



Der SEGLer

DIE STIFTUNGSZEITUNG

ZUHAUSE IN EILBEK



Jung und alt gemeinsam beim Stiftungsfest (v. l.): Herr Lehmann, Herr Rohowski, Frau Hintz (umringt von Louise und Matthis) und Frau Hergoss.

THEMEN IN DIESEM HEFT:

**Jeden Tag eine kleine Kreuzfahrt ...
Scherben erzählen Geschichten
Adolph IV. und die Eilbeker**

Ausgabe 2-2011



Inhalt

- 2 Freundeskreis Stiftung Eilbeker Gemeindehaus
- 2 Impressum
- 3 Liebe Freunde der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus!
- 3 Stiftungsfest 2011
- 4 Keine Hauptrolle ohne Nebenrolle
- 4 Aller Anfang ist schwer
- 6 Scherben erzählen Geschichten
- 7 Lebendiger Adventskalender im Ruckteschell-Heim
- 8 Jeden Tag eine kleine Kreuzfahrt ...
- 9 Miteinander teilen ...
- 10 Vitalität in der 2. Lebenshälfte – Teil 2 Nährstoffbedarf im Alter: Fett ist nicht gleich Fett
- 11 Warum ist Adolph IV. (Schauenburg und Holstein) so interessant für uns Eilbeker?
- 12 Mein Tag ...
- 12 Werbung für eine Kirchengemeinde, muss das denn sein?
- 14 Hast du schon dein Testament gemacht?
- 15 Ein echter Hingucker – unsere neue Ente
- 16 Heiliger Abend

Impressum

Der SEGler erscheint zweimal im Jahr für Bewohner, Mitarbeiter und Freunde der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus. Die Ausgaben finanzieren sich durch Spenden und ehrenamtliche Arbeit und werden kostenlos verteilt. In diesem Sinne danken wir allen Spendern und Helfern für die Unterstützung. Alle Rechte vorbehalten. Der Nachdruck ist ohne schriftliche Genehmigung der Redaktion nicht gestattet.

Herausgeber:

Stiftung Eilbeker Gemeindehaus
Friedensstraße 4, 22089 Hamburg
Tel.: (040) 20 98 80 28, Fax: (040) 20 58 07
Verantwortlich: Uwe Becker
Mail: becker@stiftung-eilbeker-gemeindehaus.de

Redaktion und Gestaltung:

Uta Ahrendtsen, Swantje Altmüller-Gagelmann,
Paul Bader, Uwe Becker, Renate Endrulat,
Pastor Dr. Olaf Krämer, Gabriele Swyter

Fotos:

Uta Ahrendtsen, Renate Endrulat,
U. + W. Uderstadt, Kai Wunderlich, Friedburg Gerlach

Korrektur & Schlussredaktion:

Idis & Gerd Eisentraut

Auflage: 1.000 Exemplare.

Web:

www.stiftung-eilbeker-gemeindehaus.de
www.tilemann-hort.de,
www.ruckteschell-heim.de

Freundeskreis Stiftung Eilbeker Gemeindehaus Bunte Fische, weiche Eier und italienisches Eis



Albert Richter

Am 18. August 2010 trafen sich im Ruckteschell-Heim 22 Bewohner und Freunde des Hauses zur konstituierenden Versammlung des Freundeskreises, der heute über 50 Mitglieder zählt, von denen rund 60 % Bewohner des Heimes sind. Ziel des Freundeskreises ist es, die Lebensqualität der Heimbewohner zu fördern. Dazu bietet er finanzielle Hilfen an, wenn es um Vorhaben zur Alltags- und Freizeitgestaltung oder um die Verbesserung der Wohn- und Therapiebedingungen geht und kein Geld oder nur ein Teilbeitrag aus dem Haushalt der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus zur Verfügung steht. So hat es der Freundeskreis übernommen, die Kosten zur Unterhaltung und Pflege der vier Aquarien auf den drei Pflegestationen und im

Erdgeschoss zu tragen. Die bunten, großen und kleinen Fische werden von den Bewohnern und Mitarbeitern interessiert beobachtet. Sie anzusehen schafft Freude, vermittelt Ruhe und lenkt ab von der eigenen Befindlichkeit. Ein Gewinn für alle, die sie betrachten.

