

Langenhorner Rundschau

zusammen leben - zusammen halten - zusammen gestalten

64. Jahrgang
März 2020



90 Jahre Hamburger Bogen- schützen Gilde von 1930 e.V.

Deutschlands ältester Bogensportverein



50 Jahre davon in Langenhorn.

Langenhorner Rundschau
Zeitschrift des
Langenhorner Bürger-
und Heimatverein e.V.



Inhalt

Die Langenhorner Rundschau erscheint monatlich zum Monatsbeginn. Sie wird an über 40 Stellen in Langenhorn zum kostenlosen Mitnehmen ausgelegt: in vielen Einzelhandelsgeschäften, Apotheken, Arztpraxen, Banken und in allen öffentlichen Gebäuden. Mitglieder erhalten die Zeitschrift per Post zugeschickt.

Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt: Langenhorner Bürger- und Heimatverein e.V., Tangstedter Landstraße 41, 22415 Hamburg
www.langenhorner-heimatverein.de
info@langenhorner-heimatverein.de

Alles bis auf Druck und Anzeigenverwaltung wird bei der Langenhorner Rundschau ehrenamtlich gemacht.
Die Redaktion: A.Rugbarth (als Vorsitzende), B. Buck, R.Ebert, T. Kegat, A. Kloebe, M.B. Muench, C.-D. Schmuck-Hinsch, Dr. PH P. Osinski.
redaktion@langenhorner-rundschau.de

Die mit dem Namen des Verfassers oder seinen Initialen gekennzeichneten Beiträge geben die Meinung des Autors, nicht die der Redaktion wieder. Alle Bildrechte - soweit nicht anders gekennzeichnet - beim Verlag. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.

Verlag, Anzeigenverwaltung,
Herstellung: Syncrohost GmbH
Richard Ebert
22415 Hamburg, Scharnskamp 23f
Telefon 040- 5316380
verlag@langenhorner-rundschau.de

Einer Teilaufgabe dieser Ausgabe liegt eine Programminformation der Volkshochschule Norderstedt bei. Wir bitten um freundliche Beachtung.

INHALT

Impressum	2
Einladung zur Mitgliederversammlung 2020	2
Editorial	3
Regelmäßige Veranstaltungen im Bürgerhaus	3
Deutschlands ältester Bogensportverein wird 90 und öffnet seine Türen	4-5
Der Grünschnabel klappert: Wahl-Eruptionen	6-7
„Bänke sind natürlich auch einladend“ - echt jetzt?	8-9
Ein Langenhorner wird Fraktionschef bei den GRÜNEN im Bezirk: Gratulation!	10
Langenhorner Kümmernisse	10-11
Kultur-Mix-Programm	11
Kruise achtersinnige Langenhorner Gedanken: Wir sind wir. Und wir sind die Anderen.	12-13
Betroffene für Betroffene 1: MS-Beratung	14
Frühlingsstück der Hennebergbühne	14
Betroffene für Betroffene 2: Restless Legs	15

Erinnerung an unsere jährliche Mitgliederversammlung

Der Langenhorner Bürger- und Heimatverein lädt alle seine Mitglieder zur jährlichen Mitgliederversammlung ein.

Sie findet am Freitag, 20. März 2020 im Langenhorner Bürgerhaus, Tangstedter Landstraße 141, statt.

Zunächst wird ab 14:30 Uhr die monatliche Kaffeetafel abgehalten.

Anschliessend - ab 16:00 Uhr - beginnt dann die offizielle Mitgliederversammlung.

Auf der Tagesordnung stehen u.a. folgende Punkte:

- Rechenschaftsbericht des Vorstandes
- Kassenbericht des Schatzmeisters
- Bericht der Kassenprüferin
- Vorstandswahlen
- Wahl der Kassenprüferin
- Anträge, Verschiedenes

Wir wünschen uns eine rege Beteiligung und wir freuen uns auf Sie!

Für den Vorstand : Andrea Rugbarth, Vorsitzende

Editorial

Man kann es nicht oft genug sagen: Die Langenhorner Rundschau ist nicht irgendeine Zeitung. Sie wird vom Bürger- und Heimatverein „getragen“ und von einigen Frauen und Männern geschrieben und gemacht, die das ehrenamtlich tun. Der Anlass, das hier erneut zu schreiben, ist die Mitgliederversammlung dieses Vereins, zu der unten links im Kasten eingeladen wird. Der Verein wurde im Jahr 1877 erstmals gegründet - vor weit mehr als einem Jahrhundert! Das ist kein Verdienst der Leute, die heute die Arbeit machen. Aber es deutet an, in welchen grossen Schuhen sie stehen: Die 143 Jahre muss man erst mal gedanklich packen! In Deutschland gab es 1877 noch einen Kaiser. Am 1. Juli 1877 wurde der Ohlsdorfer Friedhof eröffnet. Der liegt damals „weit vor den Toren Hamburgs“. Man fährt dahin vom Schweinemarkt nahe dem heutigen Hauptbahnhof mit Pferdeomnibussen. Etwa eine Stunde dauert die Fahrt. Doch das nur am Rande.

143 Jahre Ehrenamt in Langenhorn - das ist es, worauf ich hinweisen will. Weil bei der Versammlung wieder ehrenamtliche Vorstandsmitglieder gewählt werden. Der Verein ist stolz auf die Kontinuität über die Jahrhunderte (so kann man sagen). Andererseits wissen die Aktiven, was sie tun, wenn sie ein Amt übernehmen: Praktisch gleichzeitig mit der Vereinsgründung schrieb 1877 der respektlose Wilhelm Busch:

Willst Du froh und glücklich leben, laß kein Ehrenamt dir geben!
 Willst du nicht zu früh ins Grab lehne jedes Amt gleich ab!
 Wieviel Mühen, Sorgen, Plagen, wieviel Ärger mußt Du tragen;
 gibst viel Geld aus, opferst Zeit - und der Lohn? Undankbarkeit!
 Ohne Amt lebst Du so friedlich und so ruhig und gemütlich,
 Du sparst Kraft und Geld und Zeit, wirst geachtet weit und breit.
 So ein Amt bringt niemals Ehre, denn der Klatschsucht scharfe Schere
 schneidet boshaft Dir, schnipp-schnapp, Deine Ehre vielfach ab.
 Selbst Dein Ruf geht Dir verloren, wirst beschmutzt vor Tür und Toren,
 und es macht ihn oberfaul jedes ungewaschne Maul!
 Drum, so rat ich Dir im Treuen: willst Du Weib (Mann) und Kind erfreuen,
 soll Dein Kopf Dir nicht mehr brummen, laß das Amt doch and'ren Dummen.

Also: Schon lange vor Facebook wurde gelästert und viel gemeckert. Doch genug geschmunzelt. Wir wünschen dem Verein eine gute Mitgliederversammlung und hoffen auf viele weitere Jahre ehrenamtlicher Vereinsarbeit - für unser Langenhorn. Und wenn Sie mal was zu Meckern haben: Schreiben Sie einen Leserbrief!

