April · 4/2022

VHSt-Mitgliederzeitschrift

C 3435

HBZ

Hamburgische Zeitschrift für den öffentlichen Dienst

Ernst Deutsch Theater

plattform-Festival:
Jugendgroßprojekt bodybild

Geschichtswerkstatt Eimsbüttel

Wo bleibt das viele Geld?

Sparen & Kredit – Teil 3

Inhalt

2 Impressum | Beratungsangebote

3 **Burgen in Hamburg**
Auf den Spuren der Stadtgeschichte

4 **Das plattform-Festival im Ernst Deutsch Theater**

6 **kurz & aktuell**
Neues aus dem öffentlichen Dienst

8 **Galerie Morgenland – Geschichtswerkstatt Eimsbüttel**

9 **Wo bleibt das viele Geld?**
Jahresbericht des Rechnungshofs 2022

10 **Wussten Sie schon ...?**

11 **Christoph Werner: *Um ewig einst zu leben* | Vortrag: Auf den Spuren des Flaneurs**

12 **Aus dem Verein**
Freizeitangebote | Stadtteilgruppen
Glückwünsche | Beitrittsformular

14 **Sparen & Kredit – Teil 3:**
„Kein Geld für Atom und Gas"

15 **Bleiben Sie gesund!**
Gesundheit aktuell | Gymnastik

Redaktion: Vorstand des VHSt, Samira Aikas, hbz@vhst.de
Anzeigenverwaltung: VHSt-Büro | Telefon (040) 35 74 71 0
E-Mail: verein@vhst.de | Preisliste Nr. 21
Gestaltung: Andreas Dude, Hamburg
Druck: Bartels Druck GmbH, Lüneburg
Auflage: 2.000 Exemplare
Heftpreis und Abonnement Verkaufspreis durch Mitgliedsbeitrag abgegolten. ***HBZ-Abonnement ohne Mitgliedschaft:*** 25 Euro pro Jahr. Bestellungen über das Vereinsbüro oder verein@vhst.de.

Impressum

Hamburgische Zeitschrift für den öffentlichen Dienst

74. Jahrgang | April 2022

Herausgeber
VHSt – Verein Hamburgischer Staatsbeamten r. V.
V.i.S.d.P.: Dr. Arne Offermanns, Bernd Ricanek

Büroanschrift:
Rathausstraße 7 · 20095 Hamburg

Eingang im Torbogen der Knochenhauertwiete zwischen Mönckebergstraße und Rathausstraße

Geschäftszeiten:
Dienstag und Donnerstag
10 bis 15 Uhr

Kontakte:
Telefon ..... (040) 35 74 71 - 0

Mitgliederbetreuung/Buchhaltung
Maria Artz ..... (040) 35 74 71 - 11
Mitgliederbetreuung Bärbel Czepull ..... (040) 35 74 71 - 12
Telefaxnummer ..... (040) 35 74 71 - 18
Internet ..... www.vhst.de
E-Mail ..... verein@vhst.de

Ein frohes Osterfest!
Ihr VHSt-Vorstand, Ihre Mitarbeiterinnen im Vereinsbüro und Ihre HBZ-Redaktion.

Unser Vereinsbüro in der Rathausstraße 7 mit dem Eingang in der Knochenhauertwiete

Beratung für Mitglieder

Jeweils nach vorheriger Terminvereinbarung über das Vereinsbüro. Es gelten die 2G-Regel und das jeweilige Schutzkonzept vor Ort. Falls Sie sich krank fühlen, sagen Sie Ihren Termin bitte ab.

Einkommensteuerrecht: Jörg Hahn, Steuerberater. Jährliche kostenlose persönliche Steuerberatung. Jeden dritten Mittwoch im Monat zwischen 17 und 18 Uhr im Vereinsbüro.

Familien- und Erbrecht: Linda Pritzko, Fachanwältin. Jährlich einmalig mündliche Rechtsberatung. Den Berechtigungsschein erhalten Mitglieder gegen eine Gebühr von 5 Euro über das Vereinsbüro. Termine danach bitte telefonisch unter (040) 60 00 93 30 vereinbaren.

Beihilferecht: Kostenlose Beratung in Krankheits-, Geburts- und Todesfällen.

Beamtenrechtliche Versorgung: Kostenlose Beratung zur beamtenrechtlichen Versorgung für Beamtinnen, Beamte und ihre Hinterbliebenen.

Zusatzversorgung: Kostenlose Beratung für ehemalige Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer der FHH.

Reiseservice: Silvia Noffz, Globetrotter Reiseland. Kostenlose Beratung durch Frau Noffz und ihr Team in Hamburg Rissen, auch telefonisch unter (040) 819 93 00.

Jetzt wieder mit Bonus!

Titelfoto: Ernst Deutsch Theater © Kathrin Schröder

„Burgen in Hamburg“

Erfolgreiche Ausstellung wird verlängert

Seit dem 25. November 2021 zeigt das Archäologische Museum Hamburg die Sonderausstellung „Burgen in Hamburg – Eine Spurensuche“. Ursprünglich bis zum 17. April geplant, wird sie wegen des großen Erfolges nun bis zum 21. August 2022 verlängert.

Der Erfolg kommt nicht von ungefähr, denn im Fokus steht ein spannendes und beeindruckend aufbereitetes Kapitel der frühen Stadtgeschichte: die mittelalterlichen Befestigungsanlagen in Hamburg. Spektakuläre Animationen, Rekonstruktionen und Filme vermitteln ein ganz neues Bild von den Ursprüngen der Hansestadt.

Burgen in Hamburg

Schon im frühen Mittelalter gab es in Hamburg Befestigungsanlagen. Sie schützten den wichtigen Handelsplatz zwischen Nord- und Mitteleuropa und waren Zeugnisse und Garanten der Macht von Herzögen und Kirchenfürsten.

Das Archäologische Museum Hamburg hat sich der Zeit von den ersten sächsischen Ringwallanlagen des 8. Jahrhunderts bis zur Gründung der Neustadt im späten 12. Jahrhundert in den letzten Jahren intensiv gewidmet. Schon 2015 schrieb die Ausstellung „Mythos Hammaburg – Archäologische Entdeckungen zu den Anfängen Hamburgs“ die Frühgeschichte der Stadt neu. Die aktuelle Ausstellung widmet sich nun dem 11. und 12. Jahrhundert, motiviert durch die Erkenntnisse der jüngsten Ausgrabungen an der Neuen Burg. In Hamburg regierten damals die Herzöge aus dem Geschlecht der Billunger und später der Schauenburger, auf der anderen Seite die einflussreichen Erzbischöfe des Doppelbistums Hamburg-Bremen.

Die Neue Burg – Zeitkapsel aus dem Mittelalter

Im Auftrag des Billungerherzogs Bernhard II. ab 1021 errichtet, war die Neue Burg im 11. Jahrhundert die größte Burganlage Norddeutschlands. Als Nachfolgebau der Hammaburg hatte sie eine Schlüsselrolle bei der Sicherung der Handelsstadt. Ihr mächtiger Wall schützte den Westen Hamburgs gegen feindliche Angriffe, den Osten sicherte der Heidenwall am Speersort. Das Gebiet der Neuen Burg gilt heute als Keimzelle der Neustadt und des Aufstiegs Hamburgs zur Hansestadt.

Die Burg war allerdings nicht aus Steinen errichtet, sondern – wie im Norden üblich – aus Holz und Erde. Die eindrucksvolle Wallanlage und ihre erstaunliche Erhaltung erregten schon während der Ausgrabungen großes öffentliches Interesse. Die Erkenntnisse, die nun in der Ausstellung präsentiert werden, veränderten die hamburgische Geschichtsschreibung.

Nicht nur die Neue Burg ist spannend

In Hamburg und dem Umland gab es zudem weitere Burgen, die bislang kaum erforscht sind. Einige von ihnen nimmt die Ausstellung in den Blick, darunter die Mellingburg an der Oberalster und die Burg Falkenberg in den Harburger Bergen.

Die zahlreichen Originalfunde sind ebenso faszinierend wie die Rekonstruktionen der Burgen: Detailreiche Illustrationen erwecken das frühe Hamburg zum Leben und zeigen die Burgen der Elbmetropole, wie man sie noch nie gesehen hat. Zugleich wird die politische Lage der Zeit beleuchtet und untersucht, wer damals die Macht hatte und die Geschicke der Stadt lenkte.

Wer das Thema vertiefen möchte, findet in dem spannenden Band, der zur Ausstellung erschien, mehr zu den Grabungsergebnissen. Flankiert wird die Ausstellung von Veranstaltungen für alle Altersgruppen. Bei Vorträgen, Führungen zu den Fundorten der Hammaburg und der Neuen Burg sowie anderen Events kommen nicht nur Mittelalterfans auf ihre Kosten. Liebevoll gemacht sind auch die handgefertigten Unikate im Museumsshop: Füllfederhalter, Kugelschreiber, Bleistifte, Taschen- und Küchenmesser aus dem 1.000 Jahre alten Eichenholz der Neuen Burg – Hamburger Geschichte für den Privatgebrauch.

Informationen zur Ausstellung:

Eintritt: 6 Euro, ermäßigt 4 Euro, Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren frei

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag, 10 bis 17 Uhr

Ort: Archäologisches Museum Hamburg, Museumsplatz 2, 21073

Rekonstruktion der Neuen Burg im heutigen Stadtbild

Ein Projekt für die Zukunft

Auch nach der Ausstellung geht die Beschäftigung mit der Neuen Burg weiter. Am Hopfenmarkt wurden im Vorfeld des Mahnmals St. Nikolai außergewöhnlich gut erhaltene Teile von deren Wall entdeckt. Dort soll künftig ein sogenanntes Archäologisches Fenster entstehen, um die Ausgrabungsergebnisse dauerhaft zu präsentieren. Das Archäologische Museum Hamburg erweitert sich damit in die Innenstadt.