Ein anderes Projekt: Alle Altenheime, Hotels, Kantinen und Krankenhäuser kennen das „Eierproblem“. Es dürfen von ihren Küchen nur hartgekochte oder festgebratene Eier angeboten werden. Es sei denn, sie wurden vorher in einer besonderen keimtötenden Weise behandelt. Das Ruckteschell-Heim besitzt seit einiger Zeit ein Gerät, das diese Forderung erfüllt. Der Freundeskreis hat sich auf Bitten der Leitung an dem Kauf beteiligt. So ist es nun zur Freude der Heimbewohner möglich, ihnen „Weicheier“ anzubieten, also Eier, bei denen – gleich, ob gekocht oder gebraten – das Eigelb weich geblieben ist.

Fortsetzung Seite 5



Liebe Freunde der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus! Stiftungsfest 2011



Uta Ahrendtsen

Nun geht es wieder mit großen Schritten auf Weihnachten zu, und wir blicken erneut auf ein ereignisreiches Jahr zurück.

Sehr bedeutsam ist dabei der Wechsel in der Heimleitung des Ruckteschell-Heims gewesen. Zuerst einmal heißt es Abschied nehmen – das ist immer schwer – und dann kommen mit einer neuen Einrichtungsleitung viele Veränderungen, das ist auch nicht leicht.

Die Kollegen aus dem Tilemann-Hort werden das sicher bestätigen. In dieser Ausgabe stellt sich Ihnen nun die **neue Einrichtungsleiterin** des Ruckteschell-Heims, Frau Susanne Hergoss, vor.

Eine Veränderung durch die neuen Leitungskräfte zeigte sich z. B. auf dem diesjährigen **Stiftungsfest**, das in einem neuen Kleid daher kam. Alt und Jung feierten ein schönes Fest rund ums Ruckteschell-Heim. Ein besonderer Höhepunkt war dabei die **Andacht am Stifterstein**. Jetzt, wo es wieder kalt geworden ist, erinnern wir mit einigen fröhlichen Bildern an diesen warmen und freundlichen Septembertag und ein Fest, das vielleicht schon im nächsten Jahr wiederholt wird.

Der Tilemann-Hort baut weiter den Hort in der Schule aus, auch wenn dabei manchmal einige Mühen und Hindernisse zu überwinden sind. Herr Rohowski, der Einrichtungsleiter des Tilemann-Hortes, wird uns ein wenig davon berichten. Viel Mühe haben er und sein Team sich auch mit dem **neuen Internetauftritt** des Tilemann-Hortes gemacht. Denn endlich hat die Webseite der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus einen neuen Aufbau, und die Mitarbeiter haben ein Werkzeug erhalten, mit dem nun zeitnah aktuelle Meldungen und Bilder veröffentlicht werden können. Schauen Sie doch mal rein, die Adressen finden Sie links im Impressum.

Diese und weitere Geschichten mögen Ihnen einen Eindruck von unserer Stiftung und einen Einblick in die Einrichtungen verschaffen.

Das Kuratorium und der Vorstand der Stiftung Eilbeker Gemeindehaus wünschen Ihnen frohe Weihnachtstage und ein gesegnetes neues Jahr 2012!

U. Ahrendtsen
Uta Ahrendtsen





Keine Hauptrolle ohne Nebenrolle



**Kuratoriums-
vorsitzender
Pastor Dr. Olaf
Krämer**

Liebe Leserin,
lieber Leser!

Es ist das Schicksal der Nebenrolle, nicht richtig wahrgenommen zu werden. Die Großen und Grandiosen lenken zu meist die Aufmerksamkeit dermaßen auf sich, dass niemand neben ihnen bestehen kann.

