

RUNDSCHAU

FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK



FEBRUAR 2026

16. JAHRGANG • NR.: 1

NACHRICHTEN UND BERICHTE AUS BRAMFELD & BARMBEK

Supercharger-Station in Betrieb



Brandneu und blitzschnell: die neuen Tesla-Supercharger auf dem Parkdeck der Marktplatz Galerie Bramfeld.

© Unternehmensgruppe Hermann Friedrich Bruhn

Tesla hat auf dem Parkdeck der Marktplatz Galerie Bramfeld eine neue Schnellladestation mit zwölf Ladepunkten für Elektro-Fahrzeuge eröffnet. Sie ist der größte Tesla-Supercharger-Standort auf einem Parkdeck in Hamburg.

Der neue Standort ist eine wichtige Erweiterung des Angebots für Tesla. Denn die Marktplatz Galerie, die zur Unternehmensgruppe Hermann Friedrich Bruhn gehört, befindet sich direkt an der stark frequentierten Bramfelder

Chaussee. Für die Menschen aus der Nachbarschaft sowie für Pendlerinnen und Pendler aus dem Hamburger Nordosten dürfte der Standort deshalb attraktiv sein, weil sich der Ladevorgang mit alltäglichen Erledigungen verbinden lässt: Das Einkaufszentrum beherbergt mehr als 60 Geschäfte und vielfältige gastronomische Angebote. So kann der Einkauf, der Besuch beim Friseur oder ein Essen mit der Ladung des Fahrzeugs verbunden werden.

Fortsetzung auf Seite 3

NEUE WOHNUNGEN FÜR WANDSEK

Lesen Sie bitte Seite 5

EXPERTEN-TALK FÜR ELTERN

Lesen Sie bitte Seite 10

TERMINE

Seite 4

BRANCHEN

Seite 8

SHOPPING

Seite 6

SPORT

Seite 11


HERR VON BARF
BARF
HAMBURGER
MANUFAKTUR
www.herr-von-barf.de

Optik Heidig

Brillen • Kontaktlinsen • Vergrößernde Sehhilfen

alfo.
passbild

PASSBILDER

für Ihre Ausweisdokumente

DIGITAL, SICHER,
PROFESSIONELL &
RECHTSKONFORM

Bei uns nur **15€**

(auch für Babys und Kleinkinder)

Berner Heerweg 159 • 22159 Hamburg • Tel. 643 21 27

www.optik-heidig.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9 bis 18 Uhr • Sa. 10 bis 13 Uhr



Nächste Runde von „Hamburg räumt auf!“

Kaum neigt sich der erste Monat des neuen Jahres dem Ende entgegen, denkt die Stadtreinigung Hamburg (SRH) auch schon an den Frühling. Oder genauer gesagt daran, die Hansestadt frühlingsfein zu machen. Denn vom 20. Februar bis 1. März findet wieder die große Müllsammelaktion „Hamburg räumt auf!“ statt. Die Anmeldungen laufen.

Hey Hamburg! Bereit, 2026 alles zu übertreffen? Im vergangenen Jahr haben bei „Hamburg räumt auf!“ knapp 100.000 Teilnehmende in 1.796 Aufräuminitiativen insgesamt 135 Tonnen Müll gesammelt. Dieses Jahr soll(en) es noch mehr werden.

Die Teilnahme

Die Teilnahme ist ganz einfach: Zusammen mit Nachbarinnen und Nachbarn, Freundinnen und Freunden, mit der Schulkasse, der Familie oder dem Verein ein Aufräumteam bilden und bis zum 19. Februar auf der Aktionsweb-

site hamburg-raeumt-auf.de anmelden. Also schnell Gedanken machen, mit wem und wo man seine ganz persönliche öffentliche Fläche auf Hochglanz bringen möchte.

So läuft's

Die SRH freut sich auf viele Freiwillige, stellt ihnen kostenlos Handschuhe und Müllsäcke zur Verfügung und kümmert sich um die umweltgerechte Verwertung und Entsorgung des gesammelten Abfalls. Die Firma DEISS, ein Unternehmen der SUND Group und bereits seit 20 Jahren Premiumpartner der Aktion, stellt CO2-kompensierte Sammelsäcke aus 100 Prozent Recyclingmaterial zur Verfügung.

Außerdem werden unter allen Aufräumteams erneut Sach- und Erlebnispiele zahlreicher Unternehmen aus Hamburg und Umgebung verlost. Darunter beispielsweise ein Kaffeeseminar, Freikarten für das Hamburg Dungeon, das Miniatur Wunder-



© SRH

Putzmuntere Hamburgerinnen und Hamburger säubern in diesem Jahr vom 20. Februar bis zum 1. März ihre Stadt.

land und Disneys „Der König der Löwen“ sowie Gutscheine der Bioläden „Muttels“ und Budni, ein Besuch der Modellschau am Hamburg Airport, freier Besuch für eine Schulkasse im Puppenmuseum Falkenstein und Tickets für verschiedene Theater. Eine Übersicht über alle Preise gibt es ebenfalls auf der Aktionswebsite.

Familien-Event

Auch in diesem Jahr gibt es ein großes Abschlussevent im Stadtpark, bei dem Umweltschutz zum Erlebnis wird: Mit spannenden Aktionen, die Nachhaltigkeit und Müllvermeidung erlebbar ma-

chen. Ein buntes Programm aus Spielen, kreativen Workshops sowie Mitmach-Stationen der Partner von „Hamburg räumt auf!“ und der Stadtreinigung Hamburg sorgen dafür, dass Groß und Klein gemeinsam entdecken, was in unserer Stadt möglich ist. Die Besucher/innen können sich auf einen Nachmittag voller Energie, Überraschungen, guter Stimmung und echter Gemeinschaft freuen. Kommen Sie am 1. März zwischen 12 und 16 Uhr vorbei, wenn das Landhaus Walter seine Terrasse öffnet. Die Teilnahme ist kostenlos und eine Anmeldung nicht erforderlich.

Frühstück für die Schafe

Am 14. Februar können Groß und Klein bei der Versorgung der hof-eigenen Schafe auf Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, helfen. Um 10 Uhr wird das duftende Heu in die Schubkarre gelegt und frisches Wasser vorbereitet. Danach geht es zur Weide, wo die „Schafhirten“ schon freudig erwartet werden und

im Anschluss in den Stall, wo ebenfalls einiges für die wolligen Vierbeiner erledigt werden muss. Die handzahmen Schafe dürfen gestreichelt werden und auch die Hühnerschar wird mit Futter versorgt. Die Kosten betragen 8,50 Euro. Um Anmeldung unter www.gut-karlshoehe.de wird gebeten.

RUNDSCHEAU
FÜR LEUTE MIT DURCHBLICK

Mit Lokalausgaben für:

Farmsen-Berne	Auflage 21.000
Wandsbek	Auflage 57.900
Bramfeld	Auflage 25.000

Erscheint im Rundschau Verlag e.K. Astrid Hannemann (V.i.S.d.P.)
Dorfstraße 8a

21514 Fitzen • Telefon (040) 500 363 03

E-Mail: info@rundschau-hamburg.de

Homepage: www.rundschau-hamburg.de

und wird kostenlos an die Haushalte des Einzugsgebietes verteilt.

Herstellung: Boyens MediaPRINT GmbH & Co. KG

Vom Verlag erstellte Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Sämtliche Nutzungsrechte für die von ihm gestalteten Anzeigen, Bild- und Wortbeiträge liegen beim Verlag. Eine Übernahme, auch auszugsweise, nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung.

