

lenz live

Zeitung für die
Lenzsiedlung
und Umgebung

**POMIKU: Ein neues Projekt
in der Lenzsiedlung (S. 4 - 5)**

Wie kommt unser Honig ins Glas? (S. 8 - 9)

**Monolog einer Frau aus
der Lenzsiedlung (S. 10 - 11)**

روزنامه
محلہ لٹز سڈلوئنگ
Le Journal
de La cité

Газета
микрорайона
Lenzsiedlung

revista
del barrio

Bizim
Gazetemiz

Lenzsiedlung
Informes

Nr. 3, 2018

2 Inhalt

3 Vorwort

AKTUELLES

4 POMIKU: Ein neues Projekt

5 Herbstferien 2018

6 Glosse

7 Auch Bienen brauchen Pflege

8 Wie kommt unser Honig ins Glas

10 Monolog einer Frau aus
der Lenzsiedlung

12 Die Nähwerkstatt

14 Ratten

VERBRAUCHERTIPPS

16 Mieterverein

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

18 Danke für den tollen Start

RUND UMS BÜRGERHAUS

20 Alt und Jung

21 Der interessante Gast

21 Wir sagen Tschüss

22 Lisa Scharffenberg stellt sich vor

24 Besondere Termine

25 Das Bürgerhaus kocht

26 Kurse

27 LenzTreff

28 Beratung

29 Bürgerhaus

30 Kinderclub

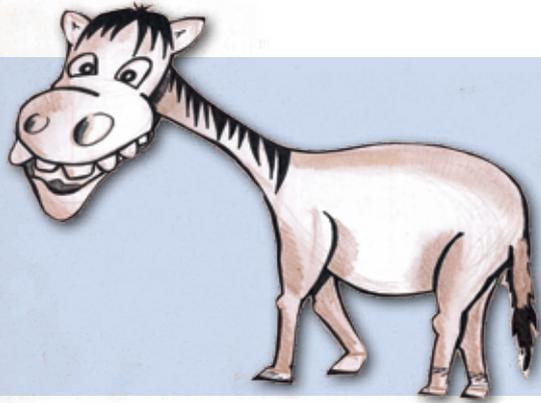
30 Musikprojekt

31 Jugendbereich

SONSTIGES

23 Impressum

Mein Sommer war gigantisch.
Sommer, Sonne, Ferien und ein
Gefühl, als wenn wir in südlichen
Gefilden leben.



Liebe Leserinnen und Leser,

die Sommerferien begannen und Deutschland zeigte der ganzen Welt, auch unser Land ist zum Chaos fähig. Zu Anfang des Sommers bewiesen Provinzpolitiker aus Bayern, das ihnen Macht, Besserwisserei und Beleidigungen mehr bedeuten als menschenwürdiges Verhalten gegenüber Flüchtlingen.

Ein einiges Europa war nach dem brutalen, von Deutschland ausgehenden Krieg die große Hoffnung und die größte friedliche Errungenschaft, die jemals auf unserem Kontinent bestanden hat.

Rechte, populistische Parteien in den Ländern Italien, Ungarn, Polen, Tschechien und jetzt auch Österreich zerstören diese Hoffnungen wieder. Haben wir alle nichts aus der Vergangenheit gelernt?

Auch in unserem Land erwächst eine rechte Partei mit faschistoidem Gedankengut.

Wir wollten mal ein freies Europa mit offenen Grenzen, einer einheitlichen Währung und einer offenen, solidarischen Gesellschaft sein. Müssen wir uns von dieser Vision nun verabschieden?

Und was war das für ein Sommer! Ab April wurde es kontinuierlich wärmer und wärmer. Während ich das Vorwort schrieb, ist die Temperatur auf 38 Grad angestiegen. Die Badesseen und Schwimmbäder sind überfüllt, in den Städten herrschen tropische Temperaturen und den Bauern vertrocknen Korn, Gemüse und die Früchte auf den Feldern. Während die meisten Menschen in unseren Breitengraden den Sommer genießen, leiden viele unter der ungewöhnlichen Hitze.

Oder ist so ein Sommer in Zukunft gar nicht mehr so selten. Spüren wir jetzt auch die Klimaveränderung und müssen uns darauf einstellen? Klimaforscher weisen schon seit längerem darauf hin, dass es immer wärmer wird.

Das Gletschereis schmilzt und starke Regenfälle mit verheerenden Überschwemmungen werden immer häufiger in der Zukunft. Deshalb müssen wir uns engagieren und alte Gegebenheiten in Frage stellen.

Viel Vergnügen beim Lesen und wir wünschen allen wunderschöne Herbstferien.

Wenn Sie sich unseren Film über Angebote in der Lenzsiedlung anschauen möchten, benutzen Sie diesen QR-Code

Der Film zur Siedlung unter
WWW.LENZSIEDLUNG.DE/DERFILM



POMIKU: In der Lenzsiedlung startet ein neues Projekt!

POMIKU – dieser Name wird Ihnen, liebe Bewohnerinnen und Bewohner der Lenzsiedlung, in den nächsten vier Jahren wahrscheinlich häufiger begegnen. Und auch die Menschen, die für dieses neue Projekt aktiv sein werden, treffen Sie natürlich in der Lenzsiedlung an.

Das Team besteht aus Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen von Lenzsiedlung e.V., der Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW) Hamburg und der Universität Hamburg. POMIKU - das ist die Abkürzung für „Postmigrantische Familienkulturen“. Das Projekt wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert und dabei geht es v.a. darum, herauszufinden, was „Familie Sein“ in der Lenzsiedlung eigentlich bedeutet. Familie: Was ist das eigentlich? Da kann es um Alltägliches gehen, um Lustiges und Bewegendes, Trauriges, um Erinnerungen, Wünsche für die Zukunft und vieles mehr!

Das herauszufinden gelingt natürlich nur zusammen mit Ihnen als Experten und Bewohner und Bewohnerinnen vor Ort!

Das Herzstück des Projekts POMIKU wird das Café Büchner bilden – dort können alle ins Gespräch kommen und sich austauschen. Sie werden außerdem herzlich dazu eingeladen, mit uns zusammen kreativ zu werden, denn es sind Ausstellungen, Lesungen und andere Veranstaltungen zu diesen Themen geplant.

Vielleicht haben Sie als Bewohner und Bewohnerinnen ja auch Ideen, wie für Sie das Café zu einem Ort des Austausches über das Leben in der Lenzsiedlung werden kann? Wir würden uns freuen! Das Café Büchner soll so wieder stärker zu einem Treffpunkt für alle in der Siedlung werden,



Annette



Ralf



Monika

für das Gespräch zwischen den Kulturen, zwischen den Generationen, zwischen Familien oder eben einfach zwischen Nachbarn und Nachbarinnen.

Das Ziel des Forschungsprojekts POMIKU ist es zum einen, herauszufinden, was ein positives Ankommen und Miteinanderleben so vieler verschiedener Familien in der Lenzsiedlung möglich macht. Zum anderen möchten wir herausfinden, was alle für ein weiterhin gutes Zusammenleben brauchen. Fragen sind z.B: *Müssen Dinge verändert werden?* Was brauchen Sie als Bewohner und Bewohnerinnen? Fehlt etwas, damit alle in der Lenzsiedlung sich wohl fühlen? Das werden Fragen des Projekts sein.

Die Ergebnisse des Projekts sollen später auch an wichtige Helfer und Unterstützer in der Lenzsiedlung zurückgespielt werden, also z.B. an die Teams aus der Sozial- und Familienberatung, der Sozialen Arbeit und der Elternarbeit. Und am Ende des Projekts können die anderen Hamburger Bezirke und Stadtteile bestimmt etwas vom Zusammenleben der Menschen und ihren Erfahrungen in der Lenzsiedlung lernen.