R. Ebert

Richard Ebert, 2. Vorsitzender des Bürger- und Heimatvereins



Die Kaffeetafel des Bürger- und Heimatvereins findet ausnahmsweise am dritten Freitag des Monats statt, also am 20.3. um 14:30 Uhr im Bürgerhaus. Im Anschluß beginnt um 16 Uhr die Mitgliederversammlung des Bürger- und Heimatvereins - siehe gegenüberliegende Seite!

NABU jeden 2. Montag im Monat,
 Bettina Amedick 18:30 Uhr
 Tel. 5213806 / Mail amedick.b@gmx.de

Langenhorner Schachfreunde e.V. jeden Freitag ab 19:00 Uhr
 Hugo Schulz, Tel. 5279012

Langenhorner Skatfreunde jeden Donnerstag
 Herr Prochnau 5241435 ab 18.30 Uhr

Guttempler Gemeinschaft „Kompass“ jeden Dienstag 19:30 Uhr
 Gruppenabend
 Ilona Dom, Tel. 04193/967154

AWO Seniorentreff Montag und Donnerstag
 Rita Schröder, Telefon 5339903 14 - 17:00 Uhr

AWO Seniorengymnastik jeden Dienstag
 10:30 bis 11:30 Uhr und 12:00 - 13:00 Uhr

AWO Spielerunde – Skatfreunde jeden Montag
 und Donnerstag 14.00-17.00 Uhr

AWO Computer Caffee jeden Dienstag
 14.00-16.00 Uhr

Fit und flott Mittwoch 14 bis 16 Uhr
 Gedächtnistraining

Tanzgruppe Seniorentanz jeden Freitag 10 - 11:30 Uhr
 Melden bei Ingeborg Onnasch Telefon 524 62 21

SoVD Sozialverband 1. Donnerstag im Monat
 Beratung 16.00-18.00
 OV-Versammlung 3. Freitag im Monat
 Tel. 500 06 53 Wolfgang Seipp 13.30-16.00

Langenhorner Gesangverein von 1866 Mittwoch
 Kontakt: Birgit Schmitz Chorprobe im LALI
 Tel. 500 05 45 Tangstedter Landstr. 182a

Neben den hier aufgeführten Veranstaltungen gibt es sowohl im Bürgerhaus als auch an anderen Orten im Stadtteil eine Reihe von Treffen und Terminen.

Weitere Termine im Bürgerhaus unter
<http://buengerhaus-langenhorn.hamburg/kurse-veranstaltungen/>

Alle ins Gold



Mit dem Gruß „Alle ins Gold“ wünschen die Bogensportler vor dem Start des Turniers dem unmittelbaren Scheibennachbarn viel Erfolg - das heisst: Pfeile, die in der Mitte der Scheibe landen. Bei den WA-Zielscheiben ist diese Mitte gelb, oder besser Gold (WA = World-Archery-Federation, internationaler Bogensportverband.)

Damit sind wir schon mitten im Leben des Bogensports. Diese ganz besondere Sportart wird kaum irgendwo engagierter betrieben, gefördert, gelehrt und geschätzt wie bei uns in Langenhorn auf dem weitläufigen Gelände der „Hamburger Bogenschützengilde von 1830 e.V.“, des ältesten reinen Bogensportvereins Deutschlands.

Das verdient einen kurzen geschichtlichen Rückblick.

Die Gilde wurde im Jahr 1930 gegründet. Sie überstand die Kriegs- und folgenden Notzeiten. Mehrere Bogensportplätze waren in den Jahrzehnten Heimat der HBG: Zuerst ein Gelände an der Loogestraße in Eppendorf, nach dem Krieg der heutige Rugbyplatz im Stadtpark am Jahning in Winterhude. Das nächste Quartier war dann ein neu geschaffenes Bogensportzentrum im Jugendpark. Damit waren - im Mai vor 50 Jahren - die Bogenschützen in Langenhorn angekommen. Die HBG hatte erstmals ein Vereinsgelände, auf dem große Turniere wie die Deutsche Meisterschaft 1976, diverse FITA-Stern-Turniere und Norddeutsche Meisterschaften ausgetragen werden konnten. Mit einer Kapazität von rund 50 Scheiben war der Bogensportplatz schon damals einer der größten vereinseigenen Bogensportplätze in Deutschland.

Doch dann kam der Bau der Ortsumgebung Fuhlsbüttel und erzwang erneut einen Neubeginn. Seither befindet sich das Zentrum der HBG am Keustück 28. Auch dieser schöne neue Platz wurde mit einer Deutschen Meisterschaft 1994 der Fachwelt vorgestellt. Es ist der größte vereinseigene Bogensportplatz in Deutschland. Rund 80 Scheiben können für die FITA-Runde gestellt werden. Schon vier Jahre später 1998 war die HBG erneut Gastgeber der Deutschen Meisterschaft. Und dann wieder zum 75 jährigen Jubiläum 2005.

Im Sommer 2003 begannen der Bau einer vereinseigenen Bogensporthalle auf dem Gelände. Der Schießbetrieb in der Halle wurde zur Wintersaison 2003/2004 aufgenommen.

Und heute...

Für alle Disziplinen des Bogenschießens – olympisch, Compound, Jagd & Feld, Longbow und Hunter – hat der Bogensportplatz der HBG die behördliche Zulassung. In dem Verein können also alle Bogensportvarianten frei, aber auch durch erfahrene Trainer angeleitet, ausgeübt werden. In der Hallensaison wird die Bogenschießhalle für die 18m-Distanz mit 8 Scheiben von den Mitgliedern intensiv genutzt.

Auf dem sehr grünen und ruhig (mit Ausnahme der Flugzeuge) gelegenen großen Gelände stehen darüber hinaus zwei Blockhäuser zum Aufenthalt in Trainingspausen und für Sitzungen und Feiern zur Verfügung. Natürlich gibt es auch eine Sitzecke mit Grillplatz.

Es gibt einen großen Parkplatz. Und die Anlagen und Häuser sind für Rollstuhlfahrer ohne Probleme erreichbar.

Wer das Bogenschießen erlernen oder ausüben möchte, ist hier jederzeit willkommen.



Sie sind eingeladen: Zum Schnupperkurs jeden Monat und zur 90-Jahr-Feier am 13. Juni von 10 bis 16 Uhr!

