppt“, erklärt Monika Böhm. Auf vielen Baustellen konnte eigentlich weitergearbeitet werden. Nachdem Europa die Grenzen schloss, fehlten jedoch Bauarbeiter und immer öfter Material. „Das führte hier und da zu Verzögerungen.“ Nicht der einzige Effekt der Krise. „Wahrscheinlich steigen durch den zusätzlichen Mangel auch wieder einmal die Baukosten“, schätzt Monika Böhm. „Dann müssen wir wohl ein paar Projekte auf Eis legen oder verschieben.“

Generell wird aber weitergemacht. Gut für den Hamburger Wohnungsmarkt, denn die Genossenschaften bauen nicht irgendwas. Rund 63 Prozent der 2019 fertiggestellten Wohnungen sind öffentlich gefördert. Dieses Jahr ist der Anteil genauso hoch.

Das wirkt sich natürlich auf die durchschnittliche Nutzungsgebühr aus: Aktuell beträgt sie 6,89 Euro*. Das sind 20,4 Prozent

Bezugsfertige Wohnungen

Im laufenden Jahr ist die Fertigstellung von 1.856 bezugsfertigen Wohnungen, rund 700 mehr als im Vorjahr, geplant. Aufgrund der Corona-Krise wird diese Zahl voraussichtlich geringer ausfallen.

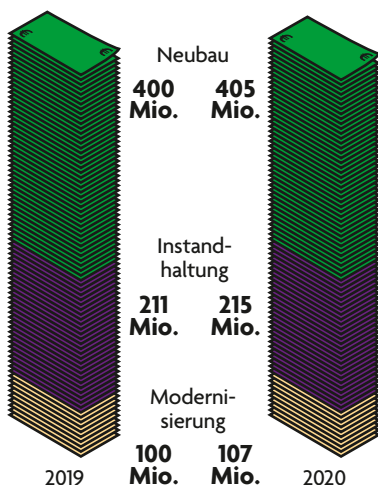


unter dem Hamburger Mietenspiegel (8,66 Euro). Bemerkenswert dabei: Gut 77 Prozent der Genossenschaftswohnungen unterliegen keiner Preisbindung und sind dennoch bezahlbar. Hier liegt die durchschnittliche Nutzungsgebühr sogar nur bei 6,50 Euro*.

*pro Quadratmeter Wohnfläche netto kalt

Investitionen

Die geplanten Gesamtinvestitionen liegen für dieses Jahr bei 727 Millionen Euro. Davon entfällt der Großteil auf Neubauten (Angaben in Euro).



Nutzungsgebühren

Mit ihrer Durchschnittsnutzungsgebühr/m² liegen die Wohnungsbaugenossenschaften auch in 2020 rund 20% unter dem Mietenspiegel.



● Durchschnittliche Nutzungsgebühr je m² Wohnfläche bei den Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften
● Mittelwert des Mietpreises je m² Wohnfläche in Hamburg



Unsere kleine Oase

Wir hätten da ein paar Ideen, wie Sie es sich in diesem Sommer besonders gemütlich auf dem Balkon machen. Damit aber auch alle Nachbarn an der frischen Luft glücklich werden, gilt es, ein paar Dinge zu beachten.

In diesem Sommer bekommt der Balkon eine ganz neue Bedeutung als Rückzugsort und Wohlfühloase. Natürlich kann jeder sein kleines Stück Draußen nach eigenen Wünschen gestalten. Trotzdem gibt es einige Regeln des Zusammenlebens, die dieses Jahr erst recht beherzigt werden wollen.



Nehmen wir mal das **WINDSPIEL**. Es kann wunderschöne, meditative Klänge erzeugen – oder einfach nur nerven. Am besten fragen Sie Ihre Nachbarn, ob die Geräusche sie stören würden. Apropos: Die Nachtruhe sollte auch auf dem Balkon ab 22 Uhr einkehren.

Dass man sich mit einem **SONNEN- ODER SICHTSCHUTZ** etwas mehr Privatsphäre verschaffen möchte, ist ein nachvollziehbarer Wunsch. Allerdings hat der Vermieter Mitspracherecht. Klären Sie Ihr Vorhaben bitte ab, bevor Sie auf eigene Faust eine Markise anbringen oder Löcher für eine Sonnensegelhalterung ins Wärmeverbundsystem bohren. Wer einen Sonnenschirm aufstellt, muss gewährleisten, dass der bei Sturm nicht abhebt.



Gleiches gilt für **BLUMENKÄSTEN & -TÖPFE**. Auch sie müssen unbedingt sturmfest angebracht sein. Im Zweifel: Kästen nach innen hängen. Grundsätzlich gilt: Jeder ist für das, was von seinem Balkon fällt, verantwortlich und haftet für dadurch entstehende Schäden. Pflanz-Tipp: Nehmen Sie

„stehende“ statt „selbstputzende“ Geranien – ihre Blütenblätter rieseln nicht herunter. Und falls die Sonne bei Ihnen eher selten zu Besuch kommt: Knollenbegonien gedeihen auch im Schatten.