Freikarten und exklusive Führung

Dies war für den VHSt Anlass, mit dem Archäologischen Museum Hamburg eine langfristig angelegte Kooperation ins Auge zu fassen. Deren erstes Ergebnis sind **10 x 2 Freikarten** für die aktuelle Ausstellung, die Mitglieder über das Vereinsbüro erhalten können.

Besonders aber freuen wir uns, dass der Leiter des Archäologischen Museums, Prof. Dr. Rainer-Maria Weiss, am Donnerstag, dem 9. Juni 2022 von 15 bis 17 Uhr eine **exklusive Direktorenführung durch die Ausstellung** für eine begrenzte Zahl an Mitgliedern anbietet. Interessierte melden sich bitte über das Vereinsbüro an.

Fotos: © Archäologisches Museum Hamburg

Jugendgroßprojekt „bodybild“

Das plattform-Festival im Ernst Deutsch Theater

Das Hamburger Ernst Deutsch Theater feiert in dieser Theatersaison sein 70. Jubiläum. Deutschlands größtes Privattheater bietet in jeder Spielzeit ein breit gefächertes Programm mit rund 400 Vorstellungen für mehr als 200.000 Besucher. Trotz der noch geltenden Pandemiebedingungen finden sich dieses Jahr viele Höhepunkte. Einer davon ist das jährliche plattform-Festival. Die *HBZ* durfte für Sie einen Blick hinter die Kulissen werfen.

Das Ernst Deutsch Theater

Das Schauspielhaus wurde 1951 als „Das Junge Theater“ von Friedrich Schütter und Wolfgang Borchert und einigen Gleichgesinnten gegründet. Es war zunächst eine „Protestaktion“ junger engagierter Schauspieler gegen die restriktiven Spielpläne der kurz nach Kriegsende wieder eröffneten Bühnen. In der ersten Spielstätte bei der historischen Brücke in den Großen Bleichen ging es darum, Nachwuchsschauspielern Chancen in Hamburgs Kulturlandschaft zu bieten und eine Bühne für zeitgenössische Dramatik zu schaffen.

Die Projektgruppe Musik der Stadtteilschule Horn glänzte mit ihren musikalischen Darbietungen während des ganzen Stücks nicht nur durch ihre talentierte Leadsängerin Süheyla (18)

Nach einigen Umzügen fand das Theater 1964 an der Mundsburg am 2001 in Friedrich-Schütter-Platz benannten Vorplatz seine heutige Heimat. 1973 wurde das Junge Theater zu Ehren des bekannten expressionistischen Schauspielers Ernst Deutsch umbenannt. Am traditionsreichen Standort des UFA-Palastes entwickelte sich schnell eine leistungsfähige Bühne mit über 740 Plätzen. Rollstuhlplätze und Gebärdendolmetscherinnen und -dolmetscher, die bei vielen Vorführungen übersetzen, sind Zeichen des Engagements für eine diskriminierungsfreie, bunte und inklusive Gesellschaft.

plattform: Jugend und Theater

Seit 2003 gibt es im Ernst Deutsch Theater die mehrfach ausgezeichnete Jugendsparte plattform. Dort lernen Kulturschaffende und Jugendliche ab einem Alter von 12 Jahren voneinander in Theorie und Praxis. Unter der Leitung von Mia Massmann gibt es u. a. die plattform-Jugendclubs Schauspiel, Performance und Theatrales Philosophieren. Zudem gibt es einen Jugendclub, in dem gehörlose, schwerhörige und hörende Jugendliche gemeinsam an Stücken arbeiten. Hier arbeiten die Jugendlichen kreativ, kontinuierlich und unter professioneller Anleitung. Sie haben die Möglichkeit, sich auszuprobieren, wachsen über sich hinaus und stehen selbst im Rampenlicht.

Das plattform-Festival

Bei dem jährlich im Februar stattfindenden viertägigen plattform-Festival gehört die Bühne ganz den Jugendlichen. Das Jugendgroßprojekt am letzten Tag ist eine Kooperation des Jugendclubs Schauspiel mit Schüler-Projektgruppen aus fünf Hamburger Stadtteilschulen. Mal ist es ein neu interpretiertes klassisches Theaterstück, mal ein zeitgenössisches Stück, in dem die Jugendlichen selbst am Inhalt mitwirken können.

2G+ auf der Bühne? Besser als digital

Vor der Pandemie waren es rund 80 Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 14 und 16 Jahren, die am Tag der Generalprobe und Aufführung in den Gängen und Räumen des Theaters hinter der Bühne wuselten und noch letzte Szenen übten. Und weitere 70 hinter der Bühne, die beim Abschluss mit auf die Bühne durften. Im letzten Jahr musste die Aufführung pandemiebedingt online stattfinden. „Wir mussten auf Abstand spielen, durften uns nicht berühren und alles ohne Publikum“, sagt Hanna (18) aus dem Ensemble des Jugendclubs Schauspiel. Ihr Schauspielkollege Ivar (22) freut sich darüber, wie viel wieder möglich ist, da es lange unklar war, in welcher Form das diesjährige Festival stattfinden würde. „Wir fühlen uns dieses Jahr wieder richtig lebendig. Letztes Jahr war das Proben mit Masken schwierig. Die Mimik fehlte“, sagt Ivar.

Die Gedärmekostüme der Projektgruppe Kostüm der Heinrich-Hertz-Schule untermalten die Dramatik der Essstörungen, die durch die Eidelstedter thematisiert wurde

In diesem Jahr durften die Jugendlichen in abgespeckter Zahl auf der Bühne ihr Können beweisen. Der Saal war mit 370 Zuschauern, wo sonst 744 sitzen, ausverkauft. Dabei waren zehn Jugendliche des Jugendclubs Schauspiel sowie elf Mitglieder der Projektgruppe Musik der Stadtteilschule Horn und 16 der Projektgruppe Performance der Stadtteilschule Eidelstedt. „Ich freu’ mich sehr, dass die Musiker:innen und Performer:innen der Schulen wieder mit dabei sind“, sagt Jenna vom Jugendclub.

Die Projektgruppe Tanz der Stadtteilschule Öjendorf wurde bei Tanzsequenzen im Hintergrund auf der Videoleinwand eingebunden. Ihre Darbietungen wurden dafür zuvor in ihrer Schule ge-

Fotos: Ernst Deutsch Theater © Fabian Hammer

Der Jugendclub Schauspiel hinterfragt in „bodybild“ eigene Sichtweisen und gesellschaftliche Normen. Das Podest wurde von der Projektgruppe Bühnenbild der Ilse-Löwenstein-Schule entworfen und gebaut

filmt. Die Projektgruppen Kostüm der Heinrich-Hertz-Schule und Bühnenbild der Ilse-Löwenstein-Schule durften zum Abschluss nicht wie sonst mit auf die Bühne. Sie wurden aber im Abspann mit Videos, Fotosequenzen und Namenseinblendungen vorgestellt und saßen bei der Aufführung im Publikum. Nicht ideal, aber man habe sehr großes Glück gehabt, sagt Mia Massmann. „Alle Teilnehmenden waren voll geimpft und auch geboostert. Wir haben uns zusätzlich mit Selbsttests abgesichert, um es für alle Beteiligten so sicher wie möglich zu machen.“

„bodybild“: ein Theaterstück als Spiegel

In dem 2019 entstandenen Stück „bodybild“ von Julia Haenni geht es um Selbstsuche, Selbstwahrnehmung sowie Körperansprüche an andere und den eigenen Körper. In jeder Generation gab es Schönheitsideale, aber noch nie war der Druck, der „geltenden Norm“ zu entsprechen, so groß wie heute. Mit Fotomontage und Filtern bearbeitete Hochglanzbilder und Videos, Fernsehformate wie Germany’s Next Topmodel und die vielen Influencer (Selbstdarsteller) auf sozialen Medien vermitteln unrealistische Vorbilder oder bezeichnen außergewöhnliche Erscheinungsbilder als „auch“ schön.

In Haennis Stück macht den Anfang ein Video eines Eichhörnchens, konzentriert beim Essen seiner Nuss, als Sinnbild für die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu leben. In „bodybild“ sind alle Darsteller dabei, sich selbst zu optimieren und den aufgezwungenen Idealen nachzueifern. Nach und nach wird der Unsinn dahinter beleuchtet. Es wird aufgezeigt, wie viel den Jugendlichen entgeht, während sie mit Selbstablehnung und Arbeit an vermeintlicher Perfektion beschäftigt sind. Auch Bulimie und Magersucht werden thematisiert. Das Video des glücklichen Eichhörnchens bildet auch das Ende des Stücks.

plattform-Jugendgroßprojekt: gelungener Auftritt

Monate voll intensiver Proben und Arbeiten für den Jugendclub und die Projektgruppen gingen dem großen Auftritt voraus. Seit Ende Januar wurde dann jeden Sonntag gemeinsam im Ernst Deutsch Theater geprobt. Bei der Generalprobe holperte es nur wenig, die Stimmung auf der Bühne und bei der Regisseurin Imke Trommler und ihrem Team war entspannt und voller Vorfreude. „Erst war das Stück sehr ungewohnt, da es in Versen geschrieben ist und es keine echten Einzelrollen gibt. Aber es spricht vieles an und man erkennt auch ein Stück weit sein früheres Weltbild. Man lernt dazu“, sagt die Jungschauspielerin Jenna. „Viele Songs sind erst während der gemeinsamen Proben im Theater dazugekommen“, sagt Rojin (18), Bassistin der Musikgruppe der Stadtteilschule Horn. Auf die Frage, ob sie nach ihrem Abschluss eine Musiklaufbahn einschlagen möchte, lächelt sie und verneint: „Ich möchte internationales Businessmanagement studieren.“ Sadaf (20) spielt Schlagzeug und möchte eher Jura studieren, als Musikerin zu werden. „Ich spiele zwar schon seit Jahren mehrere Instrumente und stand auch schon hier im Ernst Deutsch Theater auf der Bühne, aber das ist für mich einfach ein schönes Hobby.“

Beim täglichen Abstrampeln mit Fitness und Kalorienzählen formulieren die Schauspielerinnen und Schauspieler des Jugendclubs auf der Bühne ihre Anforderungen an das andere Geschlecht. Was ist für sie sexy und schön? Und was ist, wenn man sich nicht zu dem anderen Geschlecht hingezogen fühlt? Oder zu beiden? Oder sich nicht sicher ist? Die Jugendlichen auf der Bühne kommen zu dem Schluss, dass es nicht einfach ist, anders zu sein. Und hinterfragen dann auch gleich, was „anders“ eigentlich heißt. Am Ende des Stücks, das mit Standing Ovations des Publikums belohnt wird, sticht eine Szene hervor, in der Hanna rezitiert:

„Ich will endlich in meinen Körper einziehen, wie in ein schönes Haus. Ein Palast, der extra gebaut wurde nur für mich.“

„Das spricht mir aus der Seele. Ich bin seit Kurzem auf der Suche nach mir selbst“, sagt Ivar und spricht damit für die Mehrzahl der Beteiligten an einem Stück, das für mehr Selbstbewusstsein bei den Jugendlichen sorgt.