Die Teilnahme an einem so genannten „Schnupperkurs“ ist die zwingende Voraussetzung dafür, diesen anspruchsvollen Sport ausüben zu dürfen. Das hat sehr gute Gründe. In der Hauptsache ist es die Beherrschung der strengen Sicherheitsregeln, ohne die niemand schießen darf. Für die Teilnahme muss man sich anmelden - und das rechtzeitig! Die Anmeldung erfolgt ausschließlich(!) über ein Anmeldeformular im Internet unter <https://www.hamburger-bogenschuetzen-gilde.de/schnupperkursformular/> und die Kurse sind schnell ausgebucht! Man kann durchaus sagen: Dieser Kurs ist das Nadelöhr - da muss man durch, egal ob mit 8 oder 80. Aber diese Bandbreite zeigt auch: Die Trainer geben sich grosse Mühe, möglichst jeden mitzunehmen. Ein Trost: Der Verein hat zur Zeit rund 400 Mitglieder, darunter etwa 10% Jugendliche - die haben es auch alle geschafft!

Das Gros übt den Sport zum Spaß an der Freunde aus. Rund 10 Prozent der Schützen stellen sich aber regelmäßig auch sportlichen Herausforderungen auf Vereins-, Kreis- und Landesmeisterschaften sowie Freundschaftsturnieren.

Dass Bogenschießen viel mehr ist als nur ein Sport, bestätigt uns jeder, den das Bogen – Fieber gepackt hat: Bogenschießen ist Philosophie, ist Weltanschauung. Bogenschießen ist ein leiser, ein eleganter Sport, faszinierend durch seine Anmut und die scheinbare Leichtigkeit, schlicht: Schön anzusehen und auch auszuführen.

Bogenschießen ist eine sehr altersunabhängige Sportart: Von acht bis achtzig trainieren die großen und kleinen Schützen Generationen übergreifend, helfen sich gegenseitig, unterstützen sich, denn Fair-Play und ein gutes Miteinander wird unter Bogenschützen groß geschrieben. So sieht und hört man es auf allen Turnieren und Bogenplätzen: Bogenschützen begrüßen sich per Handschlag und nennen sich beim Vornamen, egal wie jung, egal wie alt, Weltmeister und Anfänger, alle zusammen sind sie eine große Familie – und stolz darauf.

Eine Massen-Sportart wird das Bogenschiessen sicher nicht werden - aber die Aktiven sehen das nicht als Nachteil. Am Geld wird das nicht liegen, denn der Einstieg ist durchaus bezahlbar. Der Monatsbeitrag liegt derzeit bei 15.- Euro, es gibt Ermäßigungen für Kinder/Studenten/Azubis. Am Anfang können Bogen und Pfeile vom Verein geliehen werden, später entscheidet jeder selbst, ob er mit eigenem Bogen schießen möchte. Charakteristischer als dies ist die schriftliche Verpflichtung aller Mitglieder zu zehn Stunden Gemeinschaftsarbeit pro Jahr - die Halle, die Häuser, die Anlagen und Geräte müssen ja gewartet und gepflegt werden. Man kann sich davon zwar freikaufen, in der Praxis aber, so wird erzählt, gibt es nach der gemeinsamen Arbeit auch gemeinsam grossen Spass. Das ist bei dieser Sportart, die ja von jedem für und mit sich alleine ausgeübt wird, ganz sicher von grosser Bedeutung.



Dieses Schild am Eingang der Anlage muss sein - die Sicherheit geht vor! Doch zur Feier der 90 Jahre öffnet der Verein sein Tor für alle: Am 13. Juni von 10-16 Uhr sind Besucher herzlich Willkommen! Insbesondere Kinder und Jugendliche werden gerne gesehen!

Zum Programm gehört:

Die Vorstellung der verschiedenen Bogentypen einschl. Zubehör (weil man ja evtl. wissen will: Was an Geräten („Geraffel“ sagen die Bogenschützen) brauche ich?)

Es gibt Vorführungen aus allen Spielarten einschl. der olympischen Disziplinen! Und die moderne Technik macht es möglich: Es ist sehr beeindruckend, zu sehen und zu hören, wieviel Zeit zwischen Lösen und Einschlag vergeht!

Es gibt ein Probeschießen (unter fachkundiger Anleitung).

Wen es interessiert der kann in der Vereinshistorie stöbern (da gibt es z.B. den beeindruckenden Film, der auch auf der Webseite ist und andere Dinge, die einem zeigen, was 90 Jahre bedeuten!). Und natürlich wird es ein Catering geben - leckeres Essen für kleines Geld.

Wenn dann nach 16 Uhr die Tore wieder geschlossen werden, feiern die Vereinsmitglieder unter sich mit ihren Familien: Nach 90 Jahren Vereinsarbeit haben sie sich das bestimmt verdient!

Foto Claus-Dieter Schmuck-Hinisch



„Das Schöne beim Bogenschießen ist, daß es den Körper gleichmäßig entwickelt und die Kräfte gleichmäßig in Anspruch nimmt. Da ist der linke Arm, der den Bogen hinaushält, straff, stark und ohne Wanken; da ist der rechte, der mit dem Pfeil die Sehne zieht und nicht weniger kräftig sein muß. Zugleich beide Füße und Schenkel stark zum Boden gestreckt, dem Oberkörper als feste Basis. Das zielende Auge, die Muskeln des Halses und Nackens, alles in hoher Spannung und Tätigkeit. Und nun...“ (Johann P. Eckermann, Vertrauter Goethes, der die Gespräche mit ihm aufzeichnete, um 1810).



Hier klappert der Grünschnabel: Wahl - Eruptionen

Liebe Langenhornerinnen und Langenhorner.



Heute am 17. Februar 2020 – also vor der Bürgerschaftswahl ist Redaktionsschluß. Das Wahlergebnis ist noch unbekannt. Doch ein „demokratisches“ Erdbeben in Thüringen hat Auswirkungen bis Hamburg. Es gab mehrere Auslöser. Eine Seite wollte ein Minderheitenkabinett durchsetzen und eine Regierung ohne Mehrheit im Parlament wählen lassen. Die andere Seite wollte nicht mitspielen und der Gegenseite eine Ohrfeige verpassen. Dem FDP-Mann war aber nicht klar, dass er damit eine - ihn selbst (und die FDP) vernichtende - bundesweite „Bombenexplosion“ auslösen würde und er als „nützlicher Idiot“ von der AFD an deren Leine durch die Manege geführt wurde. Rücktritte mit Domino-Charakter bei der CDU waren die Folge.

Damit ist die Geschichte in Thüringen aber noch nicht zuende. Es könnte sein, dass bei einer Wiederholung der Ministerpräsidentenwahl Herr Ramelow 5 Stimmen von der AFD erhält und er dann erklären muß, dass er die Wahl nicht annimmt. Und eine Auflösung des Parlamentes für Neuwahlen könnte scheitern, weil keine Zweidrittelmehrheit zusammenkommt. Deshalb zog Herr Ramelow seine Kandidatur zunächst zurück und schlug vor, seine Vorgängerin von der CDU, Frau Christine Lieberknecht, vorübergehend zu wählen, dann Neuwahlen durchzuführen um dann erneut als Ministerpräsident zu kandidieren.