Mit Südbalkon lohnt sich eine **SOLARLATERNE**. Deko-Idee: Ein Sonnenglas (www.sonnenglas.net) lässt sich mit Sand, Muscheln oder anderen Kleinigkeiten

aufwerten. Wer **OUTDOOR-TEPPICHE** auslegt, muss darauf achten, dass das Regenwasser gut abfließt und der Balkonboden wieder durchtrocknen kann (Stichwort: Kunstrasen). Apropos Wasser: Bauen Sie sich doch einen kleinen **FUSS-POOL**: Eimer knöchelhoch mit kühlem Wasser füllen, Füße rein – herrlich bei Hitze!



Wer sich etwas mehr Natur ans Haus holen möchte, kann mit **INSEKTHOTELS & VOGELHÄUSCHEN** nachhelfen. Die geflügelten Freunde mit bereits geschälten Sonnenblumenkernen zu füttern, spart das Auf sammeln.



Und was das **GRILLEN** angeht: Das ist klar in der Hausordnung geregelt. Offenes Feuer und Funken stellen eine Gefahr dar, vom Qualm mal ganz abgesehen. Aber auch ein Elektrogrill kann zur Geruchsbelästigung werden, wenn die Würstchen zu lange brutzeln und Nachbarn z. B. gerade ihre Wäsche trocknen. Also: Gehen Sie fair und rücksichtsvoll miteinander um. Dann können alle in Ruhe ihren Sommer genießen.

Gemeinsam durch die Krise



MUNDSCHUTZ NÄHEN

„Die Dunkelblauen mit den Rettungsringen, die sind immer als Erstes weg.“

SYBILLE PETERS, 67, FERTIGT ZU HAUSE MASKEN FÜR IHRE NACHBARN DER WOHNUNGS-BAUGENOSSENSCHAFT GARTENSTADT WANDSBEK.

„Ich nähe schon, seit ich mit den Füßen das Trittbrett der Maschine erreichen kann“, erinnert sich Sybille Peters. Sie ließ die Nadel schon mit dem Herzkissen-Verein für Brustkrebsspatientinnen surren und unterstützte zuletzt Geflüchtete in einem Nähkreis. Privat verwandelt sie Stoff in Gardinen oder Kissenbezüge, auch Kleidung für sich selbst nähte sie hin und wieder. Und nun: Masken, Masken, Masken. Denn die werden gebraucht.

Rund 20 Minuten Arbeit stecken in jeder davon, aber vor allem: Liebe zum Detail. Denn der Mundschutz soll straff sitzen, aber bequem sein und beim Waschen nicht einlaufen. „Man muss es schon ordentlich machen“, bekräftigt die gelernte Seehafenspediteurin, die im Ruhestand ist. Zu Beginn wählte sie die Farbe der Gummibänder passend zum Stoff. Inzwischen muss sie nehmen, was sie bekommt. Auch sie kämpft mit Engpässen auf dem Wochenmarkt und sogar im Internet.

Die Masken zum Mitnehmen verpackt sie in Frischhaltebeuteln und hängt sie desinfiziert in den Flur des Hauses in der Saseler Straße. Sogar einer Nachbarin, die in einer großen Orthopädie-Praxis arbeitet, und einer Freundin, die in einem Seniorenheim tätig ist, half sie schon mit ihren handgemachten Masken aus, „weil auch denen das Material ausgeht“. Eine Notlösung, die in diesen Zeiten von allen dankend angenommen wird.

In kürzester Zeit stellte das Coronavirus uns alle vor völlig neue Herausforderungen. Viele Mitglieder der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften zögerten nicht, sich zu engagieren. Hier stellen wir Ihnen Menschen vor, die mit Aktionen und Ideen den Zusammenhalt in der Nachbarschaft gestärkt haben.

KONZERTE GEBEN

„Musik verbreitet Freude.“

DIE PROFIMUSIKER ALBERTO SANCHEZ, 33, UND JOHANNES KÖPPEN GENIEßEN DEN AUFTRITT VOR BALKON-PUBLIKUM DES ALTONAER SPAR- UND BAUVEREINS IN OTTENSEN.

Bevor die Rutsche, das Karussell und die Tischtennisplatte mit Flatterband abgesperrt wurden, spielten hier Kinder. Heute, am ersten Aprilsonntag, spielen im Innenhof des Röhrigblocks in Ottensen Alberto Sanchez und sein Schwiegervater Johannes Köppen. Die Profimusiker fühlen sich wie bei einem Auftritt in der Barclaycard Arena: „Man steht da unten, die Leute in ihren Logen um einen herum, und alle freuen sich“, so Alberto Sanchez. Für ihn ist es ein Heimspiel: Der gebürtige Paraguayer wohnt in dieser Anlage, seine Harfe kennen hier einige von Geburtstagsfesten.

Johannes Köppen und Alberto Sanchez haben gleich mehrere Bands, mit denen sie normalerweise auf Messen und anderen

Großveranstaltungen auftreten. Einige Konzerte der gemeinsamen Band Chipai auf Sylt oder auf Fehmarn waren geplant. Aber die sind alle auf unbestimmte Zeit verschoben. Ebenso die Altonale, die Köppen mitorganisiert. Sein letzter Auftritt war Mitte Februar.