Es gilt Anzeigenpreisliste Nr. 15 vom 01.01.2022

Karl & Sohn
BESTATTUNGEN

Bestatter vom Handwerk geprüft

SEIT 1914

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



040 / 643 46 76

www.karl-bestattungen.de



info@karl-bestattungen.de



Fördermittel für Ferienfreizeiten

Mit den Stimmen der Koalition aus CDU, SPD und FDP wurde in der Sitzung des Jugendhilfeausschusses am 21. Januar ein 67.000 Euro an Fördermitteln umfassender Verteilungsvorschlag des Bezirksamtes Nord für Ferienfreizeiten und Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche beschlossen.

Der Hauptausschuss der Bezirksversammlung hatte hierfür Anfang Dezember bereits 50.000 Euro bereitgestellt, nun konnte der über die Einzelanträge entscheidende Jugendhilfeausschuss mit Restmitteln aus 2025 in Höhe von 16.970,66 Euro dem weitergehenden Verteilungsvorschlag zustimmen.

Die Antragsteller

Insgesamt 17 kulturelle und soziale Träger aus Hamburg-Nord haben Anträge auf die Zuschüsse gestellt. Mit dem Geld können über 100 verschiedene Angebote umgesetzt werden – vom

Bewerbungsstart

Der Instrumentenfonds der Haspa Musik Stiftung geht in die nächste Runde: Ab sofort können Hamburger Musiklehrerinnen und -lehrer aussichtsreiche Nachwuchstalente für ein hochwertiges Instrument vorschlagen.

Seit 2008 versorgt der Instrumentenfonds Nachwuchsmusiker mit professionellen Arbeitsgeräten. Aktuell befinden sich über 500 Instrumente im Wert von 1,8 Millionen Euro im Umlauf. Und der Bestand wächst von Jahr zu Jahr. Der Großteil der Sammlung sind klassische Streich- und Holzblasinstrumente – viele davon maßgeschneidert von namhaften Hamburger Werkstätten. Aber auch seltenerne Stücke wie Harfen, Akkordeons oder Percussion und elektronische Instrumente stehen zur Verfügung. Sie können jeweils drei Jahre lang genutzt werden. Bei Bedarf ist auch eine Verlängerung möglich.

„Musik ist ein unverzichtbarer Teil



Mit den bereitgestellten Mitteln können mehr als 100 verschiedene Angebote umgesetzt werden.

Schwimmbad-, Museums- und Zoobesuch über Wochenedausrüflüge an die See bis zu Ferien auf dem Reiterhof.

Zu den Trägern gehören unter anderem der Verein zur Förderung von Freizeiteinrichtungen für Kinder und Jugendliche in Winterhude e.V. (Baui Poßmoorwiese), die Ev. Stiftung der Bodelschwingh Gemeinde, die alsterdorf assistenz west gGmbH (Jugendhaus Alsterdorf), der Basis & Woge e.V. (Jugendtreff Jarre-

stadt), das Haus der Jugend Kiwitsmoor und das Haus der Jugend Alter Teichweg.

Stärkung der Gesellschaft

„Trotz der angespannten Haushaltsslage macht diese Förderung Freizeiten für alle möglich in Hamburg-Nord“, sagte Tom Jermann, Mitglied im Jugendhilfeausschuss und Mitglied der CDU-

Bezirksfraktion, anlässlich des Beschlusses. Tina Winter (SPD), Fraktionsvorsitzende und Sprecherin im Jugendhilfeausschuss, ergänzt: „Die Förderung von Ferienfreizeiten liegt uns jedes Jahr ganz besonders am Herzen. In diesem Jahr sind wir – gerade wegen der derzeit laufenden Diskussion zur Auskömmlichkeit der Mittel in der Jugendhilfe – ganz besonders froh, dass der Jugendhilfeausschuss in guter Tradition die Mittel für die Ferienfreizeiten zur Verfügung stellt.“ Und Svenja Nissen (FDP), Mitglied im Jugendhilfeausschuss, sieht die Investition in die jungen Menschen der Stadt auch als Stärkung der Hamburger Gesellschaft.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER RUNDSCHEAU ERSCHEINT AM 27. FEBRUAR

Leistungsstark laden

Fortsetzung von Seite 1

Die neuen Supercharger gehören zur aktuell leistungsstärksten Ausbaustufe. Jeder der Ladepunkte verfügt über eine maximale Leistung von bis zu 250 kW. Je nach Fahrzeugtyp kann damit in rund 30 Minuten eine nahezu vollständige Ladung erreicht werden. Die Station ist nicht nur von Tesla-Fahrzeugen nutzbar, sondern von allen Elektroautos mit CCS-Anschluss. Während des Ladevorgangs ist das Parken kostenlos. Geladen werden kann ab 0,29

Euro pro Kilowattstunde.

„Die neue Schnellladestation ist ein weiterer Schritt unserer Nachhaltigkeitsstrategie“, sagt Dennis Hartung-Mallon, Prokurist der Bruhn Living Places Management GmbH, die das Center betreibt.

„Gleichzeitig schaffen wir damit ein zusätzliches Serviceangebot für die Besucherinnen und Besucher der Marktplatz Galerie.“ Die Supercharger sind über das Parkhaus des Einkaufszentrums rund um die Uhr, an sieben Tagen in der Woche zugänglich.



14. Februar:
Besonderes
Menü zum
Valentinstag

RESTAURANT
Luisenhof
& DUBROVNIK
Am Luisenhof 1 • 22159 Hamburg • Tel.: 040-643 10 71

Freie Termine
für Feiern
wie Kommunion
und Konfirmation

FAMILIE BISAKU

Mittags-Menüs und A-la-Carte-Gerichte
Sonderpreise für Menüs & Buffets

Räumlichkeiten für alle Familien-, Vereins- und Firmenfeiern
Geburtstage, Hochzeiten, Jubiläen, Party-Service, u.v.m.

Di.-Sa. 12:00 - 22:00 Uhr (Küche bis 21:00 Uhr)

Sonn- & Feiertage 12:00 - 21:00 Uhr (Küche bis 20:00 Uhr) • Mo. Ruhetag
www.luisenhof-dubrovnik.de • info@luisenhof-dubrovnik.de
facebook.com/luisenhof.dubrovnik



TERMINE UND VERANSTALTUNGEN



Night Fever

Tanzklassiker von den 70ern bis heute stehen im Mittelpunkt der neuen Tanzreihe „Night Fever“, die am 7. Februar in der Zinnschmelze, Maurienstraße 19, stattfindet. Die Drinks sind gekühlt, die Discokugel strahlt und DJ Eike erfüllt Wünsche, wenn er das gewünschte Stück dabei hat. Los geht es um 21 Uhr, der Eintritt kostet 10 Euro.

UCI Kinderkino

Ab sofort findet im UCI Wandsbek, Friedrich-Ebert-Damm 134, an jedem ersten Samstag im Monat um 15 Uhr ein Kinderkino statt. Hier werden ausgewählte Highlights für kleine Filmfans in kindgerechter Lautstärke ohne Werbung gezeigt. Dazu gibt es ein Kiddy Popcorn in XS-Größe für nur 2 Euro und für jeden kleinen Kinofan eine tolle Überraschung. Und das alles für nur 4,90 Euro!

Los geht es am 7. Februar mit „Kleiner Dodo“, einem neugierigen Orang-Utan, der im Urwald auf eine spannende Entdeckungsreise geht, auf der er ein faszinierendes Dingsbums findet...! Karten gibt es unter uci-kinowelt.de oder direkt an der Kinokasse.

Märchen am Abend

Am 17. Februar entführen Angelika Rischer und andere Erzähler*innen des Märchenforums Hamburg e.V. Erwachsene in ein Land voll spannender Geschichten. Tauchen Sie um 19.30 Uhr im KulturKlinker Barmbek, Lorichsstraße 28a, in die Weisheiten und Wahrheiten einer zauberhaft erzählten Welt ein. Der Eintritt kostet 5 Euro (ermäßigt 4 Euro).