Aber auch in Hamburg schlugen die Wogen hoch. 47 Millionen € von uns Steuerzahlern wurden gestohlen mit „Cum-Ex“-Geschäften. Die 47 Mio sind aber nur die zu unrecht gezahlte Kapitalertragssteuer - die echte Betrugssumme sollen rd. 280 Millionen € sein. Die Rückzahlung wurde in der Finanzbehörde (damaliger Chef Herr Tschentscher) so langsam bearbeitet, dass eine Verjährung eintrat. Und keiner will Schuld gewesen sein – trotz rechtzeitiger Mahnung aus dem Bundesfinanzministerium. Auch nicht der damalige Bürgermeister Olaf Scholz, der heutige Bundesfinanzminister mit Bonpflicht.

Aber es hat doch auch andere Banken mit Cum-Ex-Geschäften gegeben. Zum Beispiel die damals angeschlagene staatliche HSH-Nordbank. Hat diese und haben die anderen



Deutschen Banken die den Bürgern gestohlenen Steuergelder restlos bis auf den letzten Cent zurückgezahlt? Wäre eventuell die Pleite der HSH-Nordbank noch höher als angegeben? Da könnten noch einige Wogen Personen und Firmen beschädigen. Auch der Finanzbranche und dem Bankhaus Warburg stehen der ehemals gute Ruf der ehrbaren Hamburger Kaufleute nicht mehr zu.

Des weiteren rief der Erste Bürgermeister die Bürger dazu auf, nicht jetzt Immobilien zu kaufen sondern noch damit zu warten, bis durch die staatlichen Neubauten in den nächsten Jahren die Nachfrage gesunken sein dürfte und dann die Preise wieder erschwinglich seien. Wieviele Jahre sollte man dann warten?? Der Zinssatz ist jetzt so gering wie nie zuvor. Jeder, der jetzt etwas angespart hat und von Eltern, Großeltern und Tanten noch Gelder dazukriegen kann, sollte jetzt zuschlagen.

Die Immobilienpreise haben sich in den letzten 10 Jahren fast verdoppelt durch die Euro-Krise und die daraus resultierende Spekulation und Investition in Betongold. Davor waren sie aber auch 10 Jahre auf etwa gleichbleibendem Niveau. Hamburg hatte eher sinkende Bevölkerungszahlen. Bauen lohnte sich nicht. Die Ursachen der Euro-Krise sind aber nun noch nicht beseitigt; es wird weiter Geld gedruckt. Die Zinsen bleiben gering; Betongold ist nun eine sichere und lukrative Geldanlage. Und die Attraktivität Hamburgs ist weiter Spitze und der jährliche Zuzug von Neu-Bürgern hält deshalb weiter an. Soviel kann Hamburg garnicht in Langenhorn oder anderen Stadtteilen hinterherbauen. Die Immobilienpreise werden weiter steigen und ein Hinterherhaken wird kaum gelingen. Wie dann die Zinssätze sind, weiß auch keiner. Deshalb: Lieber heute in Immobilien investieren - wenn es möglich ist. Wer auf den Bürgermeister hört und länger wartet: verliert.

In welcher Form die „manipulierten?“ Zahlenspiele der Umweltbelastung von 1990 (Ausgangspunkt der „ehrgeizigen“ Hamburger Klimaeinsparungs-Messlatte) eine Rolle spielen werden, ist noch unklar. Auch ob die „Eisbären-Grünen“ von der wirkungsvoll direkt vor der Wahl angesetzten Großdemo „Fridays for Future“ in Hamburg profitieren und erstmals eine Grüne Bürgermeisterin den Einzug ins Rathaus erreicht, steht heute in den fernsten Sternen.

Liebe Langenhornerinnen und Langenhorner: Wenn Sie dieses lesen ist das Wahlergebnis bekannt. Ob die ferneren oder nahen Dammbüche Auswirkungen gehabt haben? Ob es noch die gleichen handelnden Personen sind wie vor der Wahl? Ob es wieder eine Rot-Grüne Regierung geben wird oder andere Konstellationen möglich sind – lassen wir uns überraschen. Wir sollten trotzdem guten Mutes in die Langenhorner Zukunft schauen.

Eines bleibt: Der Rosenmontag und die Narren.

Ihr Grünschnabel



Ihr Team für Langenhorn!

Wählen Sie den Makler Ihres Vertrauens nach einem persönlichen Gespräch mit uns. Eine individuelle Beratung ist die Basis für den erfolgreichen Verkauf.

Shop Langenhorn
Tel. 040-238 459 44 · Norderstedt@engelvoelkers.com
www.engelvoelkers.com/norderstedt · Immobilienmakler



ENGEL & VÖLKERS

Henneberg Bühne

Poppenbüttel e.V.
Niederdeutsches Theater im Hinsbleek 11

„Huus an't Meer“

Plattdeutsche Komödie von Hans-Helge Ott
Regie: Peter Riewoldt



Veranstaltungsort: Hinsbleek 11, 22391 Hamburg
Festsaal des Hospital zum Heiligen Geist

Freitag, 20. März 2020 19:30 Uhr
Sonntag, 22. März 2020 16:00 Uhr
Freitag, 27. März 2020 19:30 Uhr
Samstag, 28. März 2020 18:00 Uhr
Sonntag, 29. März 2020 16:00 Uhr
Freitag, 03. April 2020 19:30 Uhr
Samstag, 04. April 2020 18:00 Uhr
Sonntag, 05. April 2020 16:00 Uhr

Eintrittspreis 8,- €, Kartenbestellungen Telefon 60601-449
karten@hennebergbuehne.de oder an der Abendkasse

Klugschnacker

„Sitzbänke sind natürlich auch einladend“. Echt jetzt?

Rechtzeitig vor der Wahl hatten die im Bezirk regierenden Parteien GRÜN/Rot eine gute Idee: 100 neue barrierearme Sitzbänke sollen in den kommenden drei Jahren im öffentlichen Raum aufgestellt werden. 100.000 Euro aus bezirklichen Mitteln darf das kosten. Toll! Das freut alle, die sich gerne mal hinsetzen auf dem Weg zur Bahn. Oder zum Klönen mit der Freundin. „Die gezwungenen Sitzpausen auf Rollatoren bleiben somit erspart“ freut sich der Seniorenbeirat.

Der gewöhnliche Langenhorner indes reibt sich die Augen und fragt: Wie wäre es denn, wenn zunächst einmal die schon jetzt vorhandenen Bänke in einen gebrauchsfähigen Zustand gebracht werden würden? An vielen Stellen fehlt es ja nicht an Bänken - aber sie sind einfach dreckig, spackig, vermoost und in einem Zustand, dass man sich nicht darauf hinsetzen mag. Ist es einfacher, neue Bänke aufzustellen, als die bestehenden zu reinigen? Und werden die neuen Bänke neben die alten gestellt? Oder werden die Holzbänke abgeschafft, um neuen Metallbänken Platz zu machen? Vielleicht gab es die im Sonderangebot? Nachhaltig wäre es auf jeden Fall nicht, auf „Neu statt Putzen“ zu setzen. Wo doch Nachhaltigkeit ein wichtiges Merkmal Grün/Roter Politik werden soll...