Mehr zum Forschungsprojekt POMIKU und den geplanten Aktivitäten erfahren Sie in den nächsten Ausgaben von LenzLive und bei verschiedenen Informationsveranstaltungen. Wir freuen uns auf die Begegnung und die Zusammenarbeit mit Ihnen, liebe Bewohner und Bewohnerinnen der Lenzsiedlung!
Ihr POMIKU-Team.

Annette, Monika, Ralf

HERBSTFERIEN 2018

In der zweiten Herbstferienwoche, vom 08.10. bis einschließlich 12.10.18, wird in unseren Räumlichkeiten zum dritten Mal der TalentCAMPus der Jungen Volkshochschule stattfinden.

In diesem Rahmen werden unter anderem Kurse zu den Themen Graffiti, Musik und Tanz angeboten.

**Ansprechpartner:
Ole Müller, Koordinator der offenen Kinder- und Jugendarbeit von Lenzsiedlung e.V.**

**Tel.: 040/ 43 09 67 -60
E-Mail: kinderundjugend@lenzsiedlung.e.v**



Arbeiten aus dem Frühjahrskurs Print & Spray und Upcycling

glosse

Christa-Luise Seiß



Ich laufe, also bin ich

bald sind es zwanzig Jahre, dass ich dem Sport des Joggens fröne und es gab Momente, insbesondere in meinen Anfängen, wo ich vom Marathon in Berlin oder New York träumte. Ich träumte auch davon, meinen Pfunden davon zu laufen und im Alter rank und schlank zu sein. Nun, um es vorneweg zu nehmen: Es hat sich weder das eine, noch das andere erfüllt, aber trotzdem liebe ich das Joggen nach wie vor, wenn es auch manchmal schwer fällt.

Die Anfänge waren sehr hart, sowohl in körperlicher als auch in mentaler Hinsicht. Zum einen wirkten sich die diversen Zigarettensmarken, die ich in meinem Leben so konsumiert habe, als auch das eine oder andere Sahnetörtchen auf den Hüften, negativ aus und ich quälte mich schweratmend mit kleinen Trippelschritten um die Häuser. Da ich meistens erst nach Arbeitsschluss mein neues Hobby betreiben konnte, ich hatte im Januar des Jahres 2000 damit begonnen (Vorsatz fürs neue Jahrtausend) lag aber das Dunkel der Nacht gnädig über meinem Treiben. An den Wochenenden, wo ich morgens ungefrühstückt das Gehege oder den

Stadtpark aufsuchte, konnte ich mir so wunderbare Kommentare wie: „Mama, was macht denn die dicke Frau da?“ oder „Wenn Sie mehr Tomaten und Gurke essen würden, brauchten Sie sich hier nicht lang zu schleppen“ anhören. Besonders erfreulich fand ich die wohlmeinenden Bemerkungen meine Gesundheit betreffend: „Passen Sie auf, dass Sie keinen Herzschlag kriegen“ oder „in Ihrem Alter bringt das auch nichts mehr“.

Ja, meine Mitmenschen waren mir, ebenso wie meine Freunde eine große Unterstützung. Der damals 17-18jährige Sohn erklärte sich manchmal freundlich bereit, eine kleine Runde mit mir zu laufen, was mich allerdings so demoralisierte, dass ich das bald wieder aufgab. Entweder rannte er wie ein Verrückter vor mir her, um dann irgendwo pfeifend auf einer Bank sitzend auf mich zu warten oder er dribbelte mit seinem Fußball vor meinen Beinen rum, was mich völlig aus dem Rhythmus brachte.

Also habe ich für mich entschieden, allein zu joggen, was ich bis heute tue. Ich brauche auch kein Headset, kein iPhone, keine Musik, nichts. Ich brauche nur meine

Gedanken, die Wege durch Wiesen und Wald, entlang der Kollau, der Tarpenbek, durch das Gehege, am Alster- und Elbufer und viele, viele mehr. Und ich bemerke beim Laufen viel intensiver, wie die Jahreszeiten wechseln, höre die Vögel oder auch die Flugzeuge, die in kurzen Abständen meine Strecke kreuzen oder das enorme Rattern der Güterzüge an der Bahntrasse in Lokstedt.

Nun ist das Laufen mir und meinen Knochen über die Jahre nicht leichter geworden, wie auch ich nicht leichter geworden bin und manchmal protestieren meine Kniee schmerzhaft, aber ich habe viele schwere Zeiten im wahrsten Wortsinn „durchlaufen“ und freue mich, so lange durchgehalten zu haben.

Zu einem Marathon hat es zwar nicht gereicht, aber immerhin habe ich erfolgreich an drei Halbmarathons teilgenommen. Das werde ich heute nicht mehr schaffen, aber ich werde hoffentlich noch lange weiter laufen durch Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Ach ja, das Hamburger Wetter. Das macht mir heute genau so wenig aus, wie die doofen Bemerkungen der Leute. Ich laufe einfach weiter

Auch Bienen brauchen Pflege



Die erste Ernte unseres Honigs fand reissenden Absatz. Mit dem Erlös werden wir das Projekt weiterführen.





Efliche Honigwaben stapelten sich in der Küche unserer Gastro. Mit einem speziellen Schaber wurde die Wachsschicht von den

Wie kommt unser Honig ins Glas?

Wissen Sie es? Zuerst einmal, Honig wächst nicht im Glas, sondern es sind unsere Bienen, die für uns den Honig sammeln.

Seit geraumer Zeit ist Lenzsiedlung e.V. stolzer Besitzer eines, demnächst zweier Bienenvölker. Diese residieren auf dem Dach der Gastro. Von dort aus fliegen die Bienen in die Umgebung und verrichten ihre wichtigste Arbeit. Sie bestäuben die Pflanzen. Ohne Bienen wachsen kein Getreide, kein Obst und auch kein Gemüse. Sie sind mit die wichtigsten Insekten. Bedauerlicher Weise schrumpft ihr Bestand unaufhörlich durch die weltweit angewandten Pestizide, die auf Äckern und Weiden verteilt werden. Ohne Bienen, keine Nahrung, auch nicht für den Menschen. Schon seit Jahrtausenden ist Honig ein wichtiges



So sieht eine Honigschleuder aus



Waben gekratzt und dann in die Schleuder gestellt. Da es sich um ein Lebensmittel handelt, ist Hygiene äußerst wichtig.

Nahrungsmittel für den Menschen. In steinzeitlichen Gräbern wurden Gefäße mit versteinertem Honig ausgegraben.

Jedes Bienenvolk hat mehrere Waben, in denen der gesammelte Honig gelagert und dann mit Wachs verschlossen wird. Die Bienen sammeln den Honig als Vorrat für ihre Königin, die immerzu für den Bienennachwuchs sorgen muss.

Da der Mensch den Honig für sich aus den Bienenstöcken nimmt, werden die Bienenvölker im Winter mit Zuckerwasser versorgt, damit sie nicht verhungern.

Wenn die Waben voller Honig sind wird die obere Wachsschicht angekratzt und die einzelnen Waben in eine Honigschleuder gestellt. Durch schnelles Drehen wird der Honig herausgeschleudert. Aus einem Hahn fließt der Honig, der jetzt aufgefangen wird.

Mit dem nächsten Schritt wird dieser frische Honig mehrere Male gefiltert und in der Zentrifuge

gesammelt, um die Restbestände z. B. Wachs zu entfernen. Jetzt kommt der Zeitpunkt, an dem der Honig in die Gläser gefüllt werden kann. Die Waben werden natürlich gesäubert und weiter verwendet. Bis zur nächsten Honigernte.

Die Anwohner, die am letzten Nachbarschaftsfest dabei waren, können sich vielleicht daran erinnern, wie wir eine Verkostung des ersten Honigs angeboten hatten. Er schmeckte allen.

Um unsere Bienen muss sich natürlich auch gekümmert werden. Das besorgen einige sehr engagierte Menschen aus der Lenzsiedlung.