VHSt und Ernst Deutsch Theater in Kooperation

20% Ermäßigung

Das Ernst Deutsch Theater, dieser ganz besondere Kulturschatz in Hamburg, und der VHSt wollen künftig enger kooperieren. Zum Auftakt erhalten alle VHSt-Mitglieder zu den Vorstellungen des Theaterstücks „Onkel Wanja“ vom 22. bis 29. April 2022 in allen Preiskategorien eine Ermäßigung von 20 Prozent auf den Ticketpreis. Nennen Sie einfach das Stichwort „HBZ“ bei der telefonischen Reservierung Ihrer Karte im Service-Center des Ernst Deutsch Theaters unter 040 22 70 14 20.

Samira Aikas

Verkehrssicherheit

Alle städtischen Fahrzeuge über 3,5 t haben den Abbiege–assistenten

Abbiege-Unfälle zwischen Lkw und Fußgängern oder Radfahrern führen immer wieder zu tödlichen Verletzungen. Technische Abbiegeassistenzsysteme können helfen, viele dieser Unfälle zu vermeiden und damit Leben zu retten. Sie sorgen dafür, dass der Lkw-Fahrer oder die Lkw-Fahrerin Lkw-Fahrer auf Personen im sogenannten toten Winkel rechtzeitig aufmerksam wird.

EU-weit ist die Einführung von Abbiegeassistenten erst ab Juli 2022 für neue Fahrzeugtypen und ab Juli 2024 für alle Lkw und Busse vorgesehen. Daher hat sich Hamburg entschieden, mit Blick auf die Verkehrssicherheit eigene Wege zu gehen. Bereits seit dem 1. August 2020 dürfen bei städtischen Lkw-Neuanschaffungen nur noch Fahrzeuge mit Abbiegeassistenzsystemen bestellt werden. Darüber hinaus beschloss der Senat Anfang 2020, alle schweren Nutzfahrzeuge der Hamburger Behörden und öffentlichen Unternehmen nachträglich mit Abbiegeassistenzsystemen auszurüsten. Dieses Ziel ist nun erreicht. Für rund 3,5 Millionen Euro wurden insgesamt 1.500 Fahrzeuge der Stadt mit einem entsprechenden System ausgestattet, die meisten bei der Feuerwehr und der Stadtreinigung.

Bürgerbeteiligung

Demokratische Teilhabe ausbauen

Damit einheitliche Bürgerbeteiligungsverfahren auf Bezirksebene künftig besser umgesetzt werden können, soll unter anderem eine interne digitale Plattform in der Verwaltung eingerichtet werden, auf der alle Angebote und Informationen gebündelt werden. Außerdem wird ein Fortbildungskonzept erarbeitet, um Beschäftigte systematisch darin zu schulen, Bürgerbeteiligungsverfahren erfolgreich zu konzipieren, durchzuführen und auszuwerten. Eine weitere zentrale Maßnahme ist der Ausbau des digitalen Partizipationssystems, auf dem sich alle Hamburgerinnen und Hamburger unkompliziert digital an ausgewählten städtischen und bezirklichen Planungen beteiligen können.

Bezirkssenatorin Katharina Fegebank: „Wir wollen die Chance ergreifen, […] einen noch intensiveren Austausch zwischen Bürger:innen und Verwaltung in Hamburg zu schaffen und moderne Instrumente der Bürger:innenbeteiligung zu schaffen und auszubauen.“ So sind etwa frei zugängliche Livestreams für Bezirksversammlungen und Ausschüsse bereits während der Corona-Pandemie Teil einer bürgernahen Bezirkspolitik geworden.

Gesunde Kinder lernen besser

18 Grundschulen bekommen besondere Gesundheitsförderung

Gute Ernährung, viel Bewegung und eine gesunde Lebensweise lernen Kinder nicht von selbst. Auch Eltern sind mit der Gesundheitserziehung manchmal überfordert. Kinder in schwieriger sozialer Lage sind besonders gefährdet, beispielsweise Übergewicht oder psychische Auffälligkeiten zu entwickeln – mit weitreichenden Folgen für ihr weiteres Leben. Um hier Hilfestellung zu leisten, wurde vor einem Jahr das Pilotprojekt „Schulgesundheitsfachkräfte an Hamburger Grundschulen“ gestartet.

Inzwischen arbeiten 13 Schulgesundheitsfachkräfte, die in der Regel ein Studium mit gesundheitswissenschaftlichem Schwerpunkt absolviert haben, an 18 Grundschulen in sozial benachteiligter Lage. Zusätzlich wurden sie im Rahmen einer Qualifizierungsmaßnahme auf die neue Aufgabe vorbereitet. Nun vermitteln sie Schülerinnen und Schülern außerhalb des Unterrichts

Gesundheitsförderung an der Grundschule Mümmelmannsberg

die Bedeutung von gesunder Ernährung, Bewegung und Hygiene und stärken ihr seelisches Wohlbefinden. Zugleich unterstützen sie die Schule bei der Zusammenarbeit mit Eltern, beispielsweise durch Austausch zu gesundheitsrelevanten Themen in Elterncafés oder auf Elternabenden. Daneben beraten sie zu Gesundheitsangeboten im Sozialraum und vermitteln Zugänge zu außerschulischen Angeboten der Gesundheitsförderung.

Auf diese Weise sollen die Schulgesundheitsfachkräfte eine Brückenfunktion zwischen der Schule, den Eltern und städtischen Stellen übernehmen. Das Kooperationsprojekt von Schulbehörde, Sozialbehörde, dem Verband der Ersatzkassen (vdek) und dem Bezirksamt Nord ist zunächst bis April 2025 befristet.

Ökologischer Umbau

Steigende Energieeffizienz der Stadtwärme

Der ökologische Umbau des Hamburger Fernwärmesystems schreitet weiter voran. Dazu tragen künftig der Abschluss eines Liefervertrags über klimaneutrale Industrieabwärme mit der Kupferhütte Aurubis AG sowie die erweiterte Wärmenutzung der Müllverwertungsanlage Borsigstraße (MVB) bei. Nach Umsetzung der geplanten Maßnahmen ist die Stadtwärme der Marke Wärme Hamburg zukünftig noch energieeffizienter. Allein durch den ausgebauten Industrieabwärme-Liefervertrag mit Aurubis und den künftig erweiterten Anschluss der MVB lassen sich in der Wärmeversorgung der Stadt Hamburg ab 2025 bis zu 200.000 Tonnen Kohlendioxid-Emissionen pro Jahr einsparen.

Michael Pollmann, Staatsrat für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft, ist zufrieden: „Mit dem Baubeginn des Energieparks Hafen, der Fernwärmetrasse unter der Elbe und den Maßnahmen zur Wärmeauskopplung bei Aurubis und in der Borsigstraße wird die Wärmewende in Hamburg immer greifbarer. Das zeigt, dass es richtig war, das Fernwärmenetz zurückzukaufen und die Versorgung der Hamburger Haushalte in kommunale Hände zu legen.“ Bis spätestens 2030 soll mit der Umstellung des Kohleheizkraftwerks in Tiefstack die Wärmeerzeugung aus Kohle der Vergangenheit angehören.

NS-Vergangenheit

Kommission zum Umgang mit NS-belasteten Straßennamen

Die Behörde für Kultur und Medien berief im September 2020 eine Kommission aus acht Expertinnen und Experten für erinnerungspolitische Fragestellungen ein. Sie sollte Entscheidungskriterien für den Umgang mit NS-belasteten Straßennamen in Hamburg entwickeln und Empfehlungen zu möglichen Umbenennungen aussprechen.

Nun hat die Kommission einen Abschlussbericht mit Vorschlägen zum weiteren Verfahren vorgelegt. Eine Umbenennung ist danach geboten, wenn eine Straßenbenennung nach einer Person erfolgt ist, die Verbrechen gegen die Menschlichkeit begangen, bei ihren Handlungen wissentlich den Tod eines Menschen einkalkuliert oder aktiv anderen Menschen aufgrund der durch sie ver-

Fotos: Gesundheitsförderung © BSB/Philine Hamann; Abwassermonitoring © BUKEA; Fischmarkt © imago images / epd

tretenen NS-Ideologie dauerhaft geschadet hat. Allein eine NSDAP-Mitgliedschaft sei aber kein Grund für eine Umbenennung.

Auf dieser Basis empfiehlt die Kommission in elf Fällen eine Umbenennung, wobei nach erfolgter Umbenennung auf die „Biografie" der Straße und die Gründe für die Umbenennung hingewiesen werden solle. Bei weiteren elf Straßenbenennungen nach NS-belasteten Personen empfiehlt sie, das Straßenschild in einen geschichtlichen Kontext zu stellen.

Die Kommission nahm auch Straßenbenennungen und -umbenennungen aus den Jahren 1933 bis 1945 in den Blick. Dies betrifft insbesondere Straßen, die seinerzeit umbenannt wurden, weil ihre Namensgeber Juden waren, nach der rassistischen NS-Ideologie als Juden galten oder aus politischen oder anderen Gründen verfolgt wurden. In drei Fällen empfiehlt die Kommission eine Rückbenennung nach der Person, nach der die Straße ursprünglich benannt war. Alle Vorschläge sollen jetzt gemeinsam mit den Bezirken diskutiert und schließlich der Senatskommission zur abschließenden Entscheidung vorgelegt werden.