Doch die Musiker, die beide Mitglied der altoba sind, möchten nicht einrosten. „Nun kommt eben nicht das Publikum zum Konzert, sondern das Konzert kommt zum Publikum“, sagt Johannes Köppen. Neben südamerikanischen Folklore-Stücken mit Jazz-Elementen gibt das Duo an diesem Nachmittag auch Lieder zum Besten, die wirklich jeder kennt. „Don't worry, be happy“ ist so eins. Und zumindest für die Dauer des Konzertes scheint es, als könnten viele Menschen auf ihren Balkonen dank der Musik tatsächlich ihre Sorgen vergessen.

Die wollen doch nur spielen:

Weitere Konzerte für die altoba mit Johannes Köppen am Saxofon und Alberto Sanchez an der Harfe sind in Planung.



**Koordinieren geht
über Studieren:**

Lea Rostock nimmt sich viel Zeit für das Projekt, das Ältere und Immungeschwächte schützen soll.

BESORGUNGEN MACHEN

**„Das Tollste ist,
wenn Leute anrufen
und sagen, dass ihr
Helfer total nett ist.
Oder einfach: ‚Das hat
super geklappt!‘“**

**LEA ROSTOCK, 22, VERMITTELT
AUS IHRER WOHNUNG DER SCHIFFS-
ZIMMERER-GENOSSENSCHAFT IN
DER JARRESTADT JUNGE HELFER, DIE
FÜR RISIKOGRUPPEN EINKAUFEN.**

Als Lea Rostock Anfang März von Barmbek in den Otto-Stolten-Hof in Winterhude zog, war die Welt noch eine völlig andere. Eigentlich säße die 22-Jährige jetzt mit ihren Kommilitonen in Vorlesungen an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Stattdessen nimmt die Studentin nun täglich zu Hause am Computer und Telefon Platz. Von hier koordiniert sie die „Einkaufshilfe Hamburg“. „Wir haben eine Hotline eingerichtet, unter der sich hamburgweit Menschen aus Corona-Risikogruppen melden können, damit jüngere Personen den Gang zum Supermarkt oder zur Apotheke für sie übernehmen.“

Das Projekt rief sie kurzerhand mit ihrem alten Schulfreund Lennart Ladewig ins Leben. Schon als Schulsprecher waren die beiden ein eingespieltes Team. „Wir haben uns immer gern eingesetzt für andere“, sagt Lea Rostock. Das Ganze funktioniert wie eine Patenschaft: Jeder Helfer kauft nur für einen Hilfesuchenden ein. So wird vermieden, dass zu viele Menschen in Kontakt kommen. Mehr als 500 Freiwillige haben sich bei ihnen bereits gemeldet. Und jeden Tag kommen neue hinzu. einkaufshilfehamburg.wordpress.com, Tel. 0157/33 74 56 41 (14–18 Uhr)



TIPP

Mehr Anlaufstellen für Hilfe und Helfer

Arbeiterwohlfahrt

Telefonpatenschaften und Einkaufshilfen:
awo-hamburg.de/miteinander
Tel. 0800/284 36 28

Diakonie Hamburg

Soziale Arbeit der evangelischen Kirchen mit vielen Beratungsangeboten:
diakoniehhd.de/corona

Deutsches Rotes Kreuz Hamburg

Nachbarschaftshilfe-Vermittlung:
hilfe.drk-hamburg.de

Hamburger Freiwilligen-agenturen

Größte Ehrenamtsbörse der Stadt, mit Online-Suche:
freiwillig.hamburg,
Tel. 040/524 79 68 90

Nebenan.de

Einkaufshilfen und Entlastung für Eltern bei der Kinderbetreuung:
nebenan.de/city/hamburg,
Tel. 0800/866 55 44

Wir sind Nachbarn

Vermittlungsplattform für Helfer und Hilfesuchende:
wirsindnachbarn.org

„Wir machen einfach das Beste aus der Situation und bleiben eben anders in Kontakt.“

ONLINE VERABREDEN

DIE DHU-MITGLIEDER EVA KIEFER, 42, UND IHR MANN LARS, 41, VERLEGTE DEN SPIELEABEND MIT IHREN NACHBARN FRANZISKA, 31, UND CHRISTOF MATHIES, 31, INS INTERNET.

Seit Herbst hatten sie sich regelmäßig getroffen, um in Lokstedt die Welt zu retten: „Pandemic Legacy“ heißt das Brettspiel, bei dem bis zu vier Personen gemeinsam Krankheiten behandeln, Heilmittel erforschen und Ausbrüche verhindern. Dann holte die Realität Eva und Lars Kiefer und ihre Nachbarn Franziska und Christof Mathies ein: Mit der Kontaktsperre fiel natürlich auch der gemeinsame Spieleabend erst einmal flach. Kreative Nachbarn aber kann kein Virus aufhalten.

Die Geburtstage der beiden Männer wurden im kleinsten Kreis gefeiert, mit Zuprosten vom zweiten ins dritte OG und etagenübergreifendem Austausch von Knabbereien. Sogar für den Spieleabend fanden die Paare eine Lösung. „Franziska hatte entdeckt, dass es sogenannte Escape Games, wie man sie z. B. auf der Cap San Diego spielen kann, auch im Internet gibt“, erzählt Eva Kiefer. „Das war wirklich witzig: Jedes Paar saß vor dem Computer in der eigenen Wohnung. Per Videokonferenz haben wir dann gemeinsam Rätsel geknackt, um den Fall in dem Spiel zu lösen.“ Mit Happy End: Professor befreit, Impfstoff gefunden, die Welt kann wieder aufatmen. Wenn es doch nur in Wirklichkeit so einfach wäre.