Sie sorgen dafür, dass es den Völkern gut geht. An einem Freitag im Juli wurde dann der neue Honig geschleudert. Jede Hilfe war da willkommen. Zusammen macht so etwas auch mehr Spaß. Die Natur beschenkt uns reichlich, wir müssen nur sorgsam mit ihr umgehen.

I.-M. Brehm-Werner

Monolog einer alten Frau aus dem zehnten Stock der Lenzsiedlung

● Ich muss endlich mal den ganzen Kram vom Fensterbrett räumen und die Fenster könnten auch wieder geputzt werden.

// Ah, so ein schöner Tag! Ich werde mal ein bisschen Sonne reinlassen, das dauert ja ewig, bis diese Bude warm wird. Norden, eben Norden, das habe ich immer gehasst, nach Norden zu wohnen, Emil wusste das, aber war ja nichts anderes frei. Es ist schon ein Kreuz mit den Wohnungen heute. Aber die Politiker versprechen den Rentnern immer goldene Berge und nichts passiert. Die habe ich auch zum letzten Mal gewählt. Das tut gut – die Wärme und die Luft. Wie gerne würde ich jetzt da unten sitzen, bei den andern da. Verdammte Beine! Dort drüben würde ich sitzen, genau da, bei dem Ahorn und dem Rhododendron. Aber die Bank sieht nicht sehr einladend aus. So ein Metallgitter unterm Hintern drückt bestimmt.

Möchte wissen, warum man heutzutage auf den Rasen darf. Früher durften wir das nie. Aber das liegt bestimmt an dem neuen Hausmeister, der hat ja auch einen Hund. Ich sage immer, wer Tiere liebt, der hat auch ein Herz für Menschen. Dort drüben am Pförtnerhäuschen sitzen oft ein paar Ältere, aber da mag ich nicht sitzen. Die reden bestimmt über ihre Krankheiten. Sowas kann ich nicht haben. Alt und krank bin ich selber, da brauche ich mir das nicht anhören. Lieber wäre ich am Spielplatz, wo die jungen Frauen mit den Kindern sitzen, das ist bestimmt interessanter. Die haben es heute ja auch nicht so einfach. Als meine klein waren, konnte ich zu Hause bleiben, der Emil hat gut verdient. Aber dann hat die Firma geschlossen und er musste nehmen was er kriegen konnte. Da war es dann gut, dass ich mitgearbeitet habe. Gott, diese Kinder machen ja ein Geschrei! Das ist jetzt der Nachteil der großen Freiheit, mit der Ruhe hier im Hof ist es

vorbei. Die dürfen heute alles. Treppen rauf und runter wie die Verrückten, mit dem Ball an die Wände knallen, das hat es bei uns nicht gegeben. Wir mussten schon im Treppenhaus die Schuhe ausziehen, damit Vater sich nicht gestört fühlte und mucksmäuschenstill auf dem Sofa sitzen. Jetzt läuft der Bengel schon das dritte Mal durch das Blumenbeet und die Mutter rührt sich nicht. Na, die daddeln sowieso nur noch auf ihren Handys rum. Nee, so heißen die nicht mehr, hat Inga gesagt. Kann ich mir sowieso nicht merken. Ach, nächste Woche will sie mit den Kindern kommen, dann fahren wir bestimmt mal ans Wasser.

Mit dem Wagen ist das eine Kleinigkeit, obwohl sie sich den eigentlich nicht leisten können. Ich glaube, sie geht nur für das Auto arbeiten. Aber schön ist es ja doch.

Was schreit denn dieser Junge da so? Na, der kriegt eine ordentliche Tracht! Aber jetzt ist es doch genug damit. Will sie den kleinen Kerl totschiessen? Warum tut denn keiner was? Diese Weiber hören und sehen nichts. Gott sei Dank hat sie aufgehört. Nun zieht sie den Jungen hinter sich her. Die habe ich nie gemocht, diese blonden, kalten Frauen. Was hat er denn verbrochen? Ich habe gar nichts gesehen. Die ha-



ben doch ganz lustig gespielt da hinten bei den Ascheimern. Vielleicht hat er sich eingesaut. Die hat doch bestimmt eine Waschmaschine, da soll sie sich nicht so anstellen. Die haben doch alles heute. Was habe ich früher gewaschen, geputzt und geflickt. Das war das Übelste: Ewig diese Löcher zusammenzuziehen, unterlegen, aufnähen und was weiß ich nicht alles.

Nein, die blonden Frauen habe ich nie so recht gemocht. Fade, kalte Zwiebeln die immer so fein tun. Die Jutta, in meiner ersten Lehrstelle, war auch so eine. Ich musste die Drecksarbeit für den ganzen Laden machen und sie stand in ihrer schwarzen Schürze und sah aus, wie aus dem Ei gepellt. Sie hatte einen großen, schweren Haarknoten, ganz glatt und streng und blond und große weiße Zähne. Ich habe mehr die rothaarigen gemocht, wie meine Freundin Veilchen. Warum die Veilchen hieß, wusste auch kein Mensch, denn im Verborgenen hat die nicht geblüht. Im Gegenteil, die hat nichts anbrennen lassen. Aber ich habe sie geliebt.

Wie viele man so geliebt hat im Leben. Bin ganz leer geworden davon, kam ja nicht viel zurück. Wenn ich die ganze Zeit und Kraft für mich gehabt hätte, wäre wenigstens was aus mir geworden. Aber nun ist es wie es ist.

Kühl wird es jetzt und der Sommer ist fast rum. Immer klemmt das blöde Fenster. Ich muss es mal dem Hausmeister melden, dem neuen.“

Christa-Luise SeiB im September 2018

Die Nähwerkstatt in der Lenzsiedlung

Wie aus abgelegter Kleidung neue Möglichkeiten entstehen



Schauen Sie sich das große Angebot doch einmal an

Um getragene Kleidung recyceln zu lassen, Kleidung ändern zu lassen oder ein kleines, liebevoll gestaltetes Geschenk aus gesammelten Kleidungsstücken zu entstehen, muss man nicht sehr weit laufen. Es gibt eine Nähwerkstatt hier bei uns in der Lenzsiedlung.

Vor gar nicht langer Zeit hat mich ein Nachbar darauf aufmerksam gemacht mit dem Hinweis, darüber doch einmal in LenzLive zu berichten.

Es gibt Produktionsschüler, die noch schulpflichtig sind und junge Menschen, die sich über eine Ausbildung orientieren wollen und dort ausprobieren, was zu ihnen passt.

Produktionsschulen wenden sich in erster Linie an schulpflichtige Jugendliche (ab der 9. Klasse). Sie bieten ihnen die Möglichkeit, Arbeit in Kleinbetrieben unterschiedlicher Berufsfelder mit dem Lernen für einen Schulabschluss zu verbinden (der Abschluss ist aber nicht das Hauptziel). Es geht hauptsächlich darum, fachliche, soziale und personale Kompetenzen auszubilden, um die Jugendlichen fit für eine Ausbildung zu machen und sie bei der Berufsorientierung und -findung zu unterstützen.

In der Modewerkstatt werden die Grundlagen des Nähhandwerks vermittelt, Änderungsaufträge bearbeitet und ein kleines Secondhandgeschäft betrieben. Außer dem Modebereich gibt es in der Produktionsschule Eimsbüttel noch die Berufsfelder Zweiradmechanik, Maler/Lackierer und Gastronomie.