Damit keiner der beschlussfreudigen Abgeordneten vergisst, dass es in Langenhorn Bänke gibt, die wir gerne nutzen würden, wenn sie denn endlich mal in Ordnung und sauber wären, haben wir im Vorübergehen die Kamera gezückt: Sie sehen hier ein kleine zufällige Auswahl, bei weitem nicht alle Bänke. Aber die Mehrzahl sieht schon so aus wie hier gezeigt. Jede Hausfrau würde sich schämen, wenn das ihre Bank wäre. Und der Bezirk? Was wird wohl passieren? Passen Sie auf, liebe Langenhornerinnen und Langenhorner.





Personalie

Der Langenhorner Bezirksabgeordnete Timo B. Kranz ist neuer Fraktionschef der GRÜNE Fraktion Nord.

Nach dem Ausscheiden des bisherigen Fraktionschefs Michael Werner-Boelz, der am 3. Februar in sein Amt als Bezirksamtsleiter Hamburg-Nord eingeführt worden war, hat die GRÜNE Fraktion Nord einen Nachfolger gewählt: Der 38-jährige Langenhorner IT-Unternehmer TIMO B. KRANZ wurde einstimmig gewählt.



Foto: Henning Angerer

Kranz erklärte dazu: „Ich freue mich sehr über das Vertrauen meiner Kolleg*innen! Gemeinsam mit ihnen trete ich ein für mehr Lebensqualität, für ein pluralistisches Zusammenleben, für humanistische Werte, für eine starke Demokratie.“

Zu seiner Arbeit meinte er: „Uns stehen in den kommenden Jahren vielfältige Veränderungen bevor. Hamburg-Nord wird weiter wachsen, die große soziale Frage unserer Zeit ist das Wohnen. Der Kampf gegen den Klimawandel ist das andere große Thema, welches die Menschen umtreibt. In beiden Bereichen können wir in der Bezirksversammlung direkt mitgestalten. Es werden weiter Wohnungen gebaut und Straßen saniert – dabei müssen wir sowohl die Mobilitätswende als auch den Klimaschutz besser als je zuvor berücksichtigen.“

Timo B. Kranz, geboren 1981 in Henstedt-Ulzburg, wuchs in Norderstedt und Langenhorn auf. Nach dem Abitur in Langenhorn absolvierte er ein Informatik-Studium in Wedel und Südafrika. Anschließend lebte er mehrere Jahre in Winterhude. Seit 2010 leitet Kranz ein eigenes Unternehmen in der IT-Branche. 2012 zog er mit seiner Frau und zwei Kindern (5 und 3 Jahre) wieder nach Langenhorn.

Zu den GRÜNEN kam Kranz 2011. Ab 2012 war er als zugewählter Bürger in verschiedenen Ausschüssen tätig, bevor er 2015 in die Bezirksversammlung nachrückte. Seit seiner Wiederwahl 2019 ist er als Sprecher für Langenhorn und Fuhlsbüttel sowie als Mitglied im Stadtentwicklungsausschuss und der Fluglärmschutzkommission aktiv.

rehh

Langenhorner Kümmernisse

Ausgewählte Kümmernisse des Monats

Nein - heute beginnen wir mit der Lobpreisung des Monats! Nach nicht einmal zwei Jahren hat der Schaukasten am Krohnstiegtunnel eine neue Glasscheibe bekommen! Wir sind schwer begeistert und freuen uns - vor allem seit wir wissen, dass es keinesfalls die zuständige Abteilung in der Behörde war, die für die Reparatur gesorgt hat, sondern eine tüchtige Mitarbeiterin aus einem benachbarten Ressort, die das Elend nicht mehr ertragen hat. Respekt!

Das März-Kümmernis ist nicht sehr appetitlich. Etwa um das Jahr 1900 wurden in Hamburg die ersten öffentlichen Bedürfnisanstalten aufgestellt. Dass es davon - trotz anderslautender Senatsbeschlüsse vom Januar 2017 - bis heute zu wenig gibt, auch in Langenhorn, ist bekannt und wird viel beklagt. Das aktuelle Kümmernis ist damit um die Ecke verwandt.



Es gibt ja bei uns schöne, ruhige, abgelegene Wege und Ecken. Einige davon sind offensichtlich so abgelegen, dass sie mehr oder weniger regelmäßig als Klo benutzt werden - mit allen unappetitlichen Folgen. Man sieht an einigen einschlägig bekannten Stellen (die hier aus naheliegenden Gründen nicht benannt werden) mit schöner Regelmässigkeit Taxifahrer, Kurierfahrer, auch Geschäftsreisende aus entferntesten Regionen Deutschlands am Rande parken. Da essen sie, schlafen etwas - und hinterlassen Spuren. Im nahen Gebüsch sammelt sich dann das Papier - meist Papiertaschentücher, die halten länger. Besonders im Sommer - ach, verzichten wir doch darauf, das auszuführen...

Ob sich das bessern würde, wenn es auch in Langenhorn öffentliche Toiletten gäbe, die man zu jeder Tages- und Nachtzeit benutzen kann? Es gibt sie ja! Besonders stark frequentiert sind die von der Stadtreinigung betriebenen Toiletten in der Stralsunder Straße / Ecke Steindamm (182.000), am Berliner Tor (150.000) und am Harburger Rathausplatz (100.000). Neben den üblichen Einrichtungen für eine Toilette haben die innovativen High-Tech-Anlagen teilweise auch Druckluftspender für Fahrradreifen, Aufladestationen für e-Bikes, einen Wickeltisch und in den Sommermonaten einen Wasserspender zum Durstlöschen. Es geht also! Und in Langenhorn - geht da auch was? Zur Not ganz ohne Komfort? Oder bleibt es dabei, dass es hier in die Büsche geht?



Photo © Hauke Hass

Einsendungen (Leserbeiträge) werden auf Wunsch anonym behandelt. Name und Anschrift sind aber der Redaktion bekannt.

Noch ein Kümmernis aufgelöst

Im November - Heft 2019 nannten wir das verschlammte Rückhaltebecken am U-Bahnhof Kiwittdmoor als ein Kümmernis - siehe das Bild hier vom Juni!



Inzwischen haben wir auf unsere Nachfrage ausführliche Antwort zum Sachstand erhalten. Hier die Antwort aus dem Bezirksamt in Auszügen: „Das Bezirksamt entschlammt derzeit das rund 1.200 m² große, als Teich angelegte Regenwasser-Rückhaltebecken Solferinostraße an der U-Bahnstation Kiwittdmoor und erneuert gleichzeitig noch das Auslaufbauwerk“. Den Fortgang der Arbeiten kann man beobachten! Wir sagen Danke für die Auskunft!