Gartenwissen

Bäume sind faszinierende Lebewesen, deren wahre Schönheit oft hoch oben in der Baumkrone verborgen bleibt. Während man vom Boden meist nur den Stamm und die unteren Äste sieht, eröffnet eine besondere Führung mit dem Fernglas ganz neue Perspektiven.

Entdecken Sie am 21. Februar im Botanischen Sondergarten Wandsbek, was sich in den luftigen Höhen abspielt: Vögel, Nester, Eichhörnchen und viele weitere Bewohner der Bäume werden sichtbar. Doch auch die Bäume selbst rücken ins Zentrum – die Teilnehmenden betrachten Äste, Zweige, Astausbrüche, Wunden und sogar Blüten aus nächster Nähe.

Die Führung, die um 14 Uhr an der Walddörferstraße 273 stattfindet, eignet sich für alle Naturinteressierten, die Hamburgs Bäume einmal aus einer ganz neuen Perspektive erleben möchten. Bitte ein eigenes Fernglas mitbringen. Es wird um eine Spende von zwei Euro pro Person gebeten. Kinder nehmen kostenlos teil. Eine Anmeldung unter www.hamburg.de/wandsbek/veranstaltungen-im-sondergarten/ ist erforderlich.

Kindertheater

Lotte ist gern bei Opa in der Stadt, da gibt es Hinterhöfe, Mülltonnen und irgendwo soll es auch Hinterhof-Gnuddels geben. Opa ist ein wenig besorgt, wenn Lotte abends noch im Hof spielt, aber das Mädchen hat vor nichts Angst – nur ein bisschen. Tatsächlich trifft Lotte eines Abends einen Gnuddel und merkt: Die sind gar nicht grauslich oder schauerlich, sondern sehen ganz nett aus. Leider stecken sie voller blöder Ideen und gehen einem mit ihrem vorlauten Mundwerk ganz schön auf die Nerven. Als Lotte sich dann auch noch auf ein Verwandlungsspiel einlässt, gerät alles zu einem ungeahnten Abenteuer...! Wie genau das ausgeht, erfahren Interessierte ab 4 Jahren bei der Aufführung von „Ein Gnuddel kommt selten allein“. Das Stück ist am 22. Februar, um 11 Uhr im Brakula, Bramfelder Chaussee 265, zu sehen. Der Eintritt kostet 3,50 Euro.

Stammtisch

Der Bürgerschaftsabgeordnete Sandro Kappe (CDU) lädt alle Interessierten am 23. Februar zu

einem Stammtisch ein. Im Fokus stehen aktuelle Themen aus den Stadtteilen Farmsen-Berne, Bramfeld und Steilshoop sowie anstehende Herausforderungen. Die Veranstaltung findet um 19 Uhr im Vereinsheim des Bramfelder SV, Ellernreihe 88, statt. Die Teilnahme ist frei. Eine Anmeldung per Mail an sandro.kappe@gmail.com ist erforderlich.

Kleidertauschbörse

Am 28. Februar findet in der Bücherallee Bramfeld, Herthastraße 18, endlich wieder eine Kleidertauschbörse statt. Hier kann man von 11 bis 13 Uhr der Umwelt und dem Geldbeutel zuliebe seine Kleidung tauschen, statt neue zu kaufen. So geht's: Saubere und gut erhaltene Kleidungsstücke oder Schuhe mitbringen (nicht mehr als 5 Teile) und munter tauschen. Ausgeschlossen sind Kinderbekleidung, Spielzeuge, Unterwäsche und Accessoires. Die Teilnahme ist frei.

Kabarett

Auf Einladung des Volkshochschulvereins Hamburg Ost e.V. ist am 28. Februar das Kabarett „Die Spottlichter“ aus Volksdorf zu erleben. Es bietet dem Publikum unter der Regie von Lydia Spiekermann 90 Minuten lang schwungvolle Unterhaltung. Dabei verspricht das neue Programm eine erfrischend verpackte Darbietung gesellschaftspolitischer Kuriositäten, wie Gedankenunfreiheit, Navi-Chaos, Nachrichten-Eintopf, Nakedei-Malerei und Un-Sicherheitskontrolle. Die Veranstaltung findet um 19 Uhr im Musiksaal des VHS-Zentrums Farmsen, Berner Heerweg 183, statt. Karten zum Preis von 15 Euro gibt es auf www.eventim.de („Spottlichter“) oder an der Abendkasse.

Dumpling Kochkurs



Gemeinsam mit Mulann Dumplings kann man auf Gut Karlshöhe in die Welt der chinesischen Dumplingtradition eintauchen. Liebevoll, handwerklich und ohne Hektik startet man ganz entspannt bei „Ich habe keine Ahnung“ und landet, versprochen, bei einem ziemlich selbstbewussten: „Ich kann's ja wirklich!“ Denn dieser Kochkurs lehrt alle fünf Schritte: von der Herstellung des Teiges und der Füllung über das Falten der Dumplings und der richtigen Kochweise bis hin zur traditionellen Weise des Genießens.

Die Teilnehmenden kneten, falten und formen sich einmal quer durch ein echtes Mulann-Menü: zwei Füllungen (herzhafte Fleisch- und leichte Tofu-Gemüse-Füllung), zwei Zubereitungen (klassisch gekocht und knusprig gebraten), zwei Begleiter (wärmende Suppe und traditioneller Gurkensalat) und am Ende ein Teller, der nicht nur satt, sondern auch stolz macht. Während gekocht wird und alle

Schritte von der Pike auf erlernt werden, erzählt Mulann von ihrer Tradition, teilt Tricks und zeigt Griffe. Anschließend wird in traditionell chinesischer Art gemeinsam gegessen und die Gruppe lässt das Erlernte Revue passieren. Inklusive sind außerdem ein Mulann Special Aperitif alkoholfrei und bereitgestellte Getränke. Als Zugabe haben die Teilnehmenden in jedem Kurs die Chance, beim Mulann Dumplings Gewinnspiel eine Überraschung für Zuhause zu ergattern! Die Kochkurse finden am 14., 21. und 28. Februar jeweils von 11 bis 15 Uhr an der Karlshöhe 60d statt. Die Teilnahmegebühr pro Kurs liegt bei 99 Euro. Anmeldungen werden unter <https://shop.hobenkoeok.de/veranstaltungen/kochkurs.html> entgegen genommen.

Neue Wohnungen für Wandsbek

Wandsbek ist der einzige Bezirk, der seit 2011 fast ausnahmslos die im Vertrag für Hamburgs Wohnungsbau jährlich vereinbarte Zahl der Baugenehmigungen übertroffen hat. Auch 2025 wurden mit 1.934 deutlich mehr Baugenehmigungen erteilt als die geplante Anzahl von 1.800.

Für die Wandsbek-Koalition aus SPD, Grünen und FDP bleibt Wohnungsbau ein zentrales Thema der politischen Arbeit, denn in Hamburg und im bevölkerungsreichsten Bezirk Wandsbek wird günstiger Wohnraum weiterhin dringend benötigt. Dabei ist es der Wandsbek-Koalition besonders wichtig, dass die soziale Infrastruktur mit dem Wohnungsbau Schritt hält. Bei größeren Bebauungsplänen werden daher von Anfang an Flächen für Kindertagesstätten berücksichtigt und die Freiflächen zwischen den Häusern so gestaltet, dass sie Aufenthaltsqualität bieten.