Aber es geht noch um vieles mehr. Besonders wichtig ist es, die Jugendlichen an einen strukturierten Alltag wie im Berufsleben zu gewöhnen. Wenn man in einer Gruppe arbeitet ist Teambildung und Sozialkompetenz eine wesentliche Voraussetzung. Aber das muss gelernt werden. In Gruppengesprächen werden die Stärken aber auch die Schwächen herausgefunden. Vielleicht ist dann eine besondere Förderung nötig. Aber das



Die Lehrenden Anett Goldberg (links) und Anne Hoss (rechts)



Auch zum Reden ist Zeit

allerwichtigste für die Produktionsschüler ist die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins. Viele Schüler müssen lernen, selbstbewusst aufzutreten, die eigenen Interessen zu vertreten und zu merken dass ihre Arbeit wertgeschätzt wird. Das neue Schuljahr hat gerade begonnen und die Nähwerkstatt beschäftigt im Moment fünf Mädchen und einen Jungen. Nach Aussagen der Lehrenden Anett Goldberg und Anne Hoss halten fast 100% durch. Aber natürlich werden die Schüler und Schülerinnen auch für ihre Arbeit belohnt. Bezahl wird eine Leistungsprämie. Kriterien sind Pünktlichkeit, die Arbeiten, Sorgfältigkeit, der Umgang mit den Mitschülern, der Umgang mit den Lehrenden und der Einsatz. Für die Nähwerkstatt wird Kleidung gesammelt, gereinigt und gegebenenfalls geflickt.

Ach Änderungen werden angeboten. Aus der gesammelten Kleidung werden für kleines Geld neue Dinge geschneidert, Kosmetiktäschchen in groß und klein, Kissenbezüge, Kopfbedeckungen usw.

Aber schauen Sie doch einmal selbst vorbei, wenn Sie vielleicht ein Geschenk brauchen oder sich selbst mal etwas Gutes tun wollen. Die Einnahmen helfen, mehr zusätzliche Ausbildungsplätze zu schaffen und mehr Qualität anzubieten.

I.-M. Brehm-Werner

DIE GESCHÄFTSZEITEN:

Montag - Mittwoch	9.30 - 12.00 Uhr
	13.00 - 15.00 Uhr
Donnerstag	9.30 - 12.00 Uhr
	13.00 - 18.00 Uhr
Freitag	9.30 - 13.00 Uhr

Eidelstedter Weg 62
20255 Hamburg - Eimsbüttel
Tel.: 040 - 50 71 90 08

E-Mail: naehle@alraune-hamburg.de



Leandro Lagona Ponce



Alina



Viele mit Hund

HILFE! Ratten mit Wohnrecht in der Lenzsiedlung



frühmorgens in der Lenzsiedlung. Die erste Ratte huscht quer über den Gehweg, ein paar Minuten später begrüßt mich die zweite Ratte. Es sieht so aus, als fühlen sich die Ratten zunehmend in der Lenzsiedlung zu Hause. Und das hat viele Gründe.

An der vergangenen Stadtteilbeiratssitzung nahm, auf Einladung von Frau Saggau-Tietgen (Wohnungsunternehmen Bringezu KG), auch der Schädlingsbekämpfer Herr Thoralf Schulz teil.

In Hamburg ist das Institut für Hygiene und Umwelt in der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz für alle 104 Stadtteile zuständig. Dort werden die Beschwerden der ganzen Stadt gesammelt.

In einer Großstadt, und vor allen Dingen auch Hafenstadt wie Hamburg, ist es nicht immer ganz einfach, Ratten an verschiedenen Stellen zu bekämpfen. Sie wandern einfach weiter in die nächste Nachbarschaft. Viele Köder sind aus umwelttechnischen Gründen heute nicht mehr zugelassen. Ratten sind Anpassungskünstler und sehen den Menschen nicht als Feind.

Außerdem vermehren sie sich rasant. Alle zwei Monate gebiert eine Ratte sechs bis acht neue Würfe. Ratten leben in Gruppen und sind Allesfresser.

Eine große Rolle bei der Verbreitung der Ratten spielt der Mensch. Wie sieht es an den Müllcontainern hier bei uns in der Lenzsiedlung aus?

Mülltüten, die aufgerissen vor den Containern liegen, Essensreste überall verstreut und Gerüche, die sich gerade jetzt in der warmen Jahreszeit unangenehm verbreiten. Im Essen sind heute außerdem Regulatoren aus der Massentierhaltung enthalten, die noch zur Intelligenzentwicklung der Ratten beitragen.

Ein Problem, das immer wieder auch von der SAGA angemahnt wird, ist das Verbreiten von Brotkrumen an bestimmten Stellen der Siedlung.

So lange ich hier wohne - über 10 Jahre - sehe ich immer wieder ältere Frauen, die altes Brot ausschütten. Nicht nur Tauben, sondern auch „unse-re“ Ratten werden dadurch angelockt.

Aber wie bekommen wir dieses Problem in den Griff? Es muss auf die gesundheitlichen Risiken aufmerksam gemacht werden, auf Müllplätze verwiesen und immer wieder an die Anwohner appelliert werden, ihr Umfeld sauber zu halten.

Es wird trotzdem ein immer wiederkehrendes Thema sein und wir werden in der LenzLive wiederholt darauf aufmerksam machen.

Aber es gibt einige Verhaltensregeln an die sich jeder Mitbewohner halten kann.

I.-M. Brehm-Werner

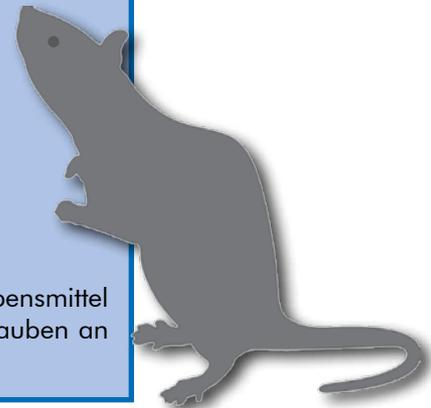
TIPPS DIE SIE BEACHTEN SOLLTEN

1. Keine Essensreste im öffentlichen Raum liegen lassen.
2. Speise- und Nahrungsmittelreste sollten auf keinen Fall über Toilette oder Ausguss entsorgt werden, da diese den Ratten in der Kanalisation und dem Rohrsystem als Nahrungsquelle dienen.
3. Mülltüten immer in die Müllcontainer entsorgen und nicht davor liegen lassen.
Keine aufgerissenen Mülltüten auf dem Boden liegen lassen.
4. Sperrmüll nur in und vor den dafür vorgesehenen Müllgaragen ablegen. Die Fa. Innotec sorgt dafür, dass der Sperrmüll abgeholt wird. Dadurch können sich dort keine Nester bilden.
5. Haustiere und Ratten - Grundsätzlich schmeckt das Futter von Hund, Katze, Vogel, Hamster & Co. auch den Ratten. Tierfutter sollte daher immer verschlossen gelagert werden. Ratten freuen sich auch über Vogelhäuschen, mit dessen Futter sie sehr gut durch den harten Winter kommen.
6. Komposthaufen im Garten - die überquellen mit organischen Abfällen sind ein gedeckter Tisch für Ratten. Ebenfalls kein gekochtes Essen auf den Kompost werfen. Achten Sie auf Erdlöcher in unmittelbarer Nähe.



So sollten die Tauben nicht gefüttert werden

6. Und zu guter Letzt - Keine Brotkrumen oder andere Lebensmittel an bestimmten Stellen verteilen. Das lockt nicht nur die Tauben an sondern auch die Ratten.



WAS MAN WEISS UND WAS MAN WISSEN SOLLTE FRAGEN ZUM MIETRECHT AN DEN MIETERVEREIN ZU HAMBURG

Hamburger Mietpreisbremse, die Zweite

Senat schafft mit erneuerter Verordnung zur Mietpreisbegrenzung endlich Rechtssicherheit

Von Anna Salewski

Hamburgs Mieterinnen und Mieter können sich wieder gegen überhöhte Mieten wehren: Der Hamburger Senat hat die Mietpreisbegrenzungsverordnung – bekannt als Mietpreisbremse – Anfang Juli erneut erlassen und die Begründung im Hamburgischen Gesetz- und Verordnungsblatt veröffentlicht. Die Mietpreisbremse gilt bis zum 30. Juni 2020 im gesamten Stadtgebiet.