Hafenwirtschaft

HHLA übertrifft Umsatz- und Ergebniserwartung für das Jahr 2021

Die Hamburger Hafen und Logistik AG (HHLA) hat im Geschäftsjahr 2021 nach vorläufigen Zahlen ihren Konzernumsatz um 12,7 Prozent auf 1,465 Milliarden Euro gesteigert. Das Konzern-Betriebsergebnis erhöhte sich im Vergleich zum Vorjahr um 84,7 Prozent auf 228 Millionen Euro. Positiv auf die Umsatz- und Ergebnisentwicklung wirkten sich die deutlich erhöhten Lagergelderlöse infolge der anhaltenden Störungen der globalen Lieferketten mit massiven Schiffsverspätungen aus. Diese führten zu längeren Verweildauern und zusätzlichen Bewegungen von Containern auf den Terminals der HHLA. Der Containerumschlag stieg gegenüber dem Vorjahr um 2,5 Prozent. Das Transportvolumen erhöhte sich um 10 Prozent.

Systematische Prüfung auf Viren

Mehr Klarheit durch Abwassermonitoring

Die Freie und Hansestadt Hamburg beteiligt sich am einjährigen Pilotprojekt der Bundesregierung zum Monitoring von SARS-CoV-2 im Abwasser, das an insgesamt 20 kommunalen Pilotstandorten durchgeführt wird. Das Projekt wird gemeinschaftlich von der Umweltbehörde, der

Abwasseruntersuchung

Gesundheitsbehörde, Hamburg Wasser und dem Institut für Hygiene und Umwelt durchgeführt. Ziel ist es, die Möglichkeiten der Erfassung von Coronaviren über ein Abwassermonitoring zu prüfen und einen gemeinsamen Ansatz für eine bundesweite systematische Überwachung zu entwickeln.

Bereits mehrere Tage, bevor Menschen sich krank fühlen und testen lassen, scheiden sie bei einer Infektion mit SARS-CoV-2 Viren aus. Mit einem Abwassermonitoring ist es möglich, einen Anstieg der Infektionszahlen oder auch die Ausbreitung neuer Virusvarianten deutlich früher zu erkennen als über die Meldungen positiver Tests. Michael Pollmann, Staatsrat der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft, erklärt: „Unsere Abwässer liefern uns quasi in Echtzeit Informationen über die Entwicklung der Pandemie inklusive der Dunkelziffer unerkannter oder nicht über Tests erfasster Infektionen. Dies kann helfen, neue Wellen einzudämmen bzw. zu verhindern, und stärkt somit die präventiven Handlungsoptionen in Pandemiezeiten."

Hygiene und Sauberkeit

Toilettenoffensive im öffentlichen Raum und in Grünanlagen

Der Senat stellt bis zu 8,52 Millionen Euro für Sanierung und Neubau öffentlicher Toiletten zur Verfügung. Damit soll ein leistungsfähiges und attraktives Angebot öffentlicher Toiletten an zentralen sowie vielfrequentierten Orten und in intensiv genutzten Grünanlagen gesichert werden. Damit wird auch auf die veränderten Anforderungen und gestiegenen Bedarfe in Pandemiezeiten reagiert, in denen die städtischen Grünanlagen und der öffentliche Raum intensiver genutzt werden.

Stiftungshochburg Hamburg

21 neue Stiftungen anerkannt

Die Freie und Hansestadt Hamburg bleibt deutsche Stiftungshochburg. Kein anderes Bundesland hat so viele Stiftungen pro Einwohner wie Hamburg. Im vergangenen Jahr wurden 21 neue Stiftungen anerkannt, von denen 17 gemeinnützig sind. Die neu anerkannten Stiftungen verfolgen vor allem kulturelle Zwecke.

Damit sind nun insgesamt fast 1.470 Stiftungen in Hamburg ansässig, die gemeinsam über ein Vermögen von mehr als zehn Milliarden Euro verfügen. Die Gründung der ältesten Stiftung Hamburgs liegt fast 800 Jahre zurück.

Das lange Warten hat ein Ende

Hamburger Fischmarkt kehrt mit „Vollaufgebot" zurück

In altbewährter Form und mit neuer Frische: Der Hamburger Fischmarkt kehrt in vollem Ausmaß zurück! Das Bezirksamt Altona hat aufgrund der aktuellen Pandemielage und der damit verbundenen Lockerungen der Corona-Auflagen entschieden, dass der traditionsreiche Markt ab dem 3. April 2022 wieder in seiner ganzen Pracht stattfinden kann.

Der Hamburger Fischmarkt musste im März 2020 pandemiebedingt den Betrieb einstellen. Im Juli 2021 war er unter Auflagen und mit nur der Hälfte der Marktstände teilweise wiedereröffnet worden. Nach mehr als zwei Jahren Pandemiepause kehren nun auch die Marktschreierinnen und Marktschreier zurück und die Stände können wieder auf der angestammten Fläche neben der Fischauktionshalle aufgebaut werden.

Inwiefern vor Ort Corona-Regelungen wie Maskenpflicht oder Abstandsgebote gelten, ist von der zu dem Zeitpunkt geltenden Eindämmungsverordnung des Hamburger Senats abhängig. Der Hamburger Fischmarkt orientiert sich dabei an den Regelungen, die für Wochenmärkte gelten. Der Fischmarkt wird auch künftig von 5:00 bis 9:30 Uhr stattfinden.

Ab 3. April wieder „voll da" – der Fischmarkt

Quellen: Behörde für Inneres und Sport; Behörde für Wissenschaft, Forschung, Gleichstellung und Bezirke; Behörde für Schule und Berufsbildung; Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft (BUKEA); HHLA; Behörde für Justiz und Verbraucherschutz; Behörde für Kultur und Medien; Bezirk Altona

Galerie Morgenland – Geschichtswerkstatt Eimsbüttel

Die Eimsbüttler Chaussee um 1905 als Postkartenmotiv

Der dicht besiedelte Stadtteil Eimsbüttel kann auf eine reichhaltige Historie zurückblicken. Diese zu bewahren, Zeitzeugenberichte zu dokumentieren sowie Fotos und Broschüren zu sammeln, ist Teilaufgabe der Geschichtswerkstatt. Die durch einen gemeinnützigen Verein getragene Institution bietet Veranstaltungen und Klönschnack-Treffen an und organisiert Stadtteilrundgänge, Ausstellungen und Publikationen über den Stadtteil.

Ein vielfältiger Stadtteil entsteht

Bedenkt man, dass Eimsbüttel im Jahr 1275 noch ein winziges Dorf vor den Toren Hamburgs war, so hat sich bis heute einiges getan. Noch im 16. Jahrhundert dominierten drei Bauernhöfe das beschauliche Landleben. Ein Kloster sorgte für den göttlichen Beistand und begann zu dieser Zeit mit dem Betrieb einer Schäferei, woraus sich später der Name Schäferkamp ableitete, der sich heute in zwei Straßenzügen beim Schlump wiederfindet. Erst über 100 Jahre danach zog es die ersten vornehmen Hamburger Bürgerfamilien hinaus in die dörfliche Idylle, wo sie sich prächtige Landhäuser erbauen ließen. Einige dieser Familiennamen wie Lutteroth, Doormann, Faber oder Lappenberg zieren Straßenschilder im Stadtteil.

Die Industrialisierung im Kaiserreich ließ Hamburg und das nun zum großstädtischen Vorort deklarierte Dorf entlang der Achse Eimsbütteler Chaussee, Fruchtallee und Eimsbütteler Marktplatz wachsen. 1894 wurde Eimsbüttel zum Hamburger Stadtteil, in dem großflächig Mietshäuser erbaut wurden, um viele Bewohner der Altstadt und nach Hamburg Eingewanderte aufzunehmen. Die erste Anbindung an das Hamburger U-Bahn-Netz erfolgte im Jahr 1914. Im Zweiten Weltkrieg wurden weite Teile der Bebauung aus der Gründerzeit durch Luftangriffe der Alliierten zerstört. So zeigt der Stadtteil heute ein durchaus buntes Gesicht mit Gebäuden vieler Epochen.

GWE-Stadtteilrundgang „Neu-Eimsbüttel wird gebaut“: Wohnungsbau der Nachkriegszeit zwischen Doormannsweg und Eimsbütteler Marktplatz

Trotz der Gebietsabtretungen an den im Jahr 2008 neu geschaffenen Stadtteil Sternschanze ist Eimsbüttel besonders bei jungen Menschen beliebt und heute ein Stadtteil, der besonders von Gentrifizierung betroffen ist.

Die Geschichtswerkstatt im Morgenland e. V.

Seit 1980 engagieren sich Stadteilbewohnerinnen und -bewohner im gemeinnützigen Verein Morgenland. Dort entstand auch Anfang der 1980er-Jahre eine Geschichtsgruppe, die eine erste Ausstellung namens „Kennen Sie Eimsbüttel?“ veranstaltete. Die komplexe Entwicklung des Stadtteils ist im Archiv ersichtlich. Hierzu gehört eine Bibliothek, in der beispielsweise auch die in den 1950er-Jahren erschienenen Broschüren und Festschriften des Bezirksamtes Eimsbüttel oder selbst erarbeitete Dokumentationen von Zeitzeugen zusammengefasst sind.

Die zahlreichen Sammlungen geben einen wertvollen Eindruck über bedeutsame Ereignisse, wie die Eröffnung des Hamburg-Hauses im Jahr 1965, über die Kunst am Bau, Analysen oder Berichte zur Eimsbütteler Bücherhalle. Ergänzt werden die historischen Aufzeichnungen durch eine umfangreiche Fotosammlung und sonstige ergänzende Unterlagen zur Geschichte des Stadtteils.