Martha Stiftung

**Wohngemeinschaft Bärenhof
- ein Angebot für Menschen
mit Demenz in Langenhorn!**

**In der Mitte der Gesellschaft
bleiben!**

Rufen Sie uns gerne an
unter Telefon 040 / 50 79 70 98.
Servicestützpunkt der Martha Stiftung
Bärenhof 3b, 22419 Hamburg

KULTURMIX

...die kühne Bühne in Langenhorn!

Freitag, 27. März 2020 19:30 Uhr

Appletown Washboard Worms



Was geschieht, wenn ein gestandener Alt-Skiffler auf einen heißblütigen Alttrocker trifft? Sie packen ihre verstaubten Gitarren aus, raufen sich musikalisch zusammen, erfinden einen neuen Musikstil und nennen das Ergebnis Skiffle-Rock. So geschehen im Jahre 1982 im winzigen Dorf Appel in der Nordheide vor den Toren Hamburgs...

Sonntag, 29. März 2020 16:00 Uhr

„So als ob“

Theater übers Theater
von Kirschkern, Compes & Co.



Lollo und Walli sind ganz aufgeregt: Heute geht es ins Theater! Da gibt es Kartenabreißer, Vorhang-auf-und-zumacher und Beleuchter. Da muss man stillsitzen und abwarten, was passiert...

Für Kinder ab 3+

„Mit „SO ALS OB“ ist dem Trio eine für Dreijährige

wie deren Eltern gleichermaßen spaßige, lustvolle Inszenierung gelungen, die das Wesen des Theaters bloßlegt ohne den Zauber zu zerstören.

Alle Veranstaltungen im

LaLi Kulturhaus, Tangstedter Landstrasse 182a

Karten an den VVK Stellen (Genossenschaftsbüro der Fritz Schumacher Genossenschaft / Bücherstube am Krohnstieg / Blumen Engbrecht) oder an der Tageskasse.

Käse
kauft man
beim



Thomas Gerstenberg
Wochenmärkte: Langenhorn / Fuhsbüttel / Schmuggelstieg



Wir sind wir. Und wir sind die Anderen.

Kruuse achtersinnige Langenhorner Gedanken von Richard Ebert

Vor einiger Zeit habe ich Langenhorn eingeladen: Hier in der Rundschau und auf Plakaten. Wir sollten uns treffen, um zu beraten, zu erörtern, zu besprechen, ob wir einen Verein gründen. Die Versammlung hat stattgefunden, sie war gut besucht, die Stimmung war locker und fröhlich und nach Meinung der Teilnehmer war die Sache erfolgreich. Soweit - so langweilig und normal.

Dann las ich auf einem Plakat die Einladung zu einem Neujahrs-Treffen. Es war davon die Rede, dass es sich um ein „multikulturelles“ und um ein „interreligiöses“ Treffen handeln soll.

Das hat mich aufgeschreckt: Oh! Mein! Gott! habe ich gedacht - macht man das heute so? Hätte ich das dann auch auf meine Einladung schreiben müssen? Multikulturell und interreligiös? Habe ich jetzt gegen den Zeitgeist gesündigt? Muss ich mit einem „Shitstorm“ rechnen?



Nach dem ersten Schreck habe ich versucht, mich schlau zu machen. „Interreligiös“, so sagt das Lexikon, bedeutet im Wortsinn: Etwas zwischen den Religionen, denn „inter“ ist das lateinische Wort für „zwischen“. War also die Einladung zu dem interreligiösen Treffen gar nicht für mich gedacht, son-

dern ging es um ein Treffen zwischen den Religionen? Zwischen den Pastoren und Imamen, den Rabbinern und Bischöfen? Aber dann hätte man doch nicht mich und ganz Langenhorn eingeladen? War vielleicht ein Treffen für religiöse Menschen ganz allgemein gemeint? Aber auch dann wäre doch ein Plakat, das ganz Langenhorn einlädt, völlig falsch: Der grösste Teil der Bevölkerung hat doch mit Religion nichts am Hut - in Langenhorn wie in ganz Hamburg. Vielleicht, so habe ich mich dann getröstet, vielleicht war das „interreligiös“ ja nur „gut gemeint“ und es sollten überhaupt alle eingeladen werden. Wobei - wenn man „alle“ einlädt, muss man das doch nicht extra sagen? Wenn ich auf ein Plakat schreibe „Kommt, ich lade euch ein“ sind doch immer alle gemeint?

Mein Fazit: Es war wohl so gemeint, dass alle Menschen aller Religionen kommen sollen. Und auch die Menschen ohne Religion durften dabei sein. Beim „interreligiösen“ Treffen. Also eigentlich doch alle. Man könnte das Wort also auch gerne weglassen. Es wären immer noch alle eingeladen. Aber:

Vielleicht hört es sich dann nicht so toll modern an?

Fast war ich beruhigt. Als aber dann in meiner Post eine Einladung zur Veranstaltung „Interkulturelle Kompetenz“ lag, wurde ich wieder daran erinnert: War nicht zum Neujahrs-Treffen auch „multikulturell“ eingeladen worden? Und hatte nicht die Bezirksversammlung gerade viele Tausend Euro bewilligt und neue Stellen geschaffen für „interkulturelle Bezirksarbeit“? War nicht eine Stelle davon hier in Langenhorn angesiedelt? Also beim „Selbstlernzentrum der VHS“, das sinnigerweise eben nicht im Zentrum, vielmehr ganz am Rande des Stadtteils angesiedelt ist? Ja doch - denn in der Einladung hiess es, sie richte sich *vorwiegend an die Anwohner/innen des Fördergebietes ‚Essener Straße‘*. Jetzt ist alles klar - daher findet das Treffen weit weg davon am anderen Ende Langenhorns im Bürgerhaus statt - oder wie? Oder was? Wie auch immer - für mich war das ein hochaktueller Grund, erneut über mein eigenes Handeln nachzudenken. Denn in meiner Einladung hatte ich ja eben nichts von „interkulturell“ und „multikulturell“ geschrieben! Ich habe auch, das muss ich gestehen, keinen, der meiner Einladung gefolgt ist, danach gefragt, welcher Kultur er denn wohl angehöre - oder so ähnlich, wie man das ja wohl heute fragt? Denn es scheint, so meine Befürchtung, sich einzubürgern, dass man nicht mehr danach schaut, ob die Menschen, mit denen zusammen man z.B. einen Verein gründet, ob die klug oder dumm, zuverlässig oder unzuverlässig sind, ob sie sich für den Stadtteil engagieren, ob man mit ihnen feiern und lustig sein kann, ob man sie im Elternbeirat oder im Fussballclub wiedertrifft - das alles wird von der Hauptfrage nach der „Kultur“ überdeckt. Wobei schwer zu sagen ist, was das eigentlich bedeutet: Sind damit Tischmanieren gemeint? Oder die Gesangeskultur? Geht es darum, was man am liebsten isst? Oder wie man zusammen feiert, wenn man feiert? Fragen über Fragen...