Der Neuerlass der Verordnung war nach einem Urteil des Landgerichts Hamburg vom Juni 2018 notwendig geworden. Ein Mietervereins-Mitglied aus Ottensen hatte geklagt, weil sein Vermieter eine zu hohe Miete verlangt hatte. Das Landgericht wies die Klage ab und bestätigte damit das Urteil der Vorinstanz.

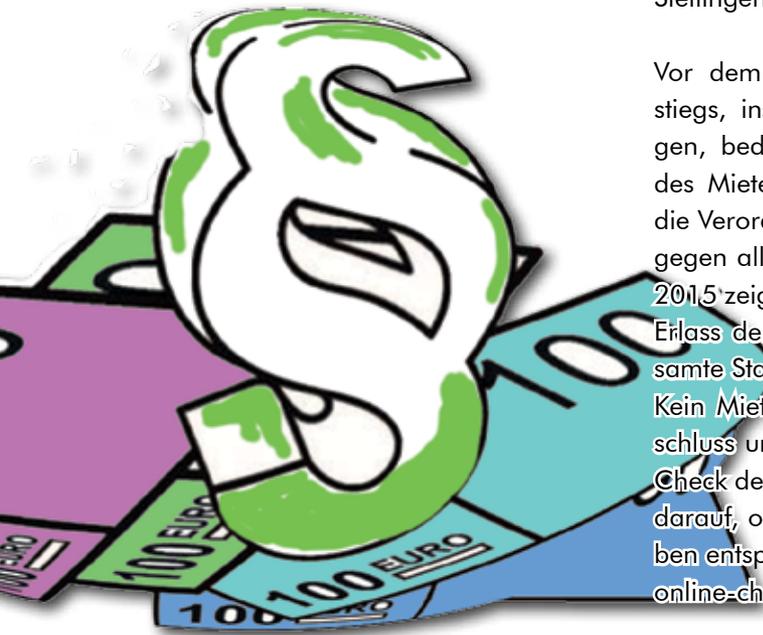
Nach Ansicht der Gerichte gelte die Mietpreisbremse in Hamburg nicht, weil der Senat es versäumt habe, bei der Einführung im Juni 2015 die Begründung zu veröffentlichen. Dr. Dorothee Stapelfeldt (SPD), Senatorin der zuständigen Behörde für Stadtentwicklung und Wohnen, bedauerte das Urteil des Landgerichts und entschuldigte sich bei Hamburgs Mietern.

Durch die nun wiederhergestellte Rechtssicherheit können sich Mieter auf die Mietpreisbremse berufen, wenn sie eine zu hohe Miete rügen möchten, vorausgesetzt, sie haben ihren Mietvertrag nach

dem 3. Juli 2018 – dem Tag des Neuerlasses – unterschrieben. Für Mieter mit älteren Mietverträgen herrscht weiterhin Rechtsunsicherheit. Zwar hat das Landgericht nur in einem Einzelfall entschieden, es ist jedoch zu erwarten, dass Amtsgerichte diesem Urteil folgen werden.

Mit der Mietpreisbremse hat der Gesetzgeber den Ländern ein wohnungspolitisches Instrument an die Hand gegeben, das den Anstieg der Mieten in Gebieten mit angespannten Wohnungsmärkten drosseln soll, um die ausreichende Versorgung der Bevölkerung mit Mietwohnungen zu gewährleisten. Bei Neuvermietungen ist eine Miete auf zehn Prozent über der ortsüblichen Vergleichsmiete begrenzt. Für den Erlass der Verordnung bedarf es jedoch einer Analyse des jeweiligen Wohnungsmarkts.

Wie dramatisch die Situation in Hamburg ist, schildert die Stadtentwicklungsbehörde in der aktualisierten Begründung, die unter luewu.de/gvbl/docs/2248.pdf heruntergeladen werden kann. So sind die Angebotsmieten in fast allen Stadtteilen zwischen 2007 und 2017 stark gestiegen: Wilhelmsburg führt die Liste mit 62 Prozent an, gefolgt von St. Pauli (48 Prozent),



Borgfelde/Hamm/Horn (45 Prozent), Lokstedt/Stellingen (44 Prozent) und Barmbek (43 Prozent).

Vor dem Hintergrund des enormen Mietenanstiegs, insbesondere in den sogenannten B-Lagen, bedauert Siegmund Chychla, Vorsitzender des Mietervereins zu Hamburg, dass der Senat die Verordnung jetzt erst nachgebessert hat. „Entgegen allen Unkenrufen der Wohnungswirtschaft 2015 zeigt die aktualisierte Begründung, dass der Erlass der Mietpreisbremse zu Recht für das gesamte Stadtgebiet erfolgt ist“, betont Chychla.

Kein Mieter sollte den Mietpreis bei Vertragsabschluss ungeprüft lassen! Der kostenlose Online-Check des Mietervereins gibt einen ersten Hinweis darauf, ob die Miethöhe den gesetzlichen Vorgaben entspricht:

online-checks.mieterverein-hamburg.de.

Hauptgeschäftsstelle: Beim Strohhause 20
montags bis freitags von 8:30 bis 18:00 Uhr und samstags von 10:00 bis 16:00 Uhr

Terminvergabe (Eimsbüttel und Hauptgeschäftsstelle):

Tel. (040) 8 79 79-0

Mieter-Hotline: Tel. (040) 8 79 79-345

info@mieterverein-hamburg.de

mieterverein-hamburg.de

online-checks.mieterverein-hamburg.de

Mieterberatung in Eimsbüttel

Der Mieterverein zu Hamburg hat seit vielen Jahren für die Bewohner der Lenzsiedlung Sprechstunden abgehalten. Ganz in Ihrer Nähe finden Mieterberatungen statt in den Außenstellen:

Eimsbüttel: Hartwig-Hesse-Straße 1

montags bis donnerstags von

16:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Eidelstedt: Alte Elbgaustraße 12

(Bürgerhaus, Raum „Beratung“)

montags von 14:00 Uhr bis 17:30 Uhr

In der Außenstelle Eidelstedt setzt der Mieterverein zu Hamburg von 1890 r.V. sein niedrigschwelliges Beratungsangebot fort.

MIETERVEREIN ZU HAMBURG VON 1890 R.V.

VIELEN DANK FÜR DEN TOLLEN START!

Seit April sind wir nun im **Eidelstedter Weg 66** „zu Hause“.

Der Umbau der Physiotherapiepraxis von Frau Möde ist, ausgenommen von ein paar Kleinigkeiten, geschafft und wir freuen uns über zahlreiche alte und neue Patienten in unserer Praxis.

Der Start war nicht leicht und Skepsis tönte aus allen Richtungen.

Aber, die Anfangsphase ist geschafft und wir wurden von allen Patienten nett empfangen und haben viel Lob für unsere neuen Räumlichkeiten erhalten.

Wir hätten nie damit gerechnet, dass wir so herzlich in der Lenzsiedlung aufgenommen werden.

Ein großes Dankeschön dafür!

Auch unsere zwei Mitarbeiter „Frau Schupp und Frau Bounasseh, haben uns den Einstieg erleichtert und unterstützen uns, wo sie nur können. Wir, als neues Team, versuchen Ihnen als Patient mit Vertrauen und Ehrlichkeit entgegenzukommen.

Denn jeder von uns ist individuell- wir sind mehr als nur Muskeln, Knochen, Sehnen und Bänder. Unser Leben ist voller Ereignisse, Emotionen, Traumata und Erinnerungen. All das ist von großer Bedeutung für unsere Gesundheit und Wohlbefinden. Um langfristige Erfolge erzielen zu können, dürfen wir nicht nur einzelne Symptome oder Diagnosen behandeln, sondern müssen den Patienten als Ganzes betrachten.