Roter Stadtteil unter dem Hakenkreuz

Eines der wichtigsten Themen der Geschichtswerkstatt ist die Auseinandersetzung mit der Zeit des Nationalsozialismus, den Auswirkungen von Faschismus, Verfolgung und Krieg sowie dem daraus resultierenden Widerstand. Eine klare Positionierung und konkrete Nachforschungen für den schon immer eher als „rot“ geltenden Stadtteil hatten hierbei schon in der jüngeren Vergangenheit eine hohe Priorität. Anhand konkreter Zusammenfassungen geht es dabei um die Geschichte des jüdischen Lebens in Eimsbüttel, die antisemitischen und faschistischen Bewegungen, aber auch um die Biografien von Zeitzeugen oder die mutigen Menschen des Widerstands. Zu diesem einschneidenden historischen Thema sind bereits einige Dokumentationen und Buchveröffentlichungen entstanden. Heute ist die Geschichtswerkstatt Eimsbüttel ein generationsübergreifender Treffpunkt, in dem zudem wechselnde Kunstausstellungen die engagierte Stadtteilarbeit abrunden.

Samira Aikas

Galerie Morgenland – Geschichtswerkstatt Eimsbüttel

Ansprechpartner: Jörg Petersen
Sillemstraße 79
Tel.: (040) 490 46 22

www.galerie-morgenland.de
www.eimsbuettel-geschichte.de

Fotos: Historische Postkarte © Archiv der Geschichtswerkstatt Eimsbüttel; alle weiteren Fotos: GWE © Andrea Orth

Wo bleibt das viele Geld?

35,7 Milliarden Euro wurden im Doppelhaushalt 2021/22 der Freien und Hansestadt Hamburg veranschlagt. Doch wer kontrolliert, ob diese Gelder sinnvoll und ordnungsgemäß eingesetzt werden? Die Wächter über die Finanzen der Hansestadt sitzen direkt an der Quelle, nämlich im Dienstgebäude der Finanzbehörde am Gänsemarkt 36. Rund 130 Prüferinnen und Prüfer aus den Bereichen Recht, Verwaltung, Finanzen, Volks- und Betriebswirtschaft, EDV, aber auch Kaufleute und sogar Ingenieure bilden den Rechnungshof. Sie sind nach der Hamburger Verfassung „nur dem Gesetz unterworfen“. Im Februar stellte Rechnungshof-Präsident Stefan Schulz den Prüfungsbericht für das Haushaltsjahr 2020 vor.

In seiner Rede ging Schulz auf die finanzielle Situation der Stadt seit Beginn der Corona-Pandemie ein. Die Finanzlage sei besser als ursprünglich angenommen. Es habe sogar „mehr Geld zur Verfügung“ gestanden, „als ausgegeben werden kann und als gebraucht wird“. Dennoch gebe es Anlass zur Kritik: „Teilweise sind ohnehin vorgesehene Maßnahmen oder solche, die nicht mit der Pandemie zusammenhängen, als Corona-Maßnahme deklariert worden, um sie kreditär finanzieren zu können.“

In Bezug auf die Digitalisierung der Verwaltung warnt der Rechnungshof, der Senat könne bei zwei wichtigen Aufgaben scheitern: „Den Bürgerinnen, Bürgern und Unternehmen Hamburgs müssen nach den Vorgaben des Onlinezugangsgesetzes (OZG) bis Ende 2022 Onlinezugänge zu den Verwaltungsleistungen angeboten werden. Weiterhin muss der Senat für seine zentral und dezentral gesteuerten Digitalisierungsmaßnahmen ausreichende Finanzmittel planen und zur Verfügung stellen.“ Jedoch seien die erforderlichen Haushaltsmittel nicht bekannt und damit auch ihre Finanzierung nicht gesichert.

Eine Million Euro versenkt? Im Baakenhafen wurde eine Fahrrinne womöglich unnötig vertieft

In ihren Recherchen stießen die Prüferinnen und Prüfer auf Ungereimtheiten und fragwürdige Ausgaben. So gab es etwa einen Rüffel für die stadteigene HafenCity Hamburg GmbH (HCH) und deren Projekt „BaakenPark“ am Baakenhafen. Hier wurde kritisiert, dass durch den Bau einer „Fahrrinne für den Barkassenverkehr Mehrkosten von einer Million Euro entstanden, obwohl ein hinreichender Bedarf hierfür vorher nicht ermittelt worden war“.

Der Bericht geht auch auf Themen wie etwa den Unterhaltsvorschuss ein, der für alleinerziehende Mütter eine wichtige Rolle spielt. Weigert sich nämlich der Erzeuger eines oder mehrerer Kinder, Unterhalt zu zahlen, oder ist er nicht liquide, schießt der Staat das Geld vor – jeden Monat. „Im Jahr 2020 gab es in Hamburg mehr als 25.000 laufende Leistungsfälle“, so der Rechnungshof. Katastrophal dabei für viele Mütter: „In rund 42 Prozent der Fälle wird das Geld erst nach über drei Monaten ausgezahlt.“

Eigentlich müssten die Behörden diese Summen bei den Vätern wieder eintreiben. In der Praxis sieht es jedoch meist anders aus. So stehe Hamburg bundesweit an letzter Stelle bei der „Rückgriffquote“. Diese zeigt an, wie viel Geld der Stadtstaat bei den säumigen Zahlern tatsächlich eingetrieben hat: nämlich gerade einmal zehn Prozent im Jahr 2020. Mitverantwortlich für die geringe Quote ist offenbar ein Teufelskreis aus Überlastung und hoher Fluktuation bei den Beschäftigten in diesem Bereich.

Auch die Buchführung der Behörden gab Anlass zu Stirnrunzeln: „In den letzten Jahren kritisierten wir den Zustand der Anlagenbuchhaltung. Bereits fertiggestellte Vermögensgegenstände wie Brücken, auf denen schon seit Jahren wieder der Verkehr rollt, waren in der Buchhaltung noch nicht als fertiggestellt gebucht worden, sondern als Anlagen im Bau.“ Damit werde „die Abnutzung wertmäßig nicht erfasst und insofern das Vermögen falsch dargestellt“, sorgen sich die Prüfer. Aber: „Wir erkennen inzwischen hier auch positive Ansätze der Finanzbehörde.“

Sitz des Rechnungshofs im Haus der Finanzbehörde am Gänsemarkt 36

Insgesamt bewertet der Rechnungshof die Finanzpolitik des Senats positiv, wenn auch mit Einschränkungen. Es hätten „keine in Anzahl und Haushaltsvolumen gravierenden Verstöße gegen das Budgetbewilligungsrecht vorgelegen“.

Erwartungsgemäß nahm die Opposition den Bericht des Rechnungshofs unter die Lupe und bezog Stellung, wie etwa Bürgerschaftsabgeordneter Thilo Kleibauer (CDU): „Erneut weist der Rechnungshof auf zahlreiche Mängel in der Buchführung der Stadt hin. Hier muss der Finanzsenator endlich handeln und ein fehlerfreies Haushaltswesen sicherstellen.“ Finanzsenator Andreas Dressel (SPD) sieht indes die Arbeit seiner Behörde anerkannt: „Der Rechnungshof hat uns in seinem Jahresbericht bestätigt, dass der Jahres- und Konzernabschluss 2020 ein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage der FHH vermittelt.“

Reinhard Schwarz

Fotos: © Schwarz / stahlpress

Wussten Sie schon...?

..., dass Ostereier früher ausschließlich rot gefärbt waren? Seit den frühesten Ursprüngen des Christentums werden am Ostermorgen hart gekochte Eier verschenkt. Früher war die Schale rot gefärbt, um das Blut Jesu zu verkörpern. Das Ei stand für den Tod und die Wiedergeburt Christi. Die Ostereier durften während der Fastentage nicht gegessen werden und wurden gesammelt. Mit der Zeit gab es die Eier in allen Farben.

Im Mittelalter bezahlten die Bauern einen Teil ihres Lehens mit bunten Ostereiern als Naturalien an die Lehnsherren. Die übrigen Eier wurden in der Kirche mit dem Segen „benedictio ovorum“ bedacht. Hier diente die bunte Farbe auch dazu, die Ostereier von nicht gesegneten Eiern unterscheiden zu können. Dass der Brauch vom Ostereierverschenken zum Ostereiersuchen gewandelt wurde, verdanken wir wahrscheinlich der Tradition der Bewohner des Elsass im 17. Jahrhundert.

..., dass die Römer im Altertum Seeschlachten auf künstlich angelegten Seen nachgestellt haben? Die erste Naumachie, wie diese Seeschlachten hießen, wurde 46 v. Chr. von Caesar veranstaltet, bei der eine Schlacht zwischen phönizischen und ägyptischen Schiffen dargestellt wurde. An diesem Spektakel sollen rund 4.000 Ruderer und 2.000 Decksoldaten beteiligt gewesen sein. Kaiser Augustus ließ 2 v. Chr. die erste permanente Naumachie ausrichten, die „vetus naumachia“ hieß und ein Ausmaß von 540 mal 350 Metern hatte. Die größte Naumachie ließ Claudius 52 n. Chr. auf dem Fuciner See, dem einst größten Binnengewässer Mittelitaliens, ausrichten. In der Mitte des Sees hatte er einen mechanischen Tritonen (griechischer Meeresgott) aufbauen lassen, der mit einer Fanfare den Beginn der Schlacht einläutete. Fast 20.000 Sklaven kämpften dabei auf 100 Schiffen gegeneinander und grüßten Kaiser Claudius mit dem berühmten Ruf: „Ave imperator, morituri te salutant!“ Historiker vermuten, dass auch das berühmte Kolosseum in Rom für solche Darbietungen geflutet wurde.

..., dass in Indien und Nigeria mehr Filme pro Jahr produziert werden als in Hollywood? Indien mit seinem Bollywood belegt mit jährlich etwa 1.000 Filmen den ersten Platz unter den größten Filmbranchen der Welt. Platz zwei belegt Nollywood mit rund 900 Filmen aus Nigeria pro Jahr. Hollywood liegt mit rund 300 Filmen jährlich nur auf dem dritten Platz..