Guten Draht zueinander: Die Nachbarn halten auch kontaktlos Kontakt über den Balkon und das Internet.

Stress, lass nach!



Entspannung jetzt! Allzu oft hetzen wir zwischen all den Aufgaben des Alltags hin und her. Manchmal ist alles zu viel. Dann helfen Strategien, die jeder sofort umsetzen kann.

Durchatmen

Wir tun es ständig, nur leider nicht immer richtig. Stehen wir unter Druck, atmen wir fast immer zu schnell und flach. Bei der gesünderen **Bauch- oder Zwerchfellatmung** fließt der Atem tief in den Bauch, der Körper kann viel Sauerstoff aufnehmen. Einatmen – ausatmen – einatmen – ausatmen. Schon ein paar Minuten helfen, wieder etwas zur Ruhe zu kommen, Druck zu lösen und eine kleine Entspannung zu spüren.

Singen

In der Dusche, beim Kochen, beim Saubermachen, im Fahrstuhl: Es gibt so viele Gelegenheiten. Beim Trällern wird im Körper der Botenstoff Oxytocin ausgeschüttet und erzeugt **Glücksgefühle**. Die Atmung wird tiefer, der gesamte Organismus besser durchblutet, das Immunsystem stimuliert. Während man singt, konzentriert man sich unweigerlich auf den Gesang und kümmert sich weniger um andere Probleme. Belastendes verliert mit jeder Strophe an Schwere.

In eine Baumkrone blicken

Natur entspannt. Eine Studie zeigte etwa: Wer durch die Natur trabt, ist hinterher erholter als ein Sportler, der dieselbe Strecke auf dem Laufband absolviert hat. Und selbst ein Spaziergang im städtischen Grün oder eine Mittagspause unter einem Kastanienbaum steigern die Stimmung, geben **neue Energie** und reduzieren Gefühle wie Angst und Ärger. Wissenschaftler rätseln noch, warum Naturbetrachtungen derart Geist und Körper erquickern. Eine Theorie: Während unsere Aufmerksamkeit im Alltag fokussiert sein muss, kann sie beim Anblick der Natur endlich frei schweben und schweifen – dabei erholen wir uns.

Nein sagen

„Kannst du mal schnell?“ Hilfsbereitschaft und Geselligkeit sind wunderbare Eigenschaften – solange sie nicht zu häufig auf Kosten der eigenen Bedürfnisse gehen. Am Anfang ist es gar nicht so einfach, anderen einen Wunsch abzuschlagen. Wir befürchten, mit einem Nein negative Gefühle im Gegenüber auszulösen, die Beziehung zu belasten oder eine Chance zu verpassen. Aber es lohnt sich, das Neinsagen zu üben! Sobald wir spüren, wie gut es tut, mit **weniger Zeitdruck** durch den Alltag zu gehen, fällt es leichter, Gelegenheiten, Angebote und Aufforderungen vorbeiziehen zu lassen.

Wer durch die Natur trabt, ist hinterher erholter als ein Sportler, der dieselbe Strecke auf dem Laufband absolviert hat.

Augen schließen

Die Augen für einen Moment zu schließen, kann in kritischen Momenten die Rettung sein. Wenn wir uns von der Umwelt abschirmen, gelingt es meist besser, **Körpersignale wahrzunehmen**: das Drücken im Bauch, den Kloß im Hals, das hektische Atmen oder den verspannten Nacken. Wir spüren es nun deutlich und können gegensteuern. Gleichzeitig gelingt es mit geschlossenen Augen oft besser, sich von belastenden Situationen und Gefühlen wohltuend zu distanzieren.

Locker bleiben

Anzunehmen, in jedem Augenblick Hundertprozentiges leisten zu müssen, ist nicht hilfreich, sondern auslaugend. „Tatsächlich erzeugen solche Glaubenssätze, solche tief verankerten Überzeugungen, oft schädlichen Stress“, sagt der Hamburger Stressforscher Prof. Dr. Christoph Bamberger. „Jemand, der charakterlich und von seiner Lebensgeschichte her so geprägt ist, dass er meint, jede Leistung, die nicht hundertprozentig ist, sei inakzeptabel, hat von vornherein ein sehr hohes Stressniveau. Kommt dann noch ein Problem hinzu – zum Beispiel, wenn etwas nicht so funktioniert, wie man will, was ja oft der Fall ist –, läuft das Fass über und das Stressniveau

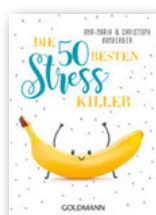
kann leicht in gesundheitlich bedenkliche Bereiche steigen.“ Wer das Pareto-Prinzip im Kopf hat, nimmt leichter Abstand von belastendem Perfektionismus: **Mit 20 Prozent Aufwand erzielen wir 80 Prozent des Effektes**. Für den Rest benötigen wir 80 Prozent der Zeit und Energie. 80 Prozent sind fast immer genug.