So versuchen wir, unsere Patienten ganzheitlich wahrzunehmen, den Ursprung von Schmerzen und Funktionseinschränkungen zu finden und langfristig zu beheben.

Einen Einblick unseres Leistungsspektrums können Sie auch unter www.physio-lutterothstrasse.de



Von Außen gesehen



Frau Schupp
empfängt die Patienten



Einblick in die neuen Räume

oder direkt bei uns vor Ort erhalten. Es besteht ebenfalls die Möglichkeit Termine online zu buchen.

Wir freuen uns auf alle Patienten, die uns ihr Vertrauen schenken und hoffen, dass Sie sich bei uns gut aufgehoben fühlen.

Bei Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen selbstverständlich zur Verfügung.

Es grüßt das Physio-Team
an der Lutterothstrasse Wend&Gleiss

alt und jung

Von montags bis donnerstags ist der Seniorentreff im Salon im Erdgeschoss des Bürgerhauses in der Zeit von 10.00 -14.30 Uhr, freitags bis 12.00 Uhr geöffnet.

MONTAG

10.00 - 12.00 Uhr	Tai Chi (Schattenboxen)	Saal
14.30 - 16.00 Uhr	Tanzen (bitte anmelden)	Saal

DIENSTAG

11.00 - 12.30 Uhr	„Gute Laune Chor“	Saal
14.30 - 16.00 Uhr	Tanzen (bitte anmelden)	Saal
16.00 - 18.00 Uhr	women`s club, offener Treff	Salon

MITTWOCH

10.00 - 13.00 Uhr	Frühstück mit interessanten Gästen Kosten 3,50 Euro, 1. Mittwoch im Monat	im Bürgerhaus
-------------------	--	---------------

DONNERSTAG

11.15 - 12.45 Uhr	Singkreis „Lenz Lerchen“	Salon
14.00 - 15.00 Uhr	Seniorenberatung DRK	Salon
14.30 Uhr	Bingo für Senioren (Termine hängen aus)	Cafè
15.00 - 17.00 Uhr	Spiele Nachmittag	Salon

FREITAG

15.00 -17.00 Uhr	Kreativ Cafè, offenes Angebot	Seminarraum, 1. Stock, Bürgerhaus in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e. V.
------------------	-------------------------------	---

SPIELERINNEN GESUCHT

Wer hat Lust in netter Runde RUMMY CUP, SKIP BO und anderes zu spielen? Donnerstags treffen wir uns um 14.30 Uhr zu einer gemütlichen Kaffeerunde, anschließend wird gespielt, geklönt und viel gelacht.

Bei Interesse einfach mal vorbeischaun im Salon/ Bürgerhaus EG oder telefonisch bei Thora Rugenstein melden Tel. 416 20 190

FRÜHSTÜCK MIT INTERESSANTEN GÄSTEN

■ **Mittwoch, 3. Oktober 2018**
Das Frühstück fällt wegen des Feiertages aus

■ **Mittwoch, 7. November 2018**
10.00-12.30 Uhr
„Vorsicht Falle“

Mark Schmidt-Medvedev von der Schuldnerberatung gibt hilfreiche Tipps rund um das Thema: „Nepper, Schlepper, Bauernfänger“

Das Frühstück beginnt um 10.00 Uhr im Cafè und kostet 3,50 Euro.
Der Gast stellt sich ab 11.00 Uhr vor. Eintritt frei. Bitte anmelden!

■ **Mittwoch, 5. Dezember 2018**
Kein Frühstück

■ **Sonntag, 9. Dezember 2018**
Weihnachtsgala mit Oldie-Disco
ab 16.30 Uhr im Bürgerhaus

WIR SAGEN TSCHÜSS

Am 21.8.2018 ist Martin Worch nach langer Krankheit verstorben.

Seine Frau Ingeborg zieht aus gesundheitlichen Gründen in eine Senioreneinrichtung nach Rahlstedt. Die Beiden gehörten zu den ersten Mietern in der Lenzsiedlung und haben 42 Jahre gegenüber vom Bürgerhaus gelebt. Im Cafè waren sie Stammgäste, ob Bingo, Spielenachmittag, Ausflüge oder Reisen, sie waren immer dabei.

Wir vermissen ihre herzliche und ehrliche Art. Die BesucherInnen vom Treffpunkt für ALT und JUNG und die MitarbeiterInnen von Lenzsiedlung e.V.



Moin liebe Bewohnerinnen und Bewohner der Lenzsiedlung,



Lisa Scharffenberg

auch wenn mich schon einige von euch kennen, wollte ich mich nochmal ganz offiziell vorstellen:

Mein Name ist Lisa Scharffenberg, ich bin 27 Jahre alt und die Nachfolgerin von Friederike Kenner im Team der offenen Kinder- und Jugendarbeit von Lenzsiedlung e.V.

Ich bin mit meinem jüngeren Bruder in einem kleinen schleswig-holsteinischen Dorf im Kreis Dithmarschen als Tochter eines Erziehers und einer Verwaltungsfachangestellten aufgewachsen.

Nach 13 Jahren Schule und einigen Nebenjobs bin ich dann 2011 nach Osnabrück gezogen. Dort habe ich Erziehungswissenschaft und Soziologie studiert und schrieb Ende 2014 meine Bachelorarbeit über „Die Reproduktion der Gewalt - Zur Frage der Gewaltausübung bei Gewalterfahrungen“.

Als ich die Bachelorarbeit hinter mich gebracht habe, was ein ziemlicher Kampf für mich war, reiste ich zur Belohnung für mich selbst, mit einer guten Freundin für vier Monate nach Südostasien. Wir starteten in Indonesien, reisten dann über Thailand, nach Malaysia und anschließend nach Vietnam. Das war die absolut beste Zeit meines Lebens!

Im Sommer 2015 kam ich zurück nach Deutschland und fand einen Job als Sozialpädagogische Familienhilfe beim Kinder- und Jugendhilfe Ver-

bund Dithmarschen, wo ich Familien half ein sicheres Umfeld für ihre Kinder zu schaffen, beriet sie über verschiedene Themen der Kindererziehung und bearbeitete mit ihnen verschiedenste Anträge.

Im Winter 2016 zog ich dann endlich gemeinsam mit zwei langjährigen Freunden aus meiner Heimat zusammen nach Hamburg Bahrenfeld und begann im Februar 2017 als Pädagogin im Café Büchner der ausblick hamburg gmbh zu arbeiten. Ich unterstützte gemeinsam mit dem Restaurantleiter Wei-lin Chang und dem Koch Lars Staudinger durch Beratungen, Sozialkompetenztraining und Förderunterricht, die sechs Auszubildenden ihre Ausbildung zu Fachkräften im Gastgewerbe zu absolvieren.

Leider wurde das Café Büchner bereits im Dezember 2017 wieder geschlossen und die Auszubil-

denden für das letzte halbe Jahr ihrer Ausbildung umgesiedelt und wir Ausbilder und Pädagogen gekündigt.

Parallel habe ich im Juli 2017 einen Nebenjob im LenzTreFF der Lenzsiedlung e.V. begonnen und gestaltete zusammen mit Janine unter anderen den Bollerwagen jeden Mittwoch.

Der Verein hat mich im Januar 2018 dann aufgenommen, sodass ich als Honorarkraft im LenzTreFF und im Team der offenen Kinder- und Jugendarbeit arbeiten konnte. Dafür bin ich dem gesamten Verein sehr sehr dankbar.

Nun bin ich seit dem 01. August 2018 im Team der offenen Kinder- und Jugendarbeit festangestellt und freue mich wahnsinnig auf die weitere Zeit in der Lenzsiedlung.