Unsere Andacht am Stifterstein, das Herzstück unseres diesjährigen Stiftungsfestes, gab mir die Gelegenheit, endlich einmal eine biblische Nebenrolle aus dem Schatten ihrer Hauptrolle zu holen und Gerechtigkeit an einer Person zu üben, die viel zu wenig wahrgenommen wird: Wer kennt schon den Wirt in der Geschichte vom Barmherzigen Samariter! Wer interessiert sich schon für die Herberge in der Erzählung von dem Mann, der unter die Räuber fiel!

Ich aber frage uns nun: Was hätte der Samariter nur getan, wäre da nicht die Herberge mit ihrer Kompetenz? Und was wäre aus dem Hilfsbedürftigen geworden, gäbe es da nicht den Profi, den Pfleger, die Kompetenz einer Einrichtung? Wie wäre die Geschichte nur weitergegangen ohne die Entlastung, die dem Samariter widerfuhr dank des Wirtes?

Ohne den Wirt wäre auch der Samariter wohl vor die Hunde gegangen. Und der Geschundene wäre verblutet ohne die Herberge mit ihrem pflegerischen Können. Genau genommen spielt gar nicht der Samariter die Hauptrolle, sondern der Wirt!

In unserer heutigen Pflege Landschaft ist es nicht anders als in der Geschichte vom Barmherzigen Samariter: Die Herberge wird in ihrer Bedeutung verkannt. Die Pflegerinnen und Pfleger, die sich mit Kompetenz und Menschlichkeit mühen, werden nicht recht

gewürdigt. Die Politik fördert die häusliche Pflege und kultiviert den Mythos vom schönen heimischen Gepflegtwerden, als wären Pflegeeinrichtungen der reine Horror. Woher aber soll die Kompetenz pflegender Angehöriger kommen? Wer kontrolliert die Qualität ihrer Pflege? Und wer garantiert, dass sich nicht gefährliche Dynamiken entladen zwischen Pflegenden und Gepflegten? Da lobe ich mir die Herberge, sie bietet Schutz, Kompetenz und Kontrolle. Sie entlastet Angehörige. Sie gewährleistet Standards. Das wussten die Väter und Mütter unserer Stiftung, deren Namen auf dem Stifterstein zu lesen sind. Sie glaubten an die Herberge, sie förderten den Wirt und unterstützen so die Hilfsbedürftigen, Kinder und Alte, Familien und Angehörige.

Wie gut, dass es in Eilbek Herbergen gibt!

Herzlich
Pastor Dr. Olaf Krämer
Vorsitzender des Kuratoriums

Aller Anfang ist schwer



Götz Rohowski

Liebe Leserinnen
und Leser,

oder vielleicht lieber: Was lange währt, wird endlich gut. In diesem Sinne, und es würde noch mehr geeignete Wortspiele hierfür geben, strebt unser derzeitiges Projekt, die vierte Hort Gruppe an der Schule Hasselbrookstraße, voran. Der Weg hierhin war nicht immer einfach und mit dem einen oder anderen Stolperstein versehen. Viele Hürden mussten genommen werden, meist behördliche, die sich



Diese Gruppe freut sich schon auf die neuen Räume

einem natürlichen und allgemeinen Verständnis völlig entzogen. Doch jetzt, zum Schluss, kommt alles richtig in Fahrt. Der Blick geradeaus! So steuern wir auf die Inbetriebnahme zu. Die letzten Bauarbeiten müssen abgeschlos-

sen werden, und dann können die Kinder ihre neuen Räume beziehen. Die, wie Sie auf dem Foto sehen, sehr hübsch und nutzbar geworden sind.

Wir sind sehr froh, mit der ehemaligen Hausmeisterwohnung nun den Lückenschluss zur und in der Schule herzustellen. Die neue Gruppe liegt im Erdgeschoss, auf der gleichen Etage wie die Schulverwaltung. Dies bringt viel Positives mit sich. Die Wege sind kurz. Schule und Hort werden sich so viel besser begegnen. Offene Türen stehen für unseren offenen Geist, der nun durch die Schule wehen wird. Wir alle sind sehr



gespannt und freuen uns auf die neuen Aufgaben und das neue Zusammenleben mit der Schule.