Die Einladung zu der Veranstaltung „interkulturelle Kompetenz“ fragt wörtlich: *Bin ich mir in Gesprächen der kulturellen Unterschiede bewusst?* Wenn ich darauf ehrlich antworten soll: Nein. Weil mir nämlich die kulturellen Unterschiede völlig piepegal sind. Mich interessiert vielmehr, ob ich es mit einem netten Menschen zu tun habe, mit dem ich mich gut verstehe. Es ist mir völlig egal, aus welcher Ecke der Welt er oder sie kommt, welche Hautfarbe oder Haartracht er oder sie tragen, ob sie zu einem Gott beten oder eben nicht: Wenn „interkulturell“ bedeutet, dass ich in der Hauptsache und zuerst das beachten muss, was uns unterscheidet, dann ist das ein schlechtes Konzept: Ich suche vielmehr das Gemeinsame. Und meist finde ich es auch. Hätte ich etwa die Menschen, die zu mir in meine Versammlung kamen, am Eingang nach ihrer „Kultur“ fragen sollen? Damit ich mir in der folgenden Diskussion „der kulturellen Unterschiede“ bewusst sein und sie beachten kann? Nein, das habe ich

BI UNS HEET DAT MOIN

nicht getan. Und obwohl - ich habe es nachträglich geprüft - obwohl da Menschen aus sieben verschiedenen Ursprungsnationen mit sechs verschiedenen Muttersprachen und vier Religionen versammelt waren: Es wäre keiner von uns auch nur im Traum auf die Idee gekommen, die „interkulturelle Kompetenz“ zu thematisieren. Wir wollten nicht über abstrakte Begriffe rasonieren, wir wollten zusammen was für Langenhorn erreichen.

Zurück zu der Einladung zum Neujahrsempfang. Warum da betont wurde, dass es sich um einen „multikulturellen“ Empfang handelt, verstehe ich inzwischen noch viel weniger als zu Beginn. Kann denn ein grosser, berühmter Politiker daran interessiert sein, mögliche kulturelle Unterschiede zu betonen - statt die Gemeinsamkeiten hervorzuheben, die uns Langenhornerinnen und Langenhorner verbinden? Warum werden nicht einfach alle eingeladen? Und es ist piepegal, welcher Kultur sie jetzt oder früher angehör(t)en?

Für den Bürger- und Heimatverein (einige haben ja längst gemerkt, worüber ich schreibe) - für diesen Verein kann ich sagen: Wir fragen seit fast 150 Jahren weder Mitglieder noch Gäste, wir fragen überhaupt niemanden nach seiner Religion. Oder nach den eventuellen kulturellen Differenzen, wenn es sie gibt. Weil sie uns nicht interessieren. Weil wir auf unsere Gemeinsamkeiten schauen - und diese aktiv leben.

Deshalb werden auch zukünftigen Einladungen nicht „interkulturell“ oder „multikulturell“ oder „interreligiös“ sein: Wir laden einfach alle ein. Alle, die ja sagen zu den Zielen unseres Bürger- und Heimatvereins: Zusammen leben - zusammen halten - zusammen gestalten.

Das Hantieren mit Fremdwörtern überlassen wir den Klugschnackern aus aller Welt.

Nu kommst du!

W&S Hausmann®
Immobilien Beratung

GUTSCHEIN?

Dies ist kein Gutschein...

... denn bei uns können Sie innerhalb von 24 Stunden auch ohne Gutschein eine kostenfreie Wertermittlung für Ihre Immobilie anfordern!



Tanja und Dorte Hausmann

**Rufen Sie uns an,
wir freuen uns auf Sie!**

(040) 529 6000

Sie möchten sofort den Preis Ihrer Immobilie wissen?

- Eine persönliche Preiseinschätzung bekommen Sie bei uns auch ohne Gutschein!
- Wir kommen vorbei, nehmen Ihre Immobilie in Augenschein, hören uns Ihre Wünsche an, beraten Sie und bewerten Ihre Immobilie zu einem realistisch erzielbaren Kaufpreis.
- Jede Immobilie ist einzigartig und muss demnach individuell bewertet werden.
- Als lokaler Immobilien-Experte kennen wir den Markt und können Sie kompetent beraten.
- Die Hausmann Immobilien Beratung ist seit 65 Jahren erfolgreich beim Verkauf privater Wohnimmobilien.

Betroffene für Betroffene - 1

MS-Beratung im Bürgerhaus Langenhorn

Haben Sie Multiple Sklerose oder ein Ihnen nahestehender Mensch? Konnten Sie beim Arzt alle Fragen klären oder haben Sie noch weiteren Gesprächsbedarf?



Credit Sklerosenet

Multiple Sklerose ist eine entzündliche Erkrankung des Nervensystems, die Auswirkungen auf viele Lebensbereiche haben kann und die Zukunftsplanung oft nachhaltig beeinflusst. Sie ist nicht heilbar, aber es gibt mittlerweile viele Behandlungsmöglichkeiten. Dennoch ist die Vorhersage des Krankheitsverlaufs nicht sicher möglich.

Um mit dieser verunsichernden Lebenssituation besser umgehen zu können, bietet die DMSG (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) seit Jahren eine persönliche Beratung durch selbst Betroffene an, die mitten im Leben stehen und einen guten Umgang mit ihrer Situation gefunden haben.

Dieses Angebot soll nun durch einen weiteren Anlaufpunkte in Langenhorn erweitert werden. Im Bürgerhaus stehen ab diesem Jahr Ansprechpartner vor Ort zur Verfügung. Typische Gesprächsthemen sind z.B. Fragen zum alltäglichen Leben mit der Erkrankung - auch die Erfahrungen anderer Betroffener, der gute Umgang mit der veränderten Situation, die Suchen nach Informationsquellen und Angeboten oder einfach Kontakt zu Gleichgesinnten.

Die Beratung wird durchgeführt von Menschen, die selbst schon seit einiger Zeit MS haben. Das sorgt für Beratung auf Augenhöhe und auf Basis eigener, persönlicher Erfahrungen. Die Betroffenen-Berater haben alle eine umfangreiche Ausbildung der DMSG Hamburg absolviert. Sie sind ehrenamtlich tätig und beraten unabhängig und kostenfrei. Die Beratungen werden angeboten von der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft und können ohne Anmeldung besucht werden.

Die Termine für eine persönliche Beratung sind am 4.3., 6.5., 1.7., 2.9., 4.11.2020, jeweils 17-19 Uhr im Bürgerhaus.

Frühlingsstück der Hennebergbühne

Mit viel Witz, Temperament und einer frischen Brise Meeresluft begrüßt die Henneberg Bühne Poppenbüttel e.V. den Frühling. Das Stück „Huus an't Meer“ unter der Regie von Peter Riewoldt beginnt am Freitag, den 20. März und ist im Theatersaal des Hospitals zum Heiligen Geist an den folgenden Wochenenden bis einschließlich Sonntag, den 05. April 2020 zu sehen.