Bewegung

Jeder kennt es: Bewegung macht den Kopf frei. Aber warum ist das so? Bei Stress ist unser frontaler Kortex überlastet, das ist der Bereich, der uns zu einer kontrollierten, vernünftigen, sozial handelnden Person macht, die abwägt, plant und Konsequenzen mitberücksichtigt. Stehen wir zu sehr unter Druck, können wir uns einfach nicht mehr richtig konzentrieren, haben das Gefühl, nicht mehr klar denken zu können. Wenn wir uns bewegen, wird ein anderes Hirnareal aktiv, **der motorische Kortex**. Und selbst „einfache Aktivitäten“ wie etwa das Gehen erfordern eine Menge Energie im motorischen Kortex. Dafür wird Aktivität aus den frontalen Bereichen abgezogen. Kurz gesagt: Man kann keine komplizierten Aufgaben beim Sport lösen, aber eben auch nicht verzweifelt grübeln. Keine Zeit für Sport? Treppen steigen, eine Station eher aus dem Bus aussteigen oder mit dem Fahrrad zum Einkaufen: Nutzen Sie im Alltag kleine Gelegenheiten, um die Muskeln zu aktivieren und den Kreislauf in Schwung zu bringen. Kaum eine andere Aktivität reduziert so schnell und wirksam Stresssymptome.

Kurze Pausen

Durcharbeiten, für viele Menschen heute schon ziemlich normal. Damit setzen wir jedoch unseren natürlichen Rhythmus von Be- und Entlastung völlig außer Kraft. „Tagsüber sind wir etwa 70 bis 90 Minuten lang auf Aktivität eingestellt, danach folgt immer ein kleines Leistungstief von etwa 10 bis 20 Minuten. In diesen **energetischen Löchern** sinkt unsere Leistungsfähigkeit kurz ab“, erklärt der Sportwissenschaftler Prof. Dr. Ingo Froböse, der ein Buch über die Notwendigkeit von Pausen geschrieben hat („Power durch Pause“, GU). Die Zwischentiefs sind der Zeitpunkt für eine kurze Pause. Der Körper signalisiert, wann es so weit ist: Wir sind reizbarer. Laute Geräusche stören mehr, Konzentration und Motivation lassen nach. Jetzt tut es gut, kurz aufzustehen, das Fenster zu öffnen, die Gedanken schweifen zu lassen und einfach tief zu atmen.



BUCHTIPP

Ana-Maria Bamberger/
Christoph Bamberger:
„Die 50 besten Stress-
Killer“, Goldmann, 5 Euro.
Viele alltagstaugliche
Tips und ein Selbsttest.

Zuhause

Wo haben wir alle in den letzten Wochen am meisten Zeit verbracht? Genau, in unserem Zuhause! Das war manchmal anstrengend, aber meistens auch ganz schön...

Die Autorin **Yvonne Hergane** hat darüber ein Gedicht geschrieben.

Zuhause ist da, wo Mama ist.
Wo Papa die Schlüssel im Flur vergisst.

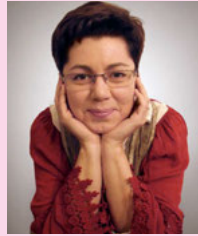
Zuhause ist da, wo es lecker schmeckt
und man den einzigen Kirschkern entdeckt.

Zuhause ist da, wo am Tisch jeder schreit
und dann jeder jedem – auch sich selber – verzeiht.

Zuhause ist da, wo Pupse so krachen,
dass Papa beinahe vom Stuhl fällt vor Lachen.

Zuhause ist da, wo Türen knallen
und Mama ruft: „Vorsicht, nicht runterfallen!“

Zuhause ist da, wo die Katze spuckt.
Und da, wo der Hund alle Würstchen verschluckt.



Yvonne Hergane
ist Autorin und literarische Übersetzerin. Sie schreibt Bücher für verschiedene Verlage, wobei ihre besondere Liebe dem Spiel mit Reimen und Worten gehört. Sie wohnt nahe der Nordsee und ist Mitglied der Elbautoren.
hergane.de
elbautoren.de

Zuhause ist da, wo der Wasserhahn tropft
und der Nachbar wild an die Decke klopft.

Zuhause ist da, wo Socken verschwinden,
um tief unterm Schrank neue Partner zu finden.

Zuhause ist da, wo das Baby weint.
Zuhause ist da, wo die Sonne scheint.

Zuhause ist da, wo bei Gewittern
alle zusammen in einem Bett zittern.

Zuhause ist da, wo Frieden ist.
Und niemand dich fragt, wo du geboren bist.

Zuhause ist wissen: Da gehör ich hin.
Zuhause ist da, wo ich bin, wie ich bin.

KENNT IHR HAMBURG?



Was ist alles im Labskaus?