Ob das die letzte Gruppe an der Schule wird? Man weiß es nicht, aber die politische Lage in Ham-



burg und die gesellschaftlichen Veränderungen zeigen uns einen weiteren Bedarf an Schulkinderbetreuung, und so gehe ich von weiteren Hortgruppen aus. Wir alle dürfen gespannt sein.

An dieser Stelle gilt es, unseren herzlichen Dank Frau Barthe, der Schulleiterin, zukommen zu las-



sen. Wir vom Tilemann-Hort sind sehr froh, mit der Schule Hasselbrook unseren Kooperationspartner gefunden zu haben.

Aber nicht nur der Schule gebührt Dank, sondern auch der Stiftung und jedem einzelnen Kuratoriumsmitglied für die Unterstützung bei dieser Aufgabe und natürlich bei folgenden.

Es grüßt aus dem Tilemann-Hort herzlichst Ihr

Götz Rohowski

Fortsetzung von Seite 2

Ja, diese Eier schmecken besser! Seit Längerem sind Ausfahrten für unsere Bewohner der Pflegestationen geplant, die sich an den Tagesfahrten der Gemeinden oder des Heimes nicht beteiligen können. Dabei ist an zwei- bis dreistündige Stadt- oder Rundfahrten gedacht mit einem Ziel, das die Wünsche und Bedürfnisse unserer Fahrgäste befriedigt und sie nicht überfordert. Seit geraumer Zeit steht auf dem Parkplatz des Heimes ein roter Kleinbus. Er steht und steht und ist dabei doch für die angedachten Ausfahrten geeignet. Nur – es fehlte bis jetzt ein Fahrer, der bereitstand, dieses Fahrzeug für diesen Zweck zu bewegen. Das hat sich geändert. Seit kurzem hat das Heim eine Mitarbeiterin, die mit unseren Bewohnern umzugehen weiß, bereit und fähig ist, den roten Wagen zu bewegen. Die erste Ausfahrt war ein Erfolg. Fünf Bewohner, zwei Begleiter und die Fahrerin machten sich auf den Weg ins „Quarree“. Leicht war ein Parkplatz gefunden und der anschließende Weg führte durch das neugestaltete Kaufhaus Karstadt. Es

weckte großes Interesse. Danach ging es vorbei an verschiedenen Geschäften mit sehenswerten Auslagen direkt zum „Italiener“, dem Höhepunkt des Unternehmens, denn hier gab es – wie versprochen – für alle Teilnehmer gratis Eis. Es war ein fröhliches Zusammensein und damit eine gelungene Unternehmung von gut zweieinhalb Stunden. Die Kosten trug der Freundeskreis.

Es sind weitere Fahrten geplant, so auch eine Lichterfahrt mit einem großen Bus durch die adventlich geschmückte Innenstadt. Auch hierzu wird der Freundeskreis einen Beitrag leisten.

Ein herzlicher Dank gilt allen, die es mit ihren Beiträgen und Spenden ermöglichen, unseren Bewohnern Sinnvolles und Hilfreiches anzubieten, was sonst aus Kostengründen unterbleiben müsste.

Albert Richter,
Vorsitzender des
Freundeskreises

Han
BEERDIGUNGsinstitut
Bernhard Han & Sohn „St. Anskar von 1880“

Wandsbeker Chaussee 31 22089 Hamburg Tel.: 040-25 41 51 61 Fax: 040-25 41 51 99	Saseler Damm 31 22395 Hamburg Tel.: 040-600 18 20 Fax: 040-600 18 299
--	--

www.han-bestatter.de • info@han-bestatter.de

Erd-, Feuer-, See- und anonyme Bestattungen
Bestattungsvorsorge-Verträge und Versicherungen

Nutzen Sie die Möglichkeit eines persönlichen Informationsgespräches in unseren Besprechungsräumen, rufen Sie uns an oder senden Sie uns eine E-Mail.

Mitglied / Partner von:

Der Mensch geht, aber er läßt uns seine Liebe, seine Heiterkeit, seinen Ernst, seine Weisheit, er läßt uns seinen Geist zurück. Mit diesem lebt er unter den Seinen weiter.
Helfend und tröstend.