Lisa Scharffenberg

REDAKTION

Monika Blaß, Iris-Marei Brehm-Werner, Ralf Helling, Christa-Luise Seiß

LAYOUT

Iris-Marei Brehm-Werner

FOTOS

Lenzsiedlung e.V., Iris-Marei Brehm-Werner

ANSCHRIFT

Redaktion LenzLive, Bürgerhaus Lenzsiedlung,
Julius-Vosseler-Str. 193
22527 Hamburg
Tel.: 040-430 967 43, Fax: 430 967 45,
e-mail: brehm-werner@lawaetz.de

impressum

Diese Zeitung dient als Forum und Kommunikations-Plattform für die BewohnerInnen der Lenzsiedlung.

Artikel und sonstige Beiträge können sowohl von Ihnen als auch von Personen, die in der Lenzsiedlung tätig sind, Einrichtungen, Firmen oder ähnlichen, sowie von den Mitgliedern des Stadtteilbeirates Lenzsiedlung abgedruckt werden.

Zu letzteren zählen auch die in der Bezirksversammlung Eimsbüttel vertretenen Parteien.

Grundsätzlich verantwortlich für den Inhalt ist das Redaktionsteam. Beiträge, die nicht von der Redaktion unterschrieben sind, müssen nicht der Meinung der Redaktion entsprechen. Deshalb kann die Redaktion hierfür auch keine Verantwortung, gleich aus welchem Grund, übernehmen.

Die Redaktion behält sich vor, Beiträge zu kürzen, oder wenn sie gegen ethische Prinzipien oder gute Sitten verstoßen, nicht abzudrucken.

Die Weiterverwendung von Inhalten und Bildmaterial ist genehmigungspflichtig, wird aber in der Regel unterstützt.

Auflage: 2000, Druck: Flyeralarm

Bringezu Immobilien UG & Co. KG

Die Lenz Live wird gefördert von:

LENZSIEDLUNG e.V.
VEREIN FÜR KINDER
JUGEND UND
GEMEINWESEN



SAGA
Unternehmensgruppe

rund ums bürgerhaus

BESONDERE ANGEBOTE IN DER LENZSIEDLUNG

SPRACHEN-LERN-SALON

dienstags 16.00 - 18.00 Uhr (offener Treff) Salon im Bürgerhaus
in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e.V.

HILFE FÜR DAS LEBEN e.V.

Liebe Bewohnerinnen der Lenzsiedlung!



- 1) unser Mütter-Frühstück findet am **D i e n s t a g** statt
- 2) das Angebot für den Schülerkreis findet an **j e d e m** Nachmittag statt
montags bis donnerstags 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr freitags von 15.30 Uhr bis 17.30 Uhr,
Julius-Vosseler Str. 110a

Herzliche Grüße und wir freuen uns auf Euer Kommen!
Annerose und Team

BINGO FÜR SENIOREN

BINGO für Senioren



Am letzten Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr

Im Salon, Bürgerhaus Lenzsiedlung

Termine im 2. Halbjahr 2018,

- September fällt aus • 25.10. • 29.11. • 20.12.

TERMINPLANUNG 2018 STADTTEILBEIRAT LENZSIEDLUNG

- 12. September 2018
- 07. November 2018

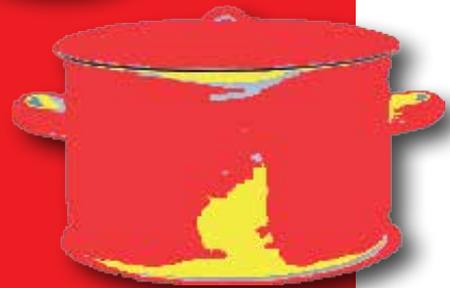
- Von 18.30 Uhr
bis 20.30 Uhr im
Café im Bürgerhaus
Julius-Vosseler-Str. 193
22527 Hamburg

LIEBE GÄSTE

**Unsere Küche
ist wieder heiß!**

Immer am **DIENSTAG**
von 12.00 - 14.00 UHR
eröffnet
NURGÜL ÖNGÖCMEN
das Cafè Büchner!

Es gibt leckere
türkische und deutsche
Spezialitäten
und Eintöpfe für
je 3,50, Euro



KONTAKT: Monika Blaß
Tel.: 43 09 67-13
buergerhaus@lenzsiedlung.de

TAI CHI KURS FÜR SENIOREN

montags, 10.00 - 11.30 Uhr,
Saal 1+2, Bürgerhaus
Leitung: Frau Qiuping Wang

TANZEN FÜR ALT UND JUNG

montags und dienstags, 14.30 - 16.00 Uhr,
Saal, Bürgerhaus
Leitung: Claudia Pufahl

NAJU

Kindergruppe Eimsbüttel
montags, 16.00 - 18.00 Uhr
jeden ersten und zweiten Montag im Monat
Seminarraum im Bürgerhaus

„GUTE LAUNE CHOR“

dienstags, 11.00 - 12.30 Uhr,
Saal, Bürgerhaus
Leitung: Wolfgang Reisberg

TANZKURS

West Coast Swing
dienstags, 20.00 - 21.00 Uhr,
Saal 1+2, Bürgerhaus
Leitung: Martina Hayward

LENZ DANCE MÄDCHENTANZGRUPPE

mittwochs, 18.15 - 19.30 Uhr
Saal 1+2, Bürgerhaus
Leitung: Jasmine Kock

NABU

jeden 1. Mittwoch im Monat
19.00 - 22.00 Uhr
Seminarraum im Bürgerhaus

TANGO ARGENTINO

mittwochs, 20.00 - 22.00 Uhr
Donnerstag auf Anfrage
Saal 1+2, Bürgerhaus, Leitung: Frau Kielau
Termine auf Anfrage: 43 09 67 13

„DIE LENZLERCHEN“

Singkreis Volkslieder
donnerstags, 11.15 - 12.45 Uhr,
Salon, Bürgerhaus
Leitung: Julia Kossmann

LENZ DANCE MÄDCHENTANZGRUPPE

freitags, 17.00 - 18.30 Uhr
Saal 1+2, Bürgerhaus
Leitung: Jasmine Kock



KONTAKT: Sabine Herkenrath, Janine Henke, Yordan Shopov

Tel.: 43 09 67-15

lenztreff@lensiedlungev.de



■ **Dienstag, 18.09. und 16.10.:**

Erziehungsberatung mit Frank Hüttmann und Bettina Eistel um 10.30 - 12.00 Uhr im LenzTreff

Mütter und Väter sind herzlich eingeladen sich mit ihren Fragen und Sorgen rund um das Thema Erziehung der Kinder in einer lockeren und vertraulichen Gesprächsrunde einzubringen. Wir freuen uns auf Euch!

■ **Donnerstag, 20.09, 10.00 - 11.30 Uhr im LenzTreff**

„Mir gehen tausend Dinge durch den Kopf“

Ängste und Sorgen lassen mich oft nicht schlafen. Ein Gespräch mit **XXXXX vom BHH-Sozialkontor**

MONTAG

Offene Beratung

10.00 - 11.30 Uhr

Beratungsbüro im Bürgerhaus, 1. Stock

Offene Beratung

16.00 - 17.30 Uhr

Beratungsbüro im Bürgerhaus, 1.Stock

LenzTreff

16.00 - 18.30 Uhr

DIENSTAG

LenzTreff

09.00 - 11.30 Uhr

SPRACHEN-LERN-SALON

16.00 - 18.00 Uhr

(offener Treff) Salon im Bürgerhaus

in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e.V

MITTWOCH

Bollerwagen

16.00 - 18.30 Uhr

DONNERSTAG

LenzTreff

09.00 - 11.30 Uhr

Offene Beratung

16.00 - 17.30 Uhr

Beratungsbüro im Bürgerhaus, 1.Stock

LenzTreff

16.00 - 18.30 Uhr

FREITAG

LenzTreff

13.30 - 15.30 Uhr

schwangerenberatung

Sie sind schwanger?

Sie haben gerade ein Baby bekommen?

Sie leben in der Lenzsiedlung?