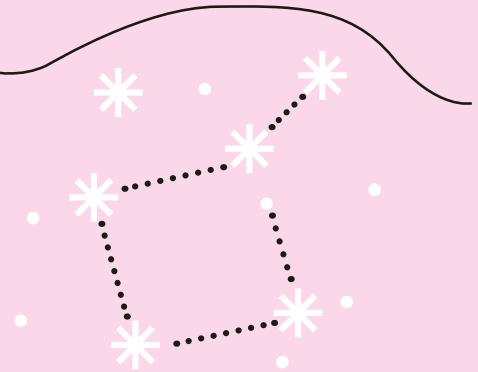
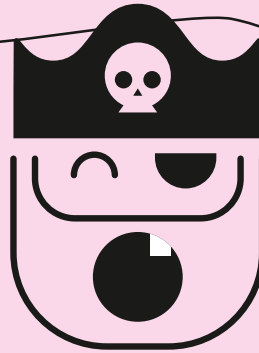
Na, wer hat das typisch hamburgische Gericht schon einmal probiert? Dabei handelt es sich um ein Püree aus Kartoffeln, Rindfleisch, Matjes, Rote Bete und Gewürzgurke. Dazu gibt es Rollmops und Spiegelei. Und falls du dich jetzt fragst, warum die Sachen nicht

einzelne auf dem Teller liegen, sondern als Matschepampe:

Das Labskaus wurde für die Seeleute in Hafenstädten wie Hamburg erfunden – und die hatten damals nach vielen Jahren auf dem Schiff oft so schlechte Zähne, dass sie nicht mehr kauen konnten.

Wer war eigentlich Zitronenjette?

Die Frau, die vor über 100 Jahren fast jeder in Hamburg unter dem Namen Zitronenjette kannte, hieß eigentlich Henriette Müller. Sie lebte in der Nähe des Michels und verdiente ihren Lebensunterhalt, indem sie Zitronen aus einem Korb an die Hamburger verkaufte. „Zitroon! Zitroon!“, rief sie dann, so laut sie konnte, und aus allen Richtungen kamen Leute herbei, die Zitronen kaufen wollten.



Wie kommt der Himmel ins Planetarium?

Im Stadtpark steht das Planetarium, ein umgebauter Wasserturm. In einem Planetarium wird der Sternenhimmel als Bild auf eine Projektionskuppel geworfen. Dabei ist das wichtigste Gerät die sogenannte Himmelsmaschine. Darin befinden sich 32 Sternfeldprojektoren, die den Sternenhimmel für jeden beliebigen irdischen Standort naturgetreu abbilden können. Das Hamburger Planetarium ist das meistbesuchte Sternokino in Deutschland.

REFORMATIONSZEIT



Zwei Schwestern

Ein schmaler Roman mit einer gewichtigen Geschichte: Wir springen in die Jahre ab 1530 und begleiten zwei Hamburger Schwestern durch die Wirren der Reformationszeit, deren Neuerungen ihre Leben komplett auf den Kopf gestellt haben. Ein schlauer und unterhaltsamer Exkurs in eine Zeit, von der die meisten von uns eher wenig wissen dürften.

Petra Oelker, 176 Seiten, Rowohlt



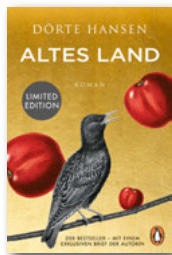
FAMILIEN-SAGA

Die Bertinis

Diese groß angelegte Familien-Saga begleitet die deutsch-italienischen und teiljüdischen Bertinis durch die Zeit des Nationalsozialismus. Die in Barmbek lebende Musikerfamilie, in der niemand den jüdischen Glauben aktiv lebt, wird sich erst langsam über das nahende Unheil bewusst. Ein fiktionaler, aber durchaus autobiografisch geprägter Roman und ein wichtiges Stück Hamburger Literaturgeschichte. Und eine Liebeserklärung an unsere Stadt.

Ralph Giordano, 784 Seiten, Fischer Taschenbuch

ZWISCHEN STADT UND LAND



Altes Land

Vor den Toren unserer Stadt, in der Elbmarsch, liegt das Alte Land. Hier lebt Vera, die vor über 60 Jahren als Flüchtlingskind aus Ostpreußen hier strandete – und nun ihre Nichte Anne beherbergt, die aus Ottensen geflüchtet ist, wo es für

sie unerträglich geworden ist. In diesem Buch prallen Familiendramen, norddeutsche Geschichte, große Gefühle und einige der interessantesten Romanfiguren der letzten Jahre aufeinander. *Dörte Hansen, 304 Seiten, Penguin*

Hamburg, deine Bücher!

Nutzen Sie diesen Sommer doch, um sich Ihrer Heimatstadt literarisch anzunähern! Ein paar Empfehlungen finden Sie auf dieser Seite. Und noch etwas: Unterstützen Sie **LOKALE BUCHHÄNDLER**. Bestellen Sie nicht online, sondern beim Buchladen um die Ecke – in einem Tag ist das Buch da. Alle hier vorgestellten Romane kann man natürlich auch gegen eine geringe Jahresgebühr bei den **HAMBURGER BÜCHERHALLEN** ausleihen – in der gedruckten Version oder als eBook. Ein Besuch der Website lohnt sich schon wegen des Menüpunkts „Hamburger Autorengalerie“. Klicken Sie mal rein: buecherhallen.de

DIE STADT LESEND
SOMMER-
LEKTÜRE
ENTDECKEN

JAHRHUNDERT-TRILOGIE

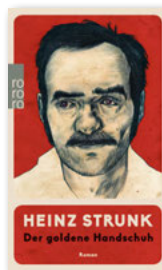


Töchter einer neuen Zeit

Vier Frauen, geboren um 1900, freunden sich an und verbringen ihre Leben in Hamburg miteinander – vorrangig in Uhlenhorst und um die Außenalster. Zwei Weltkriege, wirtschaftlicher Auf- und Abschwung, Liebe, Freundschaft und Familie: Dieses Roman-Trio umspannt ein ganzes Jahrhundert. Große Unterhaltung, die ganz nebenbei jeden, der es liest, zum Experten für Hamburger Stadtgeschichte macht.