Scherben erzählen Geschichten Die „Nacht der Kirchen“ in der Versöhnungskirche



Beate Polderman

Wenn sie da liegen, die Scherben, erzählen sie traurige Geschichten von zerbrochenen Träumen, Rissen in der Seele und auch von Tränen. Wir sehen sie an und wissen: Es wird nicht mehr, wie es war. Es ist kaputt.

Erst wenn die Tränen getrocknet sind und wir uns vom Schreck erholt haben, erst wenn wir in der Lage sind, wieder genau hinzusehen, ohne wiederum in Tränen auszubrechen, erst dann ist es möglich, eine neue Geschichte zu beginnen.

Und dann machen die Scherben Spaß. Dann kann nach Herzenslust gestaltet werden. Die eine Scherbe ist sicher ein Hut, es fehlt noch der passende Kopf. Die andere kann nur ein Bein sein. Vielleicht ergeben sich mehrere Geschichten und Gestalten. Alles ist drin. Jetzt kann man aufatmen und gespannt sein.

Geschichten aus Scherben kann jeder im täglichen Leben erfahren. Wir müssen aus dem, was schiefgegangen ist, immer wieder etwas Neues anfangen. Wir dürfen nicht in unserer Trauer versinken, denn schließlich heißt „leben“ immer, dass sich etwas verändert, entwickelt und gestaltet. Nur geschieht es nicht von allein. Lediglich Falten und graue Haare bekommen wir von allein. Aber die gestalterische Arbeit bleibt uns überlassen.



So gestalte ich mit dem, was da ist.

Ich gestalte mit Scherben, die man mir bringt, die ich überall finde. Ich baue Skulpturen daraus und Objekte unterschiedlichster Art. Scherben unserer Gesellschaft werden zu fröhlichen, trostreichen Geschichten, die nichts mehr mit den Tränen der Vergangenheit zu tun haben.

Die „Nacht der Kirchen“ war in der Versöhnungskirche eine Nacht der Scherbengeschichten. Denn es gab eine über den ganzen Kirchenraum verteilte Ausstellung mit meinen aus Glasscherben gebauten Kunstwerken.



So gab es die Geschichte der Emmausjünger zu sehen, die von Josef und seinem Traum, ein Objekt, das die Himmelfahrt zeigte und eines von Weihnachten. Bereichert wurden die Ausstellung und die stündlich veranstalteten Kunstgottesdienste von wunderbarer, gar himmlischer Musik mit Gesang, Harfe, Klavier, Flöte und Orgel.

Und Elahé Mohit tanzte. Durch Elahé wurde die Ausstellung zum Leben erweckt, bekamen die Geschichten ein Gesicht.

Jeder Kunstgottesdienst wurde mit Psalmworten eingeleitet. Die anschließende Musik ließ die Herzen stiller werden. Zu den vorgestellten Glasobjekten habe ich meine Gedanken und meine mit dem Objekt erlebte Geschichte vorgelesen. Dadurch konnte jeder Besucher einen eigenen Bezug zu der



Geschichte des Objektes finden und der biblischen Geschichte, die mich zum Arbeiten inspiriert hatte. Der letzte Kunstgottesdienst dieser „Nacht der Kirchen“ nahm nicht auf eines meiner Objekte Bezug. Stattdessen gab es eine Animation mit Scherben. Ich legte Scherben auf dem Tageslichtprojektor zu Figuren, fegte sie wieder zusammen, um wieder neue zu legen.

Der Text der Elia-Geschichte wurde dazu gelesen, und gemeinsam erlebten wir einen Elia, dessen Leben zu Anfang ein Scherbenhafen war, und am Ende stand die große Begegnung mit seinem neuen Freund und Partner Elisa. Zum Abschluss sahen wir alle diese bei-

den Menschen, wie sie Hand in Hand durch das Leben gingen. Zwei Menschen, die nur aus Scherben gelegt waren und doch als große Bilder an der Wand leuchteten.

So hatten wir in dieser Nacht alle eine kleine Erleuchtung und gingen mit frohen Herzen nach Hause.