Was würden Sie sagen, wenn Sie aus dem Nichts auf einmal ein Haus am Meer erben würden? Traumhaft, nicht wahr? Das denkt sich auch der Mittfünfziger Bodo Schumann, als er von seiner Tante ein Haus am Meer erbt. Kurzerhand kündigt er seinen Job und zieht auf die Insel, um dort zu leben und das Domizil an Feriengäste zu vermieten. Doch das Haus ist nicht unbewohnt! Die eigensinnige Haushälterin der Verstorbenen lebt nach wie vor dort. Bodo bleibt nichts anderes übrig, als sie zu »übernehmen«. Als sie gerade beginnen, sich aneinander zu gewöhnen, fällt der erste Gast vom Himmel: Maler Björn Hagen – und er bleibt einfach. Als dann eines Tages auch noch Björns Tochter Antje, die ihren Freund, den Modefotografen Ommo Bogena im Schlepptau hat, auftaucht, wird das Zusammenleben turbulent...



©Henneberg Bühne Poppenbüttel e.V.

Die Darsteller v.l.n.r.: (hintere Reihe) Hartmut Dahle, Carsten Maron, Frank Grzesiak-Mau, (vorne) Anne Christa Peterssen, Carina Storr, Roland Seifert

„In dem Stück geht es darum, seinen eigenen Weg zu finden trotz aller Versuchungen und Ablenkungen, die die Umwelt uns bietet. Für mich ist das Stück daher nicht nur sehr aktuell, es eignet sich auch gut für Zuschauer, die bisher noch keine oder nur wenige Berührungspunkte mit dem Plattdeutschen hatten. Ich muss es wissen, ich lerne die plattdeutsche Sprache nämlich erst“, erklärt Carina Storr zwinkernd. „Das Stück enthält auch einige hochdeutsche Passagen und ist deshalb leichter verständlich“, fügt die Darstellerin lächelnd hinzu.

Betroffene für Betroffene - 2

Strampeln Sie noch – oder schlafen Sie schon?

RLS - Restless legs, das sind die quälenden Beine, die nur in Ruhephasen mit unbeschreibbaren Missempfindungen auftreten, also dann, wenn alle Welt in den wohlverdienten Schlaf sinkt oder man relaxen will oder lange sitzen muss (Flugzeug, Theater). Die davon Betroffenen werden dadurch gezwungen aufzustehen und in Bewegung zu bleiben. Die Beschwerden gehen währenddessen dann zwar zurück, aber setzt man sich wieder, dann beginnt es von neuem.

Die Abkürzung "RLS" bedeutet Restless Legs Syndrom – übersetzt: Erkrankung der unruhigen, ruhe- oder rastlosen Beine. Für einen Außenstehenden ist es nicht nachvollziehbar, welches Krankheitsbild bzw. welches Leiden sich hinter dieser Bezeichnung verbirgt. Die Beschwerden treten dann auf, wenn der Körper zur Ruhe kommt. Von den RLS-Patienten werden diese Beschwerden und Missempfindungen meist recht unterschiedlich beschrieben. Sie können einseitig, beidseitig oder auch abwechselnd auf der einen oder anderen Seite auftreten. Erst durch Bewegung gehen die Beschwerden zurück. Zwangsläufig kommt es so nachts zu Schlafstörungen, so dass die Erholung, die der Körper durch den Schlaf bekommt, sich nicht einstellt. Immer wenn der Betroffene die Ruhe und Entspannung sucht – sei es beim Lesen oder Fernsehen, im Kino aber auch im Theater – dann stellen sich die Beschwerden ein.

Durch den ständigen Schlafmangel fühlt sich der Betroffene immer müde und zermürbt und kann somit zu einer körperlichen und seelischen Erschöpfung führen. Zwangsläufig ist damit eine chronische Beeinträchtigung für viele Lebensbereiche gegeben.



Credit: iStock

Regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat (ausgenommen in den Sommermonaten Juli + August) trifft sich die RLS-Selbsthilfegruppe um 17 Uhr im BÜRGERHAUS LANGENHORN-MARKT, Tangstedter Landstr. 41, - direkt gegenüber dem Hauptausgang der U1.

Der März-Termin ist am 11.03.2020 um 17 Uhr.

Auskünfte erteilt Bürgervereins-Mitglied Ingrid Jesse, Tel. 040 943 650 33, Mail: ingrid.jesse@gmx.de

**Spreewälder
Erzeugnisse
echt lecker...
GURKEN-MICHI**



Linden-Apotheke

Sigrid Schuhmann e.K.
Kronstiege 41 - 22415 Hamburg
Telefon 532 24 24

Rosen-Kröger seit 1928

Garten- und Landschaftsbau



Tel: 040 - 531 32 15



**Veranstaltungs-
Hinweis**

Kulturhaus Langenhorn

Do. 5.3. von 18 bis 21 Uhr

Internationales Frauenfest im ella

Musik und Tanz für alle Frauen ab 16 Jahren

Wie jedes Jahr zum Internationalen Frauentag sind Frauen aller Nationalitäten eingeladen, im ella Kulturhaus zu feiern, zu essen und zu tanzen. Jede Frau bringt einen kulinarischen Leckerbissen für das Buffet und ihre Lieblings-Tanzmusik mit. So wird im null Komma nix ein mediterranes, orientalisches oder maritimes Buffet entstehen und Klänge aus dem Orient, Deutschland oder Spanien erklingen.

In Kooperation mit dem Frauen-Sprachcafé und der Diakonie Hamburg. Eintritt frei. Spenden erwünscht.

Darüber hinaus bietet das ella auch im März eine Reihe von literarischen und musikalischen Angeboten. Dazu am Donnerstag, dem 26.3. um 10.30 Uhr das Tandra Theater mit „Krümelchens Abenteuer“ - für Kinder von 4 bis 8 Jahren.

Etliche kostenpflichtige Workshops sind im ebenfalls im Angebot. Einzelheiten erfahren Sie auf der Internetseite <https://mookwat.de/ella-kulturhaus/angebote/>

Die Bogenschützen in Langenhorn sind meist so gut wie unsichtbar: Schiessplatz - Betreten verboten steht am Eingang. Aus Sicherheitsgründen sicher richtig. Aber jetzt zum 90. Geburtstag öffnet der älteste deutsche Bogensportverein seinen Platz und seine Anlagen für Besucher: Am 13. Juni von 10-16 Uhr werden die rund 400 Mitglieder alles versuchen, neue Freunde zu gewinnen!

Langenhorner Rundschau
Scharnskamp 23f · 22415 Hamburg



Postvertriebsstück
Deutsche Post AG
Entgelt bezahlt
C 13350



© G.H. Peters • HBG



© G.H. Peters • HBG