..., dass die Weta-Grille mehr wiegt als ein Spatz? Die Weta (Anostostomatidae) gehören zur Familie der Langfühlerschrecken und sind hauptsächlich in Australien und Neuseeland, aber auch in Afrika und Lateinamerika beheimatet. Ihr Name stammt von dem Wort „Wetapunga“, was in der Sprache der Maori so viel wie „Gott der hässlichen Dinge“ bedeutet. Die Grille wird bis zu neun Zentimeter groß und kann mehr als 70 Gramm wiegen. Im Vergleich: Ein Spatz wiegt rund 40 Gramm. Sie ist damit eines der schwersten Insekten der Welt.

..., dass das türkische Bad eine griechisch-römische Erfindung war? Das berühmte türkische Hamam ist eine Weiterentwicklung des griechisch-römischen Bades, das die Byzantiner nutzten. Die ersten Hamams im islamischen Raum wurden erst im Mittelalter in Jordanien errichtet.

..., dass es in Schweden einen komplett personallosen Supermarkt gibt? Der Näraffär-Supermarkt in dem 4.200 Einwohner großen Dörfchen Viken, zwei Autostunden von Stockholm entfernt, ist der erste komplett mitarbeiterlose Supermarkt. Der IT-Spezialist Robert Ilijason eröffnete bereits 2016 den Näraffär-24-Stunden-Supermarkt. Kunden öffnen per Smartphone-App die Tür. Die Artikel, die man kaufen möchte, scannt man ein und am Ende des Monats bucht die App den bis dahin aufgelaufenen Betrag vom Konto des Kunden ab. Senioren tun sich laut Ilijason recht schwer mit dem Konzept, aber die Jugend liebt den mitarbeiterlosen Supermarkt. Vor Diebstählen schützen übrigens zahlreiche Überwachungskameras, die mit dem Handy des Inhabers verbunden sind.

Quellen: Bundeszentrale für politische Bildung; Brockhaus; GEO Wissen; Wikipedia.org, Finanzen100.de

Foto: © congerdesign, Pixabay.com

Zusammen gelesen

Christoph Werner: Um ewig einst zu leben. Caspar David Friedrich und Joseph Mallord William Turner

Weiter geht's mit den Lektüren im Literaturkreis des VHSt, die auch etwas für Sie sein könnten: Nach Lea Singers *Anatomie der Wolken* (siehe *HBZ* 3/2022) lesen wir nun Christoph Werners *Um ewig einst zu leben. Caspar David Friedrich und Joseph Mallord William Turner.* Denn der Maler Caspar David Friedrich lässt uns einfach nicht los: Der Sonderling mit seinen melancholisch-düsteren Launen erschuf nicht nur grandiose Kunstwerke, sondern hat mit seinen Ecken und Kanten auch seine Zeitgenossen immer wieder vor den Kopf gestoßen – und uns so fasziniert, dass wir mehr über den großen romantischen Maler erfahren wollten.

Der historische Roman von Christoph Werner bezieht darüber hinaus eine weitere interessante Persönlichkeit ein: den berühmten englischen Künstler J. M. William Turner. Dies lädt dazu ein, Parallelen und Unterschieden zwischen Friedrich und Turner auf die Spur zu kommen. Dabei sieht die Kulisse folgendermaßen aus: Wir befinden uns im Jahr 1815 in London und Dresden. Das London von Turner ist rußverhangen und grau, während wir mit Friedrich vor den Toren Dresdens an der Elbe entlangwandern. Der Roman vermittelt in lockerem Schreibstil Wissen über Friedrich und Turner, die sehr ähnliche Motive auf ihre Leinwände bringen, aber in ihrem Wesen nicht unterschiedlicher sein könnten: Friedrich ist als grimmiger Melancholiker gezeichnet, während sich Turner den Freuden des Lebens hingibt.

Aber der Roman *Um ewig einst zu leben* ist nicht nur für Kunstbegeisterte ein Genuss. Besonders spannend sind die Details zum Alltag der Maler. So ertappen wir beispielsweise Turner bei seinen – historisch belegten – Bordellbesuchen, die er zeichnerisch festhält. Diese Aktzeichnungen sind heute im Bestand der Tate Gallery in London. Eine klare Leseempfehlung also für alle Fans von Friedrich und Turner – und für Lesende, die mehr über die historischen Personen hinter den beiden „Landschaftsmalern" lernen wollen.

Christoph Werner:
Um ewig einst zu leben. Caspar David Friedrich und Joseph Mallord William Turner
Bertuch Verlag Weimar, 2006.

Ankündigung: Vortrag von Dr. Jule Thiemann

Auf den Spuren des Flaneurs: Eine literarische Reise von Paris nach Berlin

Der Flaneur ist zurück! Die literarische Flanerie entsteht im frühen 19. Jahrhundert in Paris und gilt als besonders faszinierende Tradition der europäischen Großstadtliteratur. Der Flaneur als melancholischer Spaziergänger ist jedoch längst nicht mehr nur auf den Straßen der französischen Metropole unterwegs – ihn treibt es in die Großstädte der Welt. Ob New York, London, Berlin oder Tokio: Es wird wieder flaniert in der Gegenwartsliteratur!

In ihrem Vortrag schaut Dr. Jule Thiemann, Literaturdozentin des VHSt, auf die Geburtsstadt der Flanerie und spürt den ersten Pariser Flaneuren, z. B. in der Lyrik von Charles Baudelaire, nach. Denn die Pariser Stadtgeschichte stellt den sozial- und kulturgeschichtlichen Hintergrund für die Herausbildung der Flaneur-Literatur dar. Das französische Verb „flaner" (gehen, schlendern, herumlaufen) tritt um 1800 im allgemeinen Sprachgebrauch auf. Mit Walter Benjamin und Franz Hessel wandern wir zuerst auf den Pariser Straßen und schließlich nach Berlin, denn auch in der deutschen Hauptstadt wird fleißig und lustvoll flaniert. So gilt die Ära der Weimarer Republik als Hochzeit der Flanerie, wie ein Blick auf Texte von Erich Kästner und Irmgard Keun zeigt. Dieser Zeit des Flanierens in Berlin wird sich übrigens ab Oktober auch der Literaturkreis des VHSt widmen (Näheres im Septemberheft 2022 der *HBZ*).

Gustave Caillebotte: Straße in Paris an einem regnerischen Tag (1877)

Heute, zu Beginn des 21. Jahrhunderts, feiert die Flanerie ein Comeback: Zahlreiche Romane aus der Perspektive des Spaziergängers erscheinen und Stadtführer werben mit den typischen Eigenschaften des Flaneurs: sich treiben zu lassen in der Metropole. In den neueren Texten entdecken wir gemeinsam die Figur der Flaneurin bzw. der Flâneuse, die in dieser männlich dominierten Schreibtradition bisher noch viel zu selten diskutiert wurde.

Der Vortrag findet statt am **Dienstag, den 26. April, von 17 bis 18:30 Uhr im VHSt-Vereinsbüro**, Rathausstraße 7, 20095 Hamburg. Der Vortrag wird von Bildern und Lektürebeispielen begleitet, im Anschluss ist Zeit eingeplant für Fragen und Diskussionen. Anmeldung bitte über das Vereinsbüro.

Referentin: Dr. Jule Thiemann studierte Germanistik, Anglistik und Erziehungswissenschaften in Hamburg und Wellington, Neuseeland, und absolvierte eine Doppelpromotion an der Universität Hamburg und der Macquarie University Sydney, Australien. Ihre Dissertation mit dem Titel „(Post-)migrantische Flanerie. Transareale Kartierung in Berlin-Romanen der Jahrtausendwende" wurde 2019 veröffentlicht.

Foto: WikiArt.org - gemeinfrei

Für alle Vereinsaktivitäten gilt eine **FFP2-Maskenpflicht** *oder das Schutzkonzept vor Ort. Neue Interessenten melden sich bitte vorab bei den genannten Ansprechpartnern.*

Stadtteilgruppen

Alle Stadtteilgruppen sind offen für alle VHSt-Mitglieder, unabhängig von ihrem Wohnort. Gäste sind immer herzlich willkommen!

Altona

Irene Meyer, Telefon: (04108) 87 49

Neuer Treffpunkt!

Am Dienstag, dem **12. April** findet unser Kaffeetrinken um **15 Uhr** in unserem **Vereinsbüro** in der Rathausstraße 7 statt.

Bergedorf

Uwe Artz, Telefon: (040) 731 43 32, Handy: (0170) 520 84 16

Unsere nächste Zusammenkunft bei Kaffee und Kuchen oder leckeren Snacks findet statt am Donnerstag, dem **21. April** um **14:30 Uhr** im **Café Greco**, Bergedorfer Schloßstraße 5.

Harburg

Irene Meyer, Telefon: (04108) 87 49

Wir treffen uns am Donnerstag, dem **14. April** um **15 Uhr** zum Kaffeetrinken und **BINGO-SPIEL** in der Gaststätte **Zur Außenmühle**, Vinzenzweg 20 in Harburg. Die Haltestelle ist Reeseberg, mehrere Busse halten dort.

Walddörfer

Maria Artz, Telefon: (040) 35 74 71 11,
Handy: (0175) 356 60 84

Da am Dienstag, dem **19. April** unser Tagesausflug stattfindet, fällt unser Treffen im Landhaus Ohstedt leider aus.

Wandsbek

Bernd Ricanek, Telefon: (04171) 60 58 30

Unser Gruppentreffen findet statt am **Mittwoch**, dem **13. April** um **14 Uhr** im **Restaurant Luisenhof** (Am Luisenhof 1, U-Bahnhof Farmsen).

Der erste Gruppenausflug führt uns am **Mittwoch**, dem **27. April** nach Stade. Hier essen wir im **Inselrestaurant Stade auf der Insel**. Anschließend spazieren wir durch die Altstadt bis zum Schwedenspeicher. In einem gemütlichen Altstadtcafé kehren wir zum Kaffeetrinken ein.