Und Sie haben
viele Fragen, z.B.
zu finanziellen
Hilfen rund um
Schwanger-
schaft und
Geburt?



Beratungsstelle für Frauen, Familien und Schwangere
Außensprechstunde Schwangerschaftsberatung
Beraterin Britta Maihofer
Termine über die Familienhebamme Jannine Derlich
Telefon 0152 09 12 14 20

■ Termine: 21.08.18, 11.09.18, 09.10.18, 13.11.18, 11.12.18, 08.01.19

www.skf-altona.de



■ Die Hebammensprechstunden finden jetzt immer parallel zur Schwangerenberatung statt

Termine links unten

■ Jeden Freitag von 10.00 - 12.00 Uhr findet der **TREFFPUNKT FÜR ELTERN UND KINDER** bis zum 1. Lebensjahr statt.

■ Jeden ersten **Freitag** im Monat **MÜTTERFRÜHSTÜCK**. Mit anderen Eltern und Kindern frühstücken, sich austauschen über Baby- und Erziehungsfragen.



BRITTA MAIHOFFER

Diplom-Sozialpädagogin,
Familientherapeutin
(HPG)

KONTAKT: Monika Blaß
Tel.: 43 09 67-13
buergerhaus@lenzsiedlungev.de

SOZIALBERATUNG

Stadtteilladen Eimsbüttel
Hellkamp 56
Tel.: 491 85 64
Di 10.00 - 12.00 u. 14.00 - 16.00 Uhr
Do 10.00 - 12.00 u. 14.00 - 16.00 Uhr
und nach Vereinbarung

AL-ANON Familiengruppe

Selbsthilfegruppe für Angehörige von
alkoholkranken Menschen
montags 19.00 - 21.00 Uhr,
Julius-Vosseler-Str.110a
Kontakt: 02 01 77 30 07

SCHWANGERENBERATUNG/ FAMILIENHEBAMME

SkF e.V. Hamburg-Altona
dienstags 9.00 - 12.00 Uhr,
Beratung: Britta Maihofer,
Tel.: 43 09 67 47
Termine siehe Seite 34

FINANZCOACHING/ SCHULDNERBERATUNG

afg Schuldnerberatung
Beratungsbüro, Bürgerhaus Lenzsiedlung

dienstags	02. Oktober	2018
dienstags	06. November	2018
dienstags	04. Dezember	2018

immer 14.00 - 16.00 Uhr

Beratung: Mark Schmidt-Medvedev, Arnd Oberfell

DRK-SENIORENBERATUNG

DRK
donnerstags 14.00 - 15.00 Uhr,
Thora Rugenstein,
Salon

JOB CAFÉ

donnerstags 15.30 - 17.30 Uhr,
im Computer Club
Leitung: Anja Gogol

bürgerhaus

KONTAKT: Monika Blaß
Tel.: 43 09 67-13
buergerhaus@lenzsiedlungev.de

SPRACHEN-LERN-SALON

dienstags 16.00 - 18.00 Uhr
(offener Treff) Salon im Bürgerhaus
in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e.V.

KINDERKLEIDERSTUBE

dienstags 10.00 - 13.00 Uhr
freitags 10.00 - 13.00 Uhr
Treffpunkt: Julius-Vosseler-Str.110a
Verein Hilfe f. d. Leben

TREFFEN, KOCHEN, ESSEN U. DEUTSCH LERNEN

donnerstags 18.00 - 21.00 Uhr
Leitung: Anne Thaker
(bitte anmelden)
in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e. V.

TREFFPUNKT ELTERN UND KIND

freitags 10.00 - 12.00 Uhr
Kinderclub

KREATIV CAFÉ, OFFENES ANGEBOT

freitags 15.00 - 18.00 Uhr
Seminarraum, 1. Stock, Bürgerhaus
in Kooperation mit Herzliches Lokstedt e. V.
Leitung: Mareike Brun

DU HAST FRAGEN ODER WÜNSCHE?

Shohreh Bahadoran, Frank Switala
kinderundjugend@lensiedlungev.de
maedchenarbeit@lensiedlungev.de
Tel.: 43 09 67- 60

Kinderclub
Lensiedlung e.V.
Julius-Vosseler-Str. 193
22527 Hamburg
Tel.: (040) 43 09 67-60

MONTAG

OFFENES HAUS
16.00 bis 18.30 Uhr

jeden ersten Montag im Monat um 17.00 Uhr

KINDERKONFERENZ

- **mitreden**
- **mitentscheiden**
- **mitbestimmen**
- **mitgestalten**

DIENSTAG

OFFENES HAUS & VEGGIE-DAY
16.00 bis 18.30 Uhr

MITTWOCH

OFFENES HAUS
16.00 bis 18.30 Uhr
ELTERN-KIND-TURNEN
16.00 - 17.00 Uhr
Grundschule Vizelinstraße

DONNERSTAG

OFFENES HAUS
16.00 bis 18.30 Uhr

FREITAG

FUSSBALL BEI GRÜN-WEISS
14.00 bis 16.00 Uhr

Nachhilfe: Dienstag, bitte die Mitarbeiter nach freien Terminen fragen

musikprojekt

DU HAST FRAGEN ODER WÜNSCHE?

Sprich Ole an oder schreibe eine E-Mail an
musikprojekt@lensiedlungev.de
Tel.: 43 09 67- 60

DIENSTAG

offenes Angebot

DONNERSTAG

offenes Angebot

FREITAG

Schlagzeug-Kurs, 15.00 - 19.00 Uhr

Die Angebote werden gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg.

DU HAST FRAGEN ODER WÜNSCHE?

Ole Müller, Lisa Scharffenberg
kinderundjugend@lensiedlungev.de
okja@lensiedlungev.de
Tel.: 43 09 67- 60

Jugendhaus
Lensiedlung e.V.
Julius-Vosseler-Str. 193
22527 Hamburg
Tel.: (040) 43 09 67-60

MONTAG

MÄDCHENTAG

16.00 bis 18.00 Uhr

BERATUNG

16.00 bis 18.00 Uhr

OFFENES HAUS

18.00 bis 20.00 Uhr

DIENSTAG

OFFENES HAUS & VEGGIE-DAY

16.00 bis 19.00 Uhr

MITTWOCH

JUNGENTAG

16.00 bis 18.00 Uhr

OFFENES HAUS

18.00 bis 19.00 Uhr

DONNERSTAG

OFFENES HAUS

16.00 bis 19.00 Uhr

Jeden ersten Donnerstag im Monat um **17.00 Uhr**

meeting minutes

- **mitreden**
- **mitentscheiden**
- **mitbestimmen**
- **mitgestalten**

FREITAG

FUSSBALL BEI GRÜN-WEISS

14.00 bis 16.00 Uhr

OFFENES HAUS

16.00 bis 20.00 Uhr



Fahrrad selbsthilfe Werkstatt mit Zead und Matze

**Die Fahrradwerkstatt hat in diesem
Jahr wieder geöffnet.**

Öffnungszeiten:

Jeden Montag von 16.00 - 18.30 Uhr

Nachhilfe: Montag, Dienstag, Mittwoch,
Donnerstag
Anmeldung bitte bei
Friederike Kenner im Jugendhaus

Die Angebote werden gefördert durch die Freie und Hansestadt Hamburg.



INTERNATIONALES FRAUENFEST

Samstag 27. Oktober 2018

16.00 - 20.00 Uhr

im Bürgersaal der Lenzsiedlung

Julius - Vosseler - Str. 193

**Essen und CD's
bitte mitbringen!**

mit Kinderbetreuung

Tanz und Gesang von
der russischen Frauengruppe
KALINKA MALINKA

Kontakt: Monika Blaß · Tel.: 43 09 67 13 · Bürgerhaus der Lenzsiedlung, Julius-Vosseler-Str. 193
gefördert durch das Bezirksamt Eimsbüttel



Tschüss,
bis zum Winter