Beate Polderman



Mark und Beate Polderman, Elahé Mohit (Tänzerin), Viola Kirsch (Flöte und Gesang), Michael Turkat (Kantor)
Fotos: Gerlach

Lebendiger Adventskalender im Ruckteschell-Heim

In diesem Jahr empfingen wir im Ruckteschell-Heim tatsächlich zum 8. Mal den lebendigen Adventskalender – wie die Zeit vergeht!

Viele Menschen haben sich gefunden, die vom 27.11. bis 24.12.2011 und am Dreikönigstag mit einem kurzweiligen Beitrag den Adventskalender füllen. Es wird gesungen, erzählt, gelesen und vieles mehr, um die Bewohner des Ruckteschell-Heims und ihre Angehörigen, aber auch alle Interessierten aus den umliegenden Gemeinden und dem Stadtteil zu erfreuen. Der Ideengeber und Organisator des Ganzen ist unser Diakon für die Region Hajo Witter, der jedes Jahr wieder ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm vorlegt. Es liegt im Ruckteschell-Heim und dem Gemeindehaus aus.

Einen herzlichen Dank an alle, die zum Gelingen beitragen und ein besonderer Dank an Hajo Witter!





Jeden Tag eine kleine Kreuzfahrt ...

Seit dem 20. Juni diesen Jahres kann ich diesen Luxus jeden Tag erleben, denn an diesem Tag habe ich als neue Leitung des Ruckteschell-Heimes meinen Dienst aufgenommen. Mein Weg führt mich nun mit dem Dampfer (ja, so heißt das bei uns immer noch!) von den Landungsbrücken der alten Fischerinsel Finkenwerder über die St. Pauli-Landungsbrücken und Umsteigen in die S-Bahn in den für mich ganz neuen Stadtteil Eilbek.

Mein bisheriger Weg hat mich über die Insel Veddel – aufgewachsen – und die Insel Wilhelmsburg – Krankenschwester im Krankenhaus Groß Sand – 1988 auf die Halbinsel Finkenwerder geführt, auf der ich heute noch gerne mit meinem mittlerweile erwachsenen



Susanne Hergoss, neue Leiterin des Ruckteschell-Heimes

Sohn lebe. In „meiner“ Nikolai-Kirche, in der früher nicht nach Männern und Frauen, sondern

nach der „Hamburger Siet“ und der Lünborger Siet“ getrennt gegessen wurde, gestalte ich als Prädikantin ab und zu Gottesdienste und schnacke mit den Älteren auf dem Markt auch gerne Platt.

Vorher habe ich kurz in der Nordheide gewohnt und konnte vor meinem Fenster abends Schafe zählen. Dann konnte ich 1 ½ Jahre in Frankfurt am Main nicht nur den Äpfelwoi, sondern auch eine Weiterbildung als Pflegedienstleitung genießen und etwas später in Osnabrück nebenberuflich Krankenhaus-Betriebswirtschaft, Pumpnickel und den Westfälischen Frieden studieren.

In Hamburg habe ich zuletzt neben der Leitung eines Altenheimes



Zur Begrüßung von Frau Hergoss hatte der Wohnbeirat für den 3. August eine „kleine“ Feier mit einem bunten Programm vorbereitet. Die Küche hatte den Saal hanseatisch-maritim geschmückt und leckere heiße Waffeln mit Eis vorbereitet. Von den Begrüßungsreden des Wohnbeirates und der Pflegedienstleitung, Frau Heinze, über die musikalische Keyboard-Unterstützung von Herrn Wentzke, den aufklärenden Auftritt der Zitronenjette bis zum Abschlussgebet war es ein wunderbares Fest. Frau Hergoss trug einen Sari, um von ihrem Traumland Indien zu berichten und weil sie deutlich machen wollte, dass sie gerne die Bewohner und die Mitarbeiter hinter ihrer Kleidung kennen lernen möchte.



Bei den vielen Hamburg-Liedern sangen alle kräftig mit so wie hier Frau Gertrud Bergmann (li.) und Frau Hildegard Höflich (re.). Im Hintergrund: Pastor Dr. Krämer und Pastor Severin



Der Speisesaal war bis auf den letzten Platz besetzt – alle wollten die