Von Carmen Korn, je ca. 560 Seiten, Rowohlt

KRIMINALGESCHICHTE

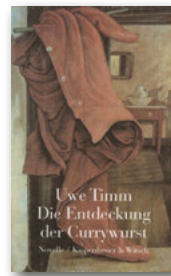


Der goldene Handschuh

In den 1970ern erschütterten die Taten des Serienmörders Fritz Honka die Stadt. Honka, der seine Opfer im Trinkermilieu der Kiez-kneipe „Der goldene Handschuh“ traf, ist zweifelsohne eine der traurigsten Gestalten der Hamburger Geschichte. Dieser Roman ist

nah an den dokumentierten Ereignissen erzählt und eine brillante Milieustudie des Hamburgs dieser Zeit. Keine leichte Kost, aber absolut wertvoll! *Von Heinz Strunk, 256 Seiten, Rowohlt*

AM ENDE DES KRIEGES



Die Entdeckung der Currywurst

Anfang Mai 1945, britische Truppen übernehmen die Kontrolle über Hamburg. In ihrer Wohnung in der Neustadt beherbergt Lena Brücker einen 20 Jahre jüngeren kriegsmüden Marinesoldaten. Der fühlt sich dort so wohl, dass er spontan zum Deserteur wird. Um ihn nicht gehen lassen zu müssen, verschweigt ihm seine Gastgeberin das Kriegsende – und erfindet schließlich auch noch die Currywurst. Ein wunderbares Stück Literatur! *Von Uwe Timm, 224 Seiten, Kiepenheuer & Witsch*

GEWINNEN SIE
3x2
Tickets für
„Tierpark in Concert“



Normalerweise trompeten hier nur die Elefanten, für den Gesang sind die Vögel zuständig und hier und da wird vielleicht ein Balztanz aufgeführt. Am 1., 8. und 15. August ab 18 Uhr aber übernehmen die Menschen im Tierpark Hagenbeck das Musizieren. An den Eingängen, entlang der Wege und auf den Bühnen sorgt Livemusik von Jazz über Klassik bis Rock 'n' Roll für tierisch gute Unterhaltung. Mitsingen und Mittanzen sind ausdrücklich erwünscht. Sie wollen dabei sein? * Rätsel lösen und mitmachen (Infos siehe unten)!

Berliner Großkaufhaus (Abk.)	Sterndeuter	große Trockenheit	8	Erdzeitalter		Organisation, Club	raumsparend verpacken	Doppelrumpfbboot	Holzraummaß	7
▶	▼	▼			10	altes dt. Kartenspiel	▼	▼		
französisch: auf	▶			päpstl. Gericht	▶		4		Frauenkurzname	
Wärme-grad	▶			▼					▼	
verwirrt		3								
▶			religiöse Handlung	▶						Ruhegeld
			ehem. dt. Währung	▼	2					▼
Auszeichnung	▶					Titel arab. Fürsten	▶			
						völlig	12			
▶		13			nord. Götterbotin	▶			bibli-scher Priester	
			1		Aktion	▼				
Harze von Tropenbäumen			Studen-ten-aus-schuss	▶				Nutztier der Lappen	▶	5
▶		11			Rechts-vertreter	▶		6		
Riese im franz. Märchen			junges Reh	▶						niemals
					9					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

So machen Sie mit:

Schicken Sie uns das Lösungswort per E-Mail an gewinnspiel@beiuns.hamburg oder senden Sie eine Postkarte an Torner Brand Media GmbH, Stichwort: „bei uns“, Arndtstraße 16, 22085 Hamburg. Einsendeschluss ist der 24. Juli 2020. (* Die Tickets sind dauerhaft gültig und können auch nach August als reguläre Eintrittskarten genutzt werden.)

Wir bitten um vollständige Angabe Ihres Namens, Ihrer Telefonnummer und Ihrer Genossenschaft. Unvollständig ausgefüllte Einsendungen nehmen nicht an der Verlosung teil. Teilnahmeberechtigt sind die Mitglieder der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

— IMPRESSUM —

bei uns – Wohnen mit Hamburger Genossenschaften
erscheint im Auftrag der Mitglieder des Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e.V.