Treffpunkt: **10:20 Uhr Hamburg-Hauptbahnhof auf dem S-Bahnsteig Gleis 3/4.**

Mit der S-Bahn-Linie S 3 geht's ohne Umsteigen um 10:28 Uhr direkt nach Stade (HVV 5 Ringe).

Monatskarteninhaber lösen bitte entsprechende Ergänzungskarten.

Anmeldung bitte bei Herrn Ricanek.

Freizeitangebote

Englisch-Neigungsgruppe „English for seniors“

Dieter Herz, Telefon: (040) 796 21 27, **Margret Rodewald**, Telefon: (040) 640 53 50
An **jedem ersten Mittwoch im Monat** um **11 Uhr** pflegen wir die englische Sprache im Vereinsbüro.

Skatspielen beim VHSt

Friedrich Lindhüber, Telefon: (040) 880 24 13
Jeden Montag von **14 bis 17 Uhr** wird im Nachbarschaftstreff des **Altonaer Spar- und Bauvereins e. G.**, Harmsenstraße 16, 22763 Hamburg Skat gespielt. Über neue Spieler freuen wir uns sehr.

VHSt-Kegeln

Maria Artz, Telefon: (040) 35 74 71 11, Handy: (0175) 356 60 84
Die Kegelgruppe **„NUR MUT“** kann sich im April leider nicht treffen.

Gymnastik im Vereinsbüro

Bärbel Czepull, Telefon: (040) 35 74 71 12
(Di. und Do.: 10 bis 15 Uhr)
Gymnastik auf, mit und um den Stuhl für Senioren: **jeden Dienstag von 11 bis 12 Uhr** im Vereinsbüro. Teilnahmegebühr 2 Euro pro Stunde.

VHSt-Wandergruppe

In diesem Monat wandern wir nicht.

Neuer Kurs!

Der Literaturkreis für Zuhause!

Ist Ihnen der Weg ins Vereinsbüro zu weit oder zu beschwerlich? Der Literaturkreis kommt jetzt auch **digital per Zoom** in Ihr Wohnzimmer! Dr. Jule Thiemann bespricht kurze Texte, die Sie nach Anmeldung per E-Mail oder Post erhalten. Am **13. April** (17 bis ca. 18:15 Uhr) geht es um **Erich Kästners** *Das Märchen vom Glück*, am **11. Mai** (17 bis ca. 18:15 Uhr) folgt **Anton Tschechows** *Ein Glücklicher*.
Anmeldung per E-Mail an: *jule.thiemann@uni-hamburg.de*. Kurz vor dem Termin erhalten Sie den Zoom-Link und die Zugangsdaten, um am Literaturkreis teilzunehmen.

Neue Mitglieder

Wir begrüßen herzlich als neue Mitglieder des VHSt:

Dr. Hermannus Pfeiffer	20249 Hamburg
Cornelia Nahrstaedt	20249 Hamburg

Kleinanzeigen

Briefmarken und Münzsammlungen sowie Nachlässe kauft jederzeit gegen sofortige Barzahlung: H.P. Bahr, Telefon (04105) 820 10.

Aus dem Verein

Glückwünsche

Wir gratulieren im April 2022

– verbunden mit unseren besten Wünschen und einem herzlichen Dankeschön für die Treue – zum

100. Geburtstag
Margret Ritt

90. Geburtstag
Alice Grothe
Klaus Fuhlendorf
Marlies Sielaff

85. Geburtstag
Uwe Kreuzer
Maria Peschges

80. Geburtstag
Margrit Horn

60-jähriges Vereinsjubiläum
Marianne Lange

40-jähriges Vereinsjubiläum
Karin-Ursula Flur

30-jähriges Vereinsjubiläum
Gabriele Zenker

DIE*neue*GESELLSCHAFT

Für VHSt-Mitglieder 50 % Ermäßigung für:

Montag, 25.4., 18:30 bis 20:30 Uhr: Gehört der Islam zu Deutschland? Von Deutschlands drittgrößter Glaubensgemeinschaft.

Dienstag, 3.5., 18 bis 20 Uhr: Inflation – Nachher ist alles anders.

Dienstag, 10.5., 18 bis 20 Uhr: Trau. Schau. Wem. Wenn Menschen Vertrauen in Institutionen verlieren.

Donnerstag, 19.5., 19 bis 21 Uhr: Terror in Hamburg. Der Anschlag auf das Springer-Gebäude 1972.

Ort: Geschäftsstelle Neue Gesellschaft, Springeltwiete 1, Zwischengeschoss, Nähe U 1 Meßberg. Kostenbeitrag für VHSt-Mitglieder jeweils 2,50 Euro.

Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich unter Telefon 040 – 44 75 25 oder per E-Mail: kontakt@die-neue-gesellschaft.de. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, dass Sie Mitglied des VHSt sind, um die Vergünstigung zu erhalten.

Stadtrundfahrt

am Dienstag, 19. April 2022

Die **alternative Stadtrundfahrt** führt uns in Hamburgs Szeneviertel: quirlig, bunt, alternativ, modisch, trendy – und mit stark steigenden Mieten. Wir schauen uns die hippen Stadtviertel an wie z. B. die **Sternschanze, Eimsbüttel, Ottensen, Altona-Altstadt, St. Georg** und das im Wandel stehende **Barmbek**. Gemeinsam sehen wir, was sich dort in den letzten Jahrzehnten getan und geändert hat. Es ist der Wandel von u. a. Industriestandorten hin zu Orten der Kreativität, Kunst und Kultur. Die geführte Stadtrundfahrt endet in Barmbek am Museum der Arbeit mit einem Mittagessen in dem legendären Restaurant **T:R:U:D:E**. (nach Wahl: 1. veganes Gericht, 2. Hamburger Pannfisch oder 3. T:R:U:D:E:s Currywurst).

Preis: 45 Euro pro Person (inklusive Mittagessen mit kleinem Softdrink) Anmeldung im Vereinsbüro Treffpunkt: 9 Uhr am Hamburger ZOB (Busunternehmen TransPax)

Onkel Wanja

Anton Tschechow

20% Ermäßigung für VHSt-Mitglieder
für die Vorstellungen 22.04. bis 29.04.2022
bei Nennung des Stichwortes „HBZ“

Ernst Deutsch Theater | Service-Center 040 22 70 14 20
www.ernst-deutsch-theater.de

Spargelessen an der Elbe

Nachdem im Dezember letzten Jahres erneut das große Weihnachtsfestessen ausgefallen ist, laden wir ein zum

Spargelessen am Mittwoch, dem 8. Juni 2022.

Freuen Sie sich auf ein großes Spargelmenü mit Hochzeitssuppe, Spargel mit Katenschinken und Schnitzel, Kartoffeln, Butter und Hollandaise sowie ein Vanilleeis mit Erdbeeren zum Dessert, im Hofcafé mit Elbblick Löscher in Hoopte.

Das Hofcafé Löscher liegt im Landkreis Harburg an der Oberelbe ca. 500 Meter von der Elbfähre Hoopte – Zollenspieker.

Ein Bustransfer um 11 Uhr ab Hamburg ZOB und 11:30 Uhr ab Bahnhof Harburg (beim Taxistand) bringt uns **direkt zum Hofcafé Löscher.**
Essen ab ca. 12:15 Uhr.

Die Busse werden uns dann um 15:30 Uhr wieder zurück nach **Harburg** bzw. **Hamburg ZOB** bringen.

Der Preis für das **Spargelmenü beträgt 45,– €.**
Getränke sind im Preis nicht enthalten.

Anmeldungen werden im Vereinsbüro unter Telefon 040 - 35 74 71 - 0 entgegengenommen.

„Kein Geld für Atom und Gas!“

Noch nie war es so einfach wie heute, mit gutem Gewissen Geld anzulegen.

Sie wünschen sich einen ideellen „Mehrwert“ für Ihr Geld? Dann erweitern Sie doch Ihr persönliches Magisches Dreieck um den Eckpunkt Ethik zu einem Viereck. Nachhaltige Finanzprodukte (ESG), die ökologische und/oder soziale Kriterien beachten, sind längst der Öko-Nische entwachsen. Selbst im Rahmen der staatlich geförderten Riester-Rente oder in betrieblichen Pensionsfonds können Verbraucher ihr mühsam Erspartes nach ethischem Gutdünken anlegen lassen. Geld und Rendite sind – wie im richtigen Leben – beim Sparen eben nicht alles.

Banken mit Gewissen

Gleichzeitig fragt sich, ob Banken mit Moral und ruhigem Gewissen solide Geschäfte machen können. Wie die auch in Hamburg aktive niederländische Triodos-Bank beantwortet die Umweltbank diese Frage mit „Ja!“. Die Umweltbank wurde 1997 in Nürnberg gegründet. Ihre Geschäftspraxis ist, wie die von Triodos, im Kerngeschäft konventionell. Allerdings finanziert sie im Unterschied etwa zur Deutschen Bank lediglich „Umweltprojekte“, wie etwa Solarparks oder Wohnbauten. Der Vorstand der Umweltbank sieht die Aktiengesellschaft als „eine von Deutschlands profitabelsten Banken“ – weit vor Triodos. Mit einem Geschäftsvolumen von 5,9 Milliarden Euro und weit über 100.000 Kunden ist man hierzulande auch deutlich präsenter als die Niederländer.

Hingegen ist die kleinste Grün-Bank im thüringischen Eisenberg zu Hause, einer Kreisstadt mit zehntausend Einwohnern. Auch sie versucht, Gewinn und Nachhaltigkeit in Einklang zu bringen. Dafür gründete die Volksbank Eisenberg im Jahr 2002 die EthikBank. Online im Internet, per Brief oder Telefon können auch Hamburger Sparer bei einer der kleinsten Volksbanken ihr Geld alternativ anlegen. Brandaktuelles Motto: „Kein Geld für Atom und Gas!“

So macht die EthikBank beispielsweise keine Geschäfte mit Unternehmen, die Militärwaffen herstellen, Atomkraftwerke besitzen, Pflanzen gentechnisch verändern, ozonschädliche Chemikalien herstellen oder Kinder für sich arbeiten lassen. Ebenso tabu sind Staatsanleihen aus Ländern, die Menschenrechte verletzen. Dabei legt die Direktbank nach eigenen Angaben „bis ins Detail offen“, wie und wo sie die Spargelder ihrer Kunden anlegt.