Das Ziel

„Zu den größten Wohnprojekten zählen unter anderem die neuen Wohnungen in Farmsen auf der Fläche des ehemaligen Berufsförderungswerkes sowie das Moos-

rosenquartier in Bramfeld an der Bramfelder Chaussee“, erklärt Marc Buttler, Vorsitzender der Wandsbeker SPD-Fraktion. Laut seiner Aussage wurden seit Sommer 2024 sechs neue Bebauungspläne durch die Bezirksversammlung beschlossen und festgestellt, weitere befinden sich im Planungsausschuss in Vorbereitung. Birgit Wolff, stellvertretende Vorsitzende der FDP-Fraktion Wandsbek und Fachsprecherin Stadtentwicklung und Bauen ist froh, dass man für so viele Bürger/innen Wohnraum schaffen konnte. „Das geht auf eine intensive Zusammenarbeit von Verwaltung, Bauvorhabenträgern, der Politik sowie den Bürgerinnen und Bürgern zurück: Insbesondere größere Vorhaben werden gemeinsam diskutiert, und die Rückmeldungen der Bevölkerung fließen in die weitere Planung mit ein. Wir danken hier besonders den Bauvorhabenträgern, die für Wünsche und Anregungen offen waren und Wege gefunden haben, ihre eigenen Vorstellungen zu modifizieren. Nun schauen wir guten Mutes auf das Jahr 2026, weil wir wissen, dass einiges an spannenden Vorhaben in der Pipeline ist, und hoffen, unsere eigene Ziellinie erneut zu übersteigen.“

Wanderausstellung

Unter dem Titel „Wir haben die Wahl! – Internationale Cartoons zu Demokratie und Rechtsstaat“ wird im Bezirksamt Wandsbek noch bis zum 27. Februar eine Wanderausstellung des LawCom.Institutes gezeigt. Sie beschäftigt sich mit den Grundwerten Demokratie, Freiheit, Rechtsstaatlichkeit, Achtung der Menschenrechte und Gleichheit vor dem Gesetz. Angesichts wachsender Herausforderungen weltweit sind diese Werte heute stärker denn je bedroht. Die Ausstellung möchte diese Entwicklung mit Ironie und Humor in den Blick nehmen. Die Cartoons, die dem gleichnamigen Buch entnommen worden sind, laden dazu ein, über die Resilienz der Demokratie und

das eigene Engagement dafür nachzudenken. Die Betrachter werden dazu aufgefordert, Verantwortung zu übernehmen, sich aktiv für die Bewahrung von Freiheit, Gerechtigkeit und Recht einzusetzen und diese Werte als Grundlage für gesellschaftlichen Zusammenhalt und friedliches Miteinander zu begreifen. Die Ausstellung, deren Exponate in den letzten Monaten in verschiedenen Konstellationen bereits in anderen Hamburger Bezirksämtern zu sehen war, wird noch bis zum 27. Februar im Bezirksamt Wandsbek, Schloßstraße 60, auf der Ausstellungsfläche im 2. Obergeschoss gezeigt. Sie kann montags bis freitags von 7 bis 19 Uhr besichtigt werden, der Eintritt ist frei.



© KPW Architekten/Papay Warncke Vagt Architekten PartG mbB

Visualisierung der Gebäude am Moosrosenweg.

Digitaler Samstag

Am 21. Februar haben Jugendliche im Alter von 12 bis 17 Jahren die Möglichkeit, am CoderDojo teilzunehmen. Hier lernen sie mit Hilfe von ehrenamtlich engagierten Experten das Programmieren von Games, Apps, Grafiken, 3D und Webseiten sowie von Robotern. Außerdem können sie sich austauschen, sich von den erfahrenen Software-Entwicklerinnen und -Entwicklern Tipps holen, an eigenen Projekten arbeiten oder gemeinsam mit der Gruppe Neues entdecken.

Neueinstieger und Fortgeschritte-

ne treffen sich von 10 bis 14 Uhr in der Bücherhalle Barmbek, Poppenhusenstraße 12. Die Teilnahme ist kostenlos. Da nur eine begrenzte Anzahl an Personen vor Ort teilnehmen kann, ist eine Anmeldung unter coderdojo-hamburg.de unbedingt erforderlich.

Alle, die keinen der begehrten Plätze bekommen, können ohne Anmeldung auch online über den discord-Server teilnehmen. Diesen findet man unter: <https://discord.gg/fDGYNmb> (Um Mitzumachen, muss man sich kostenlos registrieren).

Landhaus RESTAURANT

WIR BIETEN IHNEN UNSERE UNVERGLEICHLICH DEUTSCH-ÖSTERREICHISCHE KÜCHE

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



Genießen Sie bei uns wechselnde saisonale Gerichte.

AUCH ONLINE BESTELLEN & ABHOLEN

Ausreichend Parkplätze hinterm Restaurant mit direktem Eingang vorhanden.

Gerne richten wir Ihre Familien-, Firmen- und Geburtstagsfeier aus.

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

Berner Allee 2 a · 22159 Hamburg (Berne)
Telefon 040-55 61 06 72
info@landhaus-restaurant-hamburg.de

www.landhaus-restaurant-hamburg.de

150 Päckchen für Farmsener Senioren

Seit vielen Jahren gehört es im Stadtteil zur guten Tradition, die Bewohnerinnen und Bewohner von PFLEGEN & WOHNEN FARMSEN, die keine Angehörigen mehr haben und auch anderweitig keine Unterstützung erhalten, zu Weihnachten mit einem kleinen Geschenk zu überraschen. Für viele von ihnen ist das leider oft die einzige Aufmerksamkeit, die sie zum Fest erfahren – und entsprechend groß ist die Freude.

Die Wünsche

Bereits zum 42. Mal haben der Bürgerverein Farmsen-Berne e.V. und der Einkaufstreppunkt Farmsen diese besondere Aktion durchgeführt. Dank einer Spendensumme von knapp 5.000 Euro konnten rund 150 Weihnachtspäckchen



Die Initiatoren und Helfer konnten den Bewohnerinnen und Bewohnern rund 150 Päckchen übergeben.

zusammengestellt werden, die dann am Heiligabend auf den Stationen von PFLEGEN & WOHNEN FARMSEN verteilt wurden. Unter den kleinen und großen Wünschen der Bewohnerinnen und Bewohner fanden sich unter anderem Pflegeprodukte, Bekleidung und Bücher, aber auch außergewöhnliche Dinge.

Am 14. Februar ist Valentinstag



Süße Versuchungen, Schmuck, Gutscheine und betörende Düfte – der Einkaufstreppunkt Farmsen bietet eine riesige Auswahl für das passende Präsent zum Valentinstag.

Hier findet sich beinahe in jedem Geschäft eine große oder kleine Aufmerksamkeit für die Liebsten. Die Geschenkideen reichen von lustig und originell über klassisch und traditionell bis hin zu ausgefallen. Schmuck und Uhren gehen immer, Schuhe, Accessoires und etwas Schönes zum Anziehen genauso. Manchmal erfüllt aber auch der süße Schokoladengruß seinen Zweck – denn nicht auf die Größe des Geschenks, sondern auf die Geste kommt es an. Ein passendes Präsent ist auch der Center-Gutschein, schließlich darf sich der Beschenkte dafür selbst etwas aussuchen. Die Gutscheine stecken in einem hübschen Umschlag und sind im Center-Management erhältlich, welches sich in der 6. Etage des Ärztehauses am Berner Heerweg 175 befindet.

allem an Weihnachten die Funktion von Familie und Freunden. Außerdem starten sie regelmäßig bereits im Oktober mit den Vorbereitungen zu der Aktion. „Damit die Geschenke ganz persönlich ausfallen, bringen wir lange vor dem Fest die individuellen Wünsche in Erfahrung und lassen Wunschzettel schreiben“, erklärt der 1. Vorsitzende, Andreas Püttow. Direktor Jan Bruhns zeigte sich begeistert von der Aktion und bedankte sich im Namen der Bewohnerinnen und Bewohner bei den Mitwirkenden.

Hilfe, die ankommt

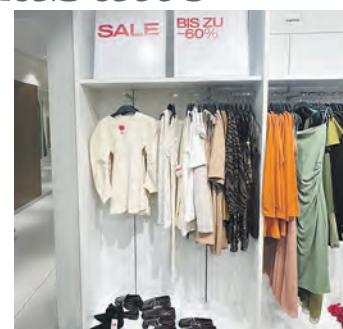
„Wir unterstützen diese Aktion sehr gern, weil sie in unserem Stadtteil von großer Bedeutung ist und genau dort ankommt, wo Hilfe benötigt wird“, sagt Center-Manager Oliver Böhme. Ein herzlicher Dank geht an das Team des Center-Managements, das erneut die Besorgung der Geschenke übernommen hatte. Diese wurden anschließend von den Mitgliedern des Freundeskreises Pflegeheim Farmsen e.V. liebevoll verpackt. Ihnen gilt ein besonderer Dank, denn die Mitglieder des Freundeskreises sind das ganze Jahr für die Bewohner/innen der Senioreneinrichtung da und übernehmen vor

Ein Dankeschön

Ein besonderer Dank gilt den Mitgliedern des Bürgervereins Farmsen-Berne e.V., die sich erneut an der Aktion beteiligt haben, so dass der Vorsitzende des hier ansässigen Sozialwerks, Hans-Otto Schurwanz, 1.000 Euro übergeben konnte, sowie allen anonymen Spendern. Weitere Geldzuwendungen kamen von Frau Langermann, Frau Blikslager, Norbert Heymann, Frau Radtke, Frau Vogel, Frau Wieske, Hilde & Horst sowie der Dr. Helmut Greve Bau- und Boden AG (Eigentümer des EKT Farmsen), der Firma Maack Consulting GmbH und der Firma KAGU Heizungstechnik GmbH.

Satte Rabatte

Ein Besuch des Nahversorgungszentrums lohnt derzeit ganz besonders, denn hier läuft aktuell der Saisonschlussverkauf, bei dem es Preisnachlässe von bis zu 75 Prozent auf Winterware gibt. Die paradiesischen Zustände kommen für Schnäppchen-Jäger gerade richtig, denn in Hamburg ist es öfter eisig kalt. Deshalb freut sich Laura Petzold (26) über ihre neuen Schuhe, die sie bei Deichmann erstanden hat. „Für ein paar dick gefütterte Boots habe ich nur 25 Euro gezahlt“, erklärt sie. Auch andere



Geschäfte wie H&M, Cotonel oder C&A haben kräftig reduziert. Einen „Preisrutsch“ gibt es zudem bei Bijou Brigitte, wo man günstig Accessoires erstehen kann.

Parken!



© Olimp

Bei uns natürlich KOSTENLOS!



www.ekt-farmsen.de

... mehr als Einkaufen!

Montag - Samstag bis 19.00 Uhr geöffnet!



Über 1.000
kostenlose
Parkplätze!



18 Ladestationen
für Elektrofahrzeuge!



Giftpflanze des Jahres 2026 steht fest

Zum 22. Mal gibt der Botanische Sondergarten Wandsbek das Ergebnis der Wahl zur „Giftpflanze des Jahres“ bekannt.

Mitte Dezember vergangenen Jahres endete die 200-tägige Abstimmungsfrist. Die Gartenbohne ging daraus als Sieger hervor. So trugen 30 Prozent (516 der 1.722 gültigen Stimmzettel) den Namen der Pflanze, die die beliebten Hülsenfrüchte liefert. Die Wahlbeteiligung lag bei diesem Durchgang über dem Durchschnitt (1.683 Stimmen). Die weiteren Plätze verteilen sich wie folgt: 2. Platz: Engelstrompete (480 Stimmen, 27,9%), 3. Platz: Christrose (283 Stimmen, 16,4%), 4. Platz: Gefleckter Schierling (245 Stimmen, 14,2%) und 5. Platz: Echter Seidelbast (198 Stimmen, 11,5%). Ziel der Aktion war und ist, dass sich Menschen kritisch mit dem Thema „Giftpflanzen“ auseinan-

dersetzen, Fragen stellen und sie gegebenenfalls auf die giftige Wirkung einiger Pflanzen aufmerksam gemacht werden. Pflanzen mit giftigen Inhaltsstoffen haben allerdings keinen Makel und sollten daher grundsätzlich nicht aus den Gärten und der Natur entfernt werden.

Die Gartenbohne

„Die Gartenbohne – ein beliebtes Gemüse – ist giftig? Das kann doch gar nicht sein!“ So verliefen viele Gespräche mit Parkbesuchenden im Jahr 2025, als die Gartenbohne bei der Wahl der Giftpflanze des Jahres nominiert war.

Gartenbohnen und Bohnen, die zur Gattung „Phaseolus“ gehören, enthalten ein giftiges Lektin (eine Eiweiß-Kohlenhydrat-Verbindung), das Phasin genannt wird. Die gute Nachricht: Beim Kochen (mindestens 10 bis 15 Minuten bei 100 Grad) wird das Phasin



zerstört und das Gemüse ist ohne Beschwerden genießbar.

Im Sommer gibt es für Interessierte ein ganz besonderes Highlight: Im Phasoleum können sie die faszinierende Vielfalt der Bohnen entdecken. Es gibt spannende Einblicke in die Welt der Hülsenfrüchte, Wissenswertes über Anbau, Nutzung und Bedeutung der Bohnen sowie außergewöhnliche Pflanzen und kreative Präsentationen.

Hilfe bei Vergiftung

Bei dem geringsten Verdacht einer Vergiftung sollte unverzüglich ein Arzt aufgesucht werden. Auch die Giftinformationszentralen sind

kompetente Ansprechpartner, die rund um die Uhr erreichbar sind und Auskunft geben. Das Giftinformationszentrum Nord beispielsweise kann im Notfall unter 0551/19240 erreicht werden.

Es geht weiter

Die Aktion „Giftpflanze des Jahres“ geht weiter. Bis zum 20. Mai können Kandidatenvorschläge für die Wahl der Giftpflanze des Jahres 2027 eingereicht werden. Aus diesen Vorschlägen wird je eine giftige Nahrungspflanze, eine Staude, ein Gehölz und eine Kübel-/Zimmerpflanze sowie eine ein-/zweijährige Pflanze zur Wahl gestellt.

Die Vorschläge können über das Online-Formular <https://www.hamburg.de/go/82430> oder per Telefon unter 6939734 eingereicht werden. Die Wahl der „Giftpflanze des Jahres 2027“ beginnt am 1. Juni und endet am 15. Dezember.



HANDWERKER EMPFEHLEN SICH



GLASARBEITEN



Glas - soviel Sie mögen
Beratung - soviel Sie brauchen

Haldesdorfer Str. 143 • 22179 Hamburg

SANITÄRE ANLAGEN

Jens Schebitz
SANITÄR · HEIZUNGS-TECHNIK

- SANITÄR
- HEIZUNG • SOLAR
- BAUKLEMPNEREI
- BEDACHUNG

Hudlemstraße 13a • 22159 Hamburg

Telefon (040) 643 60 64

Fax (040) 645 25 21

E-mail: info@schebitz-sanitaertechnik.de

MARKISEN



Meisterbetrieb

Alle führenden Marken + eigene Herstellung

- Markisen •
- Sonnensegel •
- Terrassendächer •

Haldesdorfer Straße 74 • 22179 HH • 641 35 46
www.markisen-jagow.de

Mobile

Problemstoffsammlung

Dienächsten mobilen Problemstoffsammlungen der Stadtreinigung Hamburg finden wie folgt statt: • Mo., 9. Februar, von 12 bis 13.30 Uhr an der Karlshöhe/Pezolddamm • Fr., 13. Februar, von 9 bis 10.30 Uhr in der Königsberger Straße 2-6 und • Do., 26. Februar, von 9 bis 10.30 Uhr am Berner Markt/Hermann-Balk-Straße. Hier werden kostenlos Schad- und Giftstoffe sowie kleine Elektrogeräte aus privaten Haushalten entgegen genommen. Außerdem berät qualifiziertes Fachpersonal über die umweltgerechte Entsorgung von Problemstoffen.

Als Problemstoffe gelten alle Abfälle, die besonders gesundheits- und umweltgefährdend sind. Sie gehören nicht in die Restmülltonne und sollten bei der Abgabe in einem geschlossenen Behälter abgefüllt sowie außerdem möglichst genau gekennzeichnet sein.

TORE & SICHERHEIT

e.f. Schleusner

Tor- u. Antriebstechnik GmbH
Kipp- · Sectional- · Schiebe- · Dreh- · Rolltore
Schranken · Briefkisten · U. Schließanlagen

www.garagenantriebe.de

Dringsheide 1 • 22119 Hamburg

Tel. (040) 654 987-0 · Fax (040) 357 047 30

Berner Heerweg 183 • 22159 Hamburg • Telefon 428 853-0 • Fax 428 853 284 • www.vhs-hamburg.de

Die VHS Ost im Februar

Im Februar hat die VHS wieder zahlreiche Kurse im Angebot. Ob Kreativität, Digitales, Sprachen oder Gesundheit – Informationen zum umfangreichen Programm gibt es unter www.vhs-hamburg.de. Die Online-Kurse finden mit ZOOM (www.zoom.us) statt. Der Link zum Kurs wird vor Beginn per Mail mitgeteilt. Für die Teilnahme werden PC- und Internetgrundkenntnisse vorausgesetzt. Außerdem werden ein Computer mit Internet-Zugang und ZOOM-App sowie mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon und eine Mail-Adresse benötigt.

Sprachkurse für Anfänger/innen

Englisch – ab 9.2., jeweils Mo., 14.30 bis 16 Uhr, online via Zoom (14 Termine, 135 Euro)

Polnisch – ab 10.2., jeweils Di., 19.45 bis 21.15 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (14 Termine, 135 Euro)

Spanisch – ab 12.2., jeweils Do., 19.45 bis 21.15 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (14 Termine, 135 Euro)

Griechisch – 14.2., 10 bis 15.30 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (1 Termin, 43 Euro)

Russisch – ab 17.2., jeweils Di., 18 bis 19.30 Uhr, im Matthias-Claudius-Gymnasium, Witthöftstraße 8 (14 Termine, 135 Euro)

Italienisch – ab 21.2., jeweils Sa., 10 bis 15.15 Uhr im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183 (4 Termine, 156 Euro)

Griechisch – ab 21.2., jeweils Sa., 11 bis 12.30 Uhr, online via Zoom (17 Termine, 164 Euro)

Körpersprache und sicheres Auftreten

Dieser Kurs vermittelt ein grundlegendes Verständnis für die Bedeutung und die Mechanismen von Körpersprache anhand der theaterpädagogischen und performativen Kontexten. Ziel des Kurses ist es, eine der Situation angemessene und in der Persönlichkeit

verankerte Körpersprache bewusst und situationsspezifisch abrufen zu lernen. Mitzubringen sind bitte rutschfeste Socken und bequeme Kleidung. **Termin:** 7.2., 10 bis 17 Uhr (1 Termin, 66 Euro)

Stricken für Anfänger/innen



In diesem Kurs werden die Grundlagen des Strickens anhand eines kleinen Projektes vermittelt. Es werden eine Laptop- oder Handytasche, ein Schal oder Armstulpen hergestellt. Geübt werden Anschlag, rechte und linke Masche, Ab- und Zunahme sowie das Abketten. Verschiedene Rechts-Links-Muster werden ausprobiert und kombiniert und eine einfache Nähtechnik wird gezeigt. Außerdem bekommen die Teilnehmenden erste Einblicke in das Lesen von Strickanleitungen, Literatur für Anfänger/innen und Stricken lernen im Internet. Gemeinsam werden sie ausgewählte Projekte mit den dazu passenden Garnqualitäten und Nadelstärken besprechen. Mitzubringen sind bitte Stricknadeln und Garn in der gleichen Stärke (4 oder 5). **Termine:** ab 9.2., jeweils Mo., 18 bis 19.30 Uhr (5 Termine, 49 Euro)

Videoschnitt am Smartphone

Die Teilnehmenden werden anhand eines Beispiels ein kurzes Video für die sozialen Netzwerke erstellen. Dabei lernen sie, auf welche Besonderheiten man schon beim Filmen und dann auch beim Schneiden achten sollte. Im Online-Kurs werden nützliche Gadgets, das Einfügen von Untertiteln und das Hinterlegen von Musik gezeigt. Zum Schneiden werden CapCut und InShot verwendet. Die Teilnehmenden sollten bereits einen Instagram Account besitzen, auf den man in der Veranstaltung zugreifen

HAMBURGER VOLKSHOCHSCHULE

REGION OST

Schreibideen verwirklichen

Dieser Kurs bietet Werkzeuge und Inspiration, um eigene Schreibideen erfolgreich umzusetzen. Dabei lernt man Strategien kennen, die helfen, Blockaden zu überwinden und die Kreativität zu entfesseln. Es werden das Handwerkszeug zu einer systematischen Planung vermittelt und erarbeitet. Am Ende steht der Verwirklichung eines eigenen Romans, Sachbuchs, Krimis, Blogs oder einer Erzählung nichts mehr im Weg. Mitzubringen sind bitte ein Notizheft und ein Lieblingsstift oder wahlweise ein Laptop sowie eine grobe Skizze oder ein kleiner Entwurf der eigenen Schreibidee. **Termine:** ab 20.2., jeweils Fr., 15.30 bis 19.15 Uhr (2 Termine, 69 Euro)

Präsentieren mit PowerPoint

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden das Präsentieren mit PowerPoint. Es werden grundlegende Kenntnisse über professionelles PC-gestütztes Präsentieren vermittelt. Außerdem geht es um Layout von Folien, Grafiken sowie dem Einfügen und Bearbeiten von Objekten, animierte Folienübergänge, Bildschirmpräsentationen, Arbeiten mit Vorlagen und das Erstellen von Folien, Handzetteln und Notizseiten. Es sollten erste Grundlagenkenntnisse am PC vorhanden sein. **Termin:** 13.2., 9 bis 16.15 Uhr (1 Termin, 92 Euro inkl. 10 Euro Nutzungspauschale)

Winterlandschaften malen

Die kühlen Nuancen der Winterlandschaft haben ihren ganz besonderen Charme. Die Teilnehmenden tasten sich an die Motive heran, skizzieren, zeichnen und malen die Bildelemente erst für sich, dann in Kombination. Es folgen Übungen für ansprechende Bildkompositionen, mehr Tiefe und lebendige Himmel. Das Erlernte wird an Bildmotiven in Farbe oder Schwarz-Weiß erprobt. Dabei wird nach eigenen Fotos und Vorlagen gearbeitet. Mitzubringen sind bitte: Skizzier- und Malpapier, Farben, Pinsel, Bleistifte, Kreiden, Malspachtel, Palette/alter Teller zum Mischen, Mallappen und eigene Fotos oder Vorlagen. **Termin:** 15.2., 10 bis 17 Uhr (1 Termin, 45 Euro)

Singen für jede Gelegenheit

In diesem Kurs gibt es ein Wiedersehen mit Klassikern. Es werden gemeinsame Songs wie „House of the Rising Sun“, „City of New Orleans“ oder „The Boxer“ musikalisch wiederbelebt und dazu Folk, Shanties und zeitlose Evergreens gesungen. Das Motto: „Einfach Singen“ – mit Gitarrenbegleitung, viel Freude und ohne Druck. **Termin:** 21.2., 15.30 bis 17.45 Uhr (1 Termin, 18 Euro)

Alle Kurse finden, sofern nicht anders angegeben, im VHS-Zentrum Ost, Berner Heerweg 183, statt. Das Team informiert und berät telefonisch unter der Rufnummer 60909 - 5555 oder per Mail unter ost@vhs-hamburg.de.

RUNTER VOM SOFA!

DEIN HAMBURG.
DEINE VHS!

„Update Eltern“:

Der Expertinnen- und Experten-Talk für Eltern zur Berufswahl

Viele Abiturientinnen und Abiturienten erleben ihre Berufswahl als echte Herausforderung. Kein Wunder also, dass Schülerinnen und Schüler sich häufig Unterstützung bei der Berufswahl wünschen. Vor allem von ihren Eltern.

Studien bestätigen immer wieder, dass Eltern für Jugendliche die wichtigsten Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner bei der Berufswahl sind. Doch wie können Eltern weiterhelfen? Die eigene Berufsentcheidung liegt in der Regel lange zurück.

Mit der Onlineveranstaltung „Update Eltern“, die am 5. Februar von 18 bis 19.30 Uhr stattfindet, bietet die Agentur für Arbeit Hamburg in Kooperation mit der Behörde für Schule und Berufsbildung Hamburg aktuelle Informationen zum Thema Berufswahl. Gemeinsam mit Expertinnen und Experten aus Hochschulen, Studierendenwerk, Wirtschaft und Freiwilligendiensten im In- und Ausland sowie der Berufsberatung informieren über

- Berufswahl und die Möglichkeiten, Ihr Kind zu unterstützen
- Wege nach dem Abitur sowie die Entscheidung zwischen Ausbil-



Eltern sind für Jugendliche wichtige Ansprechpartner bei der Berufswahl.

dung, dualem Studium und Studium • Überbrückungsmöglichkeiten im In- und Ausland und • Bewerbung und Studienzulassung (NC) sowie Studienfinanzierung. Dabei zeigen sie Wege auf, wie man seine Kinder bei der Berufswahl unterstützen kann, und welche Informations- Beratungsangebote Schülerinnen und Schüler nutzen können. Die Veranstaltung richtet sich an Eltern mit Kindern, die das Abitur oder die Fachhochschulreife anstreben. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos und eine Anmeldung nicht erforderlich. Der Link zum Livestream wird auf der Homepage der Agentur für Arbeit Hamburg im Bereich „Messen“ veröffentlicht.

Berufsberatung

Wer sich in der Hansestadt zur Berufsberatung anmelden möchte, kann die zentrale Hotline unter 0800 4 5555 00 (Mo. bis Fr. von 8 bis 18 Uhr) oder die Website <https://www.arbeitsagentur.de/bildung/berufsberatung> nutzen. Wenn Sie nicht in Hamburg wohnen und Ihr Kind hier auch keine Schule besucht, dann wenden Sie sich bitte an die für Sie zuständige Agentur für Arbeit. Dafür steht ebenfalls die zentrale Hotline zur Verfügung.

Weitere Veranstaltungen

„KI trifft Karriere“ heißt es am 16. Februar von 9.30 bis 12.30 Uhr im Veranstaltungszentrum meerBIZ

der Agentur für Arbeit Hamburg, Kurt-Schumacher-Allee 16. Hier erfahren die Teilnehmenden, was mit „CV Parsing“ gemeint ist, wie man mit klassischen persönlichen Herausforderungen als Wiedereinsteiger in Bewerbungsverfahren umgehen und wie man KI bei der Erstellung eines Lebenslaufs und eines Motivationsschreibens sowie für die Vorbereitung auf ein Bewerbungsgespräch nutzen kann. Außerdem werden typische Situationen eines Vorstellungsgesprächs aktiv in der Praxis geübt. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung per Mail unter Hamburg.BCA@arbeitsagentur.de oder unter Telefon 2485-1060 jedoch erforderlich.

Ein Workshop „Vorstellungsgespräch – Boot Camp“, der sich an Studierende an Hamburger Hochschulen und Universitäten sowie an Absolventinnen und Absolventen richtet, findet am 17. Februar von 11 bis 13 Uhr in der Agentur für Arbeit Eimsbüttel, Eppendorfer Weg 24, statt. Hier gibt es Infos, praktische Tipps und Gelegenheit zum Üben des typischen Ablaufs. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung unter eveeno.com ist erforderlich.



Du suchst... einen Ausbildungsplatz?
Du kennst..... Deinen Traumjob?
Du weißt.. wo Du im Leben hin willst?

Das Team AzubiPlus
hilft Dir bei Deinem erfolgreichen Start in die Ausbildung

 **Türöffner** zu Firmen in ganz Hamburg

 **Ziel: Ausbildung!**

 **Vermittlung** in alle Branchen

 **regelmäßige Messen** und Firmenbesuche

 **Unterstützung** im Arbeitgeberkontakt

 **Tipps zu Unternehmen** für Deinen Wunschberuf

 **Anpassung** Deiner Bewerbungsunterlagen

 **Dein Netzwerk:** Rund 40 Ansprechpartner:innen an 7 Standorten

Starte jetzt mit AzubiPlus durch: Nutze unser kostenfreies Angebot und sende eine E-Mail mit Deinem Anliegen an: Hamburg.Ausbildungsstellen-448@arbeitsagentur.de

Angebote beim tus BERNE

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

Freie Plätze

Seit fast 18 Jahren steht die Abteilung Trendsport im tus BERNE für Energie, Leidenschaft und Spaß an Bewegung. Was den Trendsport ausmacht? Die großartigen Trainer/innen, die mit Herz, Erfahrung und ansteckender Motivation jede Stunde zu etwas Besonderem machen. Sie füllen die Zumba-Stunden mit purem Temperament, Rhythmus und guter Laune. Wer gezielt ins Schwitzen kommen möchte, ist bei den Fatburner-Einheiten genau richtig – effektiv, fordernd und motivierend. Für Abwechslung und ein rundum gutes Körpererfühl sorgen wechselnde Übungsleitungen, die jede

Bauch-Beine-Po-Stunde mit ihrer eigenen Handschrift gestalten. Egal, ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r: Hier findet man Bewegung, Musik, Gemeinschaft und ganz viel Spaß. Kommt vorbei, probiert es aus und lasst euch anstecken!

Zumba®-Gold (Dienstag, 10 bis 11 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a)

Zumba®-Fitness (Dienstag, 18.30 bis 19.20 Uhr in der Sporthalle Berne, Lienaustraße 32)

Bauch-Beine-Po (Dienstag, 19.30 bis 20.20 Uhr in der Sporthalle Berne, Lienaustraße 32)

Zumba®-Fitness (Mittwoch, 19 bis 20 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a)

Zumba®-Fitness (Freitag, 17.10 bis 18.10 Uhr in der Sporthalle Gymnasium Farmsen, Swebenhöhe 50 oder im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6)

Fatburner (Freitag, 18.10 bis 19.10 Uhr in der Sporthalle Gymnasium Farmsen, Swebenhöhe 50

oder im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6)

Für einen Monatsbeitrag von 24,50 Euro können Erwachsene alle aufgeführten Gruppen besuchen. Jugendliche zahlen 13 Euro.

Yoga + Entspannung

Bei dem zehnwöchigen Kurs werden Übungen aus dem Hatha-Yoga auf der Matte oder im Stand ausgeführt, die Kräftigung, Dehnung, Flexibilität und das Gleichgewicht trainieren, die Durchblutung anregen und den Rücken stärken. Verschiedene Atemtechniken und Meditationsübungen

aus dem Hatha-Yoga und Kundalini-Yoga führen zu innerem Ausgleich und mehr Ruhe. Es gibt zwei Kurse, die jeweils am 23. Februar beginnen und an 10 Terminen im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, stattfinden: Kurs 1.2 immer montags von 18.10 bis 19.10 Uhr und Kurs 1.3 immer montags von 19.20 bis 20.20 Uhr. Die Kosten betragen jeweils 70 Euro für Vereinsmitglieder und 99 Euro für Gäste.

Alle Kurse sind online buchbar auf www.tus-berne.de. Hier findet man auch weitere Angebote.

Sportanlagen fördern

Zwei Sanierungsvorhaben aus Wandsbek sollen aus Mitteln des Bundesprogramms „Sanierung kommunaler Sportstätten“ gefördert werden. Die Wandsbeker-Koalition macht sich dafür stark, dass die Sanierung und Aufstockung des Umkleidegebäudes des SC Condor am Berner Heerweg 190 sowie die Modernisierung der Sportanlage Barmwisch (SC Osterbek) mit deren Hilfe finanziert werden kann. Dabei soll das Bezirksamt beim Stellen der Anträge unterstützen, damit die Arbeiten rasch beginnen können. Bei beiden Sportanlagen befinden sich die Planungen bereits in einem Stadium, das den Anforderungen des Bundesprogrammes entspricht.

„Mit diesen beiden Projekten stärken wir unseren Sportbezirk ganz konkret und nachhaltig“, erklärt Patrick Martens, sportpolitischer Sprecher der Wandsbeker SPD-Fraktion. „Der SC Condor erhält

endlich moderne und ausreichende Umkleideräume, die seinem großen Engagement gerecht werden. Und beim SC Osterbek schließen wir die letzte große Lücke: Künftig verfügt auch dieser Verein über einen eigenen Kunstrasenplatz für den Fußball.“

Katja Rosenbohm, sportpolitische Sprecherin der Wandsbeker Grünen-Fraktion, sieht das Wachstum Wandsbeks und der hier ansässigen Sportvereine als große Chance für den gesamten Bezirk. „Viele Projekte sind bereits auf einem guten Weg, und wir sehen, wie sehr moderne Anlagen den Kinder- und Jugendsport stärken. Jetzt wollen wir diesen Schwung nutzen: vom zweiten Kunstrasenplatz für den Poppenbüttler SC und WTSV Concordia über die Rundlaufbahn im Petunienweg (Sasel) bis hin zu einer Lösung für den TSV Hohenhorst und die Tribüne im Allhornstadion.“

Hinserie durchwachsen

Die Hinserie der Tischtennisspieler/innen des SC Condor war durchwachsen. Das teilt die Pressesprecherin des Vereins, Sophie Benkstein, mit. Die 1. Herren hat eine überragende Hinserie in der 2. Bezirksliga 1 hingelegt und führt nach acht Siegen sowie einem Remis die Tabelle deutlich an. Starspieler Stefan Luttermann war dabei mit 16:1 Einzelsiegen auch individuell der beste Spieler der Liga.

Die 2. Herren hat in der Paralleliga ebenfalls eine gute Rolle gespielt. Obwohl das Team nicht ein einziges Mal in Bestbesetzung spielen konnte und zum Teil sehr ersatzgeschwächt war, steht mit 12:6 Punkten ein vierter Platz zu Buche.

Sorgenkind ist in diesem Jahr die 3. Herren in der 2. Kreisliga. Nicht zuletzt wegen vieler personeller Ausfälle ist das eigentlich mit guten Spielern besetzte Team in

eine Negativspirale geraten und hat alle Spiele verloren.

Die 4. Herren hat in der 4. Kreisliga eine sehr gute Figur abgegeben und ist mit 12:6 Punkten Tabellendritter. Hier ist die Leistung von Matthias Teister, der mit einer perfekten 13:0 Einzelbilanz bester Spieler der Liga war, hervorzuheben.

Die Damenmannschaft steht mit 7:7 Punkten im gesicherten Mittelfeld der 1. Bezirksliga. Es deutet sich bereits an, dass es in der Rückrunde weder nach oben noch nach unten viele Veränderungen geben wird.

Wenn ihr mehr über die Tischtennissparte des SC Condor erfahren möchten, besucht die Homepage unter <https://sccondor.de/tischtennis/> oder kommt einfach mal beim Spieltreff vorbei, der jeden Mittwoch um 17 Uhr in der Karl-Schneider-Halle, Berner Heerweg 183a, stattfindet.



Die Umkleiden des SC Condor sollen saniert und erweitert werden.

Neues Kursangebot in Barmbek

Funktionelles Training, Ausdauer und Kraft stehen derzeit hoch im Kurs – und mit dem neuen HYROX-Training reagiert der David Lloyd Meridian Barmbek gezielt auf diesen Trend. Ab sofort können sich Mitglieder und Interessierte hier strukturiert auf kommende HYROX-Wettkämpfe vorbereiten oder das intensive Trainingsformat als leistungsorientiertes Ganzkörpertraining nutzen.

Die speziell entwickelten HY-



Die HYROX-Classes kombinieren Laufintervalle mit funktionellen Kraftübungen wie Wall Balls.



ROX-Classes kombinieren Laufintervalle mit funktionellen Kraftübungen wie Schlittenpush, Wall Balls oder Core-Elementen. Trainiert wird in kleinen Gruppen unter Anleitung qualifizierter Coaches, die auf Technik, individuelle Leistungsanpassung und eine progressive Trainingsstruktur achten. Das Angebot richtet sich sowohl an erfahrene Athlet:innen als auch an ambitionierte Einsteiger.

Das Ziel

„HYROX steht für messbare Leistung, aber auch für Gemeinschaft und Motivation – genau

das passt sehr gut zu unserem Club“, erklärt Florian Ewert, General Manager des David Lloyd Meridian Barmbek. „Unser Ziel ist es, ein Umfeld zu schaffen, in dem sich Mitglieder sportlich weiterentwickeln können, ohne auf Qualität, Betreuung und Regeneration zu verzichten.“

Der Club

Der Club in Barmbek bietet dafür umfassende Voraussetzungen: Auf rund 4.200 Quadratmetern verteilen sich moderne Trainingsflächen, elf unterschiedliche Trainingsareale sowie fünf

Pools und Saunen. Neben dem neuen HYROX-Training umfasst der Kursplan unter anderem Yoga, Pilates, Cycling Classes Rhythm sowie das HIIT Bootcamp Blaze. Ergänzt wird das breit angelegte Angebot durch großzügige Wellness- und Ruhebereiche sowie mit Kinderbetreuung – alles unter einem Dach.

Zentrale Lage

Dank der zentralen Lage und der guten Erreichbarkeit ist der David Lloyd Meridian Barmbek nicht nur bei bestehenden Mitgliedern beliebt, sondern richtet sich auch an neue Zielgruppen, die ein ganzheitliches Fitness- und Wohlfühlkonzept suchen. Das neue HYROX-Training fügt sich dabei nahtlos in ein Angebot ein, das sowohl Leistung und Abwechslung als auch Erholung miteinander verbindet.



© David Lloyd Meridian

DER ORT FÜR DEIN WOHLBEFINDEN

David Lloyd MERIDIAN
SPA & FITNESS

**JETZT TOUR
BUCHEN**