Besser als gewohnt

Herausgeber:

Walddörfer
Wohnungsbaugenossenschaft eG
Volksdorfer Damm 188, 22359 Hamburg
Tel. 040 6044760
info@walddoerfer.de
www.walddoerfer.de

Erscheinungsweise:

4x jährlich (März, Juni, September, Dezember)

Verlag und Redaktion:

Torner Brand Media GmbH
Arndtstraße 16, 22085 Hamburg
www.torner-brand-media.de
redaktion@beiuns.hamburg
Verlagsgeschäftsführer: Sven Torner
Redaktionsleitung: Sarah Ehrlich (V.i.S.d.P.)
Gestaltung: Kristian Kutschera (AD),
Inés Allica y Pfaff, Anne Danner
Redaktion/Mitarbeit: Sascha König (Textchef), Julian Krüger (Herstellung),
Ewelina v. Lewartowski-Jansen,
Oliver Schirg, Almut Siegert,
Schlussredaktion.de (Schlussredaktion)
Litho & Herstellung: Daniela Janicke
Redaktionsrat: Monika Böhm, Alexandra Chrobok, Julia Eble, Dana Hansen, Eva Kiefer, Silke Kok, Oliver Schirg, Ewelina v. Lewartowski-Jansen

Für Beiträge und Fotonachweise auf den Unternehmensseiten sind die jeweiligen Genossenschaften verantwortlich.

Druck:

Meinders & Elstermann GmbH & Co. KG,
Weberstraße 7, 49191 Belm

Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.

Hinweise:

Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung und Kürzung von Leserbriefen vor. An Rätseln und Gewinnspielen dürfen nur Mitglieder der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften teilnehmen.



wohnungsbaugenossenschaften-hh.de

Info-Telefon: 0180/22 44 66 0

Mo. – Fr.: 10 – 17 Uhr

(6 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise können abweichen)

Die drei Lösungswörter aus dem letzten Heft lauten: Hausmeister, Finkenwerder und Dreimaster

Foto: Maren Martens



Carpaccio alla caprese

TOMATEN AUS DER REGION? WENN, DANN JETZT!

Tomaten brauchen viel Sonne, um zu wachsen – aus lokalem Anbau gibt es sie deshalb bei uns vor allem in den Sommermonaten. Der Clou an dieser Variante des Klassikers „Caprese“ ist eine aromatische Creme aus halb getrockneten Tomaten und Pinienkernen, die die Grundlage für die dünn aufgeschnittenen Früchte und den köstlichen Büffelmozzarella bildet.

Zutaten (für 4 Personen)

TOMATENCREME

- 30 g Pinienkerne
- 100 g halb getrocknete Tomaten in Öl
- abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

CARPACCIO

- 800 g bunte Tomaten (je nach regionalem Angebot: Strauch-, rote und grüne Ochsenherz- und Kirschtomaten)
- 4 Stiele Basilikum
- Olivenöl
- Pink Salt Flakes
- Pfeffer aus der Mühle
- 6–8 Kugeln Bocconcini (kleine Büffelmozzarella)
- alter Balsamico

Zubereitung

1. Für die Tomatencreme die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Dann mit den restlichen Zutaten fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Die Tomaten waschen und den Blütenansatz ausschneiden. Die großen Tomaten in dünne Scheiben schneiden, die Kirschtomaten halbieren oder vierteln. Das Basilikum waschen, trocken tupfen, die Spitzen abzupfen und beiseitelegen, die restlichen Blättchen fein schneiden.

3. Die Tomatencreme auf 4 Tellern dünn und kreisrund aufstreichen. Die Tomatenscheiben rosettenförmig auf der Creme anrichten, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Pink Salt Flakes und Pfeffer würzen. Die Kirschtomaten mit etwas Olivenöl, Pink Salt Flakes und Pfeffer marinieren. Das geschnittene Basilikum zugeben und alles auf den Tomatenscheiben verteilen. Die Bocconcini halbieren und auf die Tomaten setzen. Mit dem Balsamico beträufeln und mit den Basilikumspitzen garnieren.

Guten Appetit!

TIPPS

Alles Tomate, oder was?

AUS DER REGION

Kaufen Sie im Sommer Tomaten aus regionalem Anbau. Jetzt gibt es auf den Wochenmärkten z.B. die Vierländer Platte. Tipp: der Tomatenstand auf dem Isemarkt – den bunten Mix auf dem Bild links bekommen Sie dort.

RICHTIG LAGERN

Die Früchte gehören nicht in den Kühlschrank. An schattigen Orten bei eher hoher Luftfeuchtigkeit und bei 12–18 °C fühlen sie sich am wohlsten.

ALTE SORTEN

Der Verein Tomatenretter setzt sich für den Erhalt von Saatgut für alte Sorten ein. Auf dem Gelände am Reitbrooker Hinterdeich werden Hunderte Sorten gepflanzt, es gibt über 300 Saatgut-sorten, von denen man als Mitglied vier pro Saison bekommt und privat anbauen kann. Wertvoll! tomatenretter.de

Das Rezept stammt aus dem Kochbuch „Echt Poletto – Geheimnisse meiner Küche“ von Cornelia Poletto. Darin finden sich mediterran inspirierte Rezepte für alle vier Jahreszeiten, dazu gibt es die persönlichen Lieblingsrezepte der Hamburger Spitzenköchin (Gräfe und Unzer).



„DAUER
NUTZUNGS
VERTRAG“

KLINGT

NUR NICHT SO

SEXY



WIE ER IST

Wir bieten lebenslanges Wohnrecht

wohnungsbaugenossenschaften.de

DIE WOHNUNGSBAU
GENOSSENSCHAFTEN



DEUTSCHLAND