Nicht immer erfolgreich

Die Nachhaltigkeitskriterien der EthikBank entsprechen in etwa dem hohen Standard, den vor allem die frühere Ökobank in Frankfurt am Main in den 1980er-Jahren gesetzt hatte. Die von politisch engagierten, linken Grün-Alternativen gegründete Ökobank gilt noch heute als „Mutter aller Alternativbanken“.

Wirtschaftlich erfolgreich war sie aber letztlich nicht. Nach einer finanziellen Schieflage wurde die Ökobank 2003 von der GLS Gemeinschaftsbank übernommen. Diese Genossenschaft hat bundesweit über 300.000 Kunden. Das Geldinstitut der ersten grünen Stunde – es wurde bereits in den 1970er-Jahren in Bochum gegründet – hat wie Triodos anthroposophische Wurzeln. Doch wenn man sich die aktuelle Produktpalette anschaut, finden sich sehr überzeugende Kriterien für ökologisch und sozial ausgerichtete Geldanlagen.

Widersprüche sind unvermeidlich

Auch einige Institute, die evangelischen oder katholischen Kirchen nahestehen, sowie die Smartphone-Bank Tomorrow sehen sich als alternative Geldinstitute. Allen haftet jedoch eine Krux an: Die meisten ihrer Projekte wären wohl auch von konventionellen Banken finanziert worden! Das gilt erst recht in der heutigen Niedrigzinsphase. Schließlich müssen sich auch nachhaltige Projekte, die auf Kredit angewiesen sind, letztlich rechnen.

Und dann ist da noch die Frankfurter KT Bank. Sie ist die erste Bank in Deutschland, die Finanzprodukte nach den Prinzipien des islamischen Bankwesens anbietet. Zinsen sind da eigentlich tabu. Ohne zumindest teilweisen Renditeverzicht sind ohnehin keine besonders günstigen Kredite für „wirklich“ alternative Projekte möglich. Darauf setzt die GLS Bank. So dürfte manche Investition von den Bochumern finanziert werden, vor der die Sparkasse an der Ecke oder die Deutsche Bank doch zurückschrecken würde.

Vielfältige Möglichkeiten

Mittlerweile sind frühere Streitigkeiten in der Szene abgeklungen. Dennoch sind die Kriterien, die für Umwelt, Soziales und Unternehmensführung, kurz ESG, angelegt werden, von Institut zu Institut unterschiedlich. Zudem bieten auch konventionelle Banken und Sparkassen inzwischen ESG-Produkte an (engl. „Environmental, Social, and Corporate Governance“). Einen ersten Überblick über nachhaltige Banken können Sie sich auf dem Informationsportal ***www.geld-bewegt.de*** verschaffen. Es wird von den Verbraucherzentralen herausgegeben.

Hermannus Pfeiffer

Foto: © Petra Richli – stock.adobe.com

Bandscheiben – unsere Stoßdämpfer im Blick

Unsere Bandscheiben sorgen dafür, dass unser Rückgrat nicht steif wie ein Stiel, sondern flexibel und zu allen Seiten beweglich ist und unser Gewicht abfedert. Doch mit zunehmendem Alter lässt die Regenerationsfähigkeit dieser knorpeligen Pufferscheiben nach und es kommt zu Schmerzen oder dem gefürchteten Bandscheibenvorfall.

Dehydrierung und Verschleiß

Über den Tag drückt der auf den Bandscheiben lastende Druck des Körpergewichts die gespeicherte Flüssigkeit aus, weshalb wir abends rund 2,5 cm kleiner sind. Während des Schlafs wird der Flüssigkeitsspeicher im gesunden Körper wieder aufgefüllt.

Natürliche Alterung schränkt die Fähigkeit zur Regeneration ein. Betrachtet man diesen Verschleiß bei einer Kernspintomografie, sieht der Bandscheibenkern dunkel aus. Rückenschmerzen in diesem Stadium entstehen dadurch, dass der den Kern umschließende Faserring schrumpft und an Elastizität verliert. Die Fasern geben nach und der Bandscheibenkern kann sich bei Belastung an einer Stelle vorwölben und auf Nerven drücken.

Super-GAU: Bandscheibenvorfall

Bei einem Bandscheibenvorfall reißt der Faserring. Teile des Bandscheibenkerns treten vom einen auf den anderen Moment aus und quetschen die Nerven. Die meisten denken dann sofort an eine Bandscheibenoperation. Laut führenden Orthopäden ist das aber nur in wenigen Fällen nötig.

Die meisten, wenn auch über die Maßen schmerzhaften, Bandscheibenvorfälle bilden sich nach einigen Wochen oder auch Monaten von selbst bis zu einem gewissen Grad zurück. Während dieser Heilungszeit können Injektionen mit Kortison oder lokale Betäubung die Schmerzen lindern. Der Faserring vernarbt an der gerissenen Stelle und der Körper baut das ausgetretene Bandscheibengewebe ab. Der Funktionsumfang ist durch das nun fehlende Gewebe und unflexibles Narbengewebe nicht mehr so gut wie vorher. In den meisten Fällen reicht die Funktion der geheilten Bandscheibe aber viele Jahre oder sogar bis zum Lebensende aus.

Wann ist eine OP angeraten?

Anders als noch vor einigen Jahren empfiehlt man heute eine Bandscheibenoperation in der Regel nur noch dann, wenn als Folgen des Bandscheibenvorfalls Blasen- oder Darmstörungen oder Fußheberschwäche auftreten. Auch wird nicht mehr der komplette Bandscheibenkern, sondern nur der betroffene Teil behandelt.

Einen Sonderfall stellt die Halswirbelsäule dar. Ist sie betroffen, ist meist nicht mehr genug Bandscheibe vorhanden, um zu regenerieren. Hier wird eine kleine Prothese bestehend aus einem Kunststoffkissen und zwei Titandeckplatten an die Stelle der Bandscheibe eingesetzt. Diese Art der Operation wird zwar auch im Bereich der Lendenwirbelsäule durchgeführt, ist aber aufgrund der deutlich höheren Belastung nicht so erfolgversprechend wie bei der Halswirbelsäule.

Samira Aikas

Hinweis: **Dieser Artikel enthält ausschließlich allgemeine Informationen und kann das Gespräch mit einem Arzt nicht ersetzen.**

Quellen: **ORTHOpress, Deutsches Ärzteblatt**

Gymnastik für zu Hause – Teil 38

Übung zur Festigung der Schultermuskulatur

In diesem Teil unserer Serie mit Übungen aus Bärbel Czepulls VHSt-Gymnastikkurs zeigen wir Ihnen zwei Übungen im Stehen zur Stärkung der Schultermuskulatur.

Seitliches Abstützen

- Stellen Sie sich mit einem Schritt Abstand mit der Schulter zur Wand hin.
- Stützen Sie sich mit dem Arm und flacher Hand an der Wand ab.
- Lassen Sie sich langsam gegen die Wand fallen.
- Drücken Sie sich mit dem Arm langsam wieder von der Wand weg.
- Wiederholen Sie die Übung mindestens zehnmal.
- Wechseln Sie die Seite und führen Sie die Übung erneut mindestens zehnmal durch.

Frontales Abstützen

- Stellen Sie sich mit einem Schritt Abstand frontal zur Wand hin.
- Stützen Sie sich mit beiden Armen an der Wand ab.
- Lassen Sie sich langsam gegen die Wand fallen.
- Drücken Sie sich mit den Armen langsam wieder von der Wand weg.
- Wiederholen Sie die Übung mindestens zehnmal.

Führen Sie die beiden Übungen mindestens dreimal durch.

Viel Spaß beim Training!

Fotos: Samira Aikas

HBZ
Hamburgische Zeitschrift für den öffentlichen Dienst
Ausgabe | April | 4 / 2022

Was muss, das muss …!
Bernd Ricanek

C 3435

Einen Augenblick bitte!

Unter dieser Rubrik veröffentlicht die Redaktion aus unserem Mitgliederkreis lustige Fotos, Schnappschüsse oder Kurzgeschichten. Machen Sie mit! Auf Ihre Post freut sich …

Ihre HBZ-Redaktion

Rückvergütung für Mitglieder:
- Hauptsaison 5 %
- Zwischensaison 10 %
- übrige Zeit 15 %

Schnuppern Sie gesunde Nordseeluft – das beste für Körper und Seele!

Ein paar Tage raus aus dem Alltag, ein kurzer Urlaub zum Entspannen, zum Sich-Verwöhnenlassen, für die Schönheit. Eine Woche allein, zu zweit oder mit der Familie. Ein beeindruckendes Naturbild von Dünen, Strand und Meer mit atemberaubender Himmelslandschaft erwartet sie. Die Kombination von Meerwasser und Salzluft ist die reinste Klimakultur. Die frische Meeresluft lässt Sie wieder durchatmen, weckt die Lebensgeister und stärkt die Abwehrkräfte!

Unsere gut und funktional ausgestatteten **VHSt-Ferienwohnungen** mit zwei Zimmern für eine bis fünf Personen gewähren ein Höchstmaß an Bequemlichkeit und garantieren einen rundum erholsamen Aufenthalt.

Ferien in St. Peter-Ording

*** Vorbehaltlich der Verfügbarkeit, zuzüglich Endreinigung**

Sind Sie interessiert? Unser Vereinsbüro erwartet gern Ihren Anruf unter (040) 35 74 71 0 oder Ihre E-Mail unter verein@vhst.de, um Sie über Einzelheiten zu informieren. Geschäftszeiten: Dienstag und Donnerstag 10 bis 15 Uhr
Sie finden uns im Blanker-Hans-Weg 8, 25826 St. Peter-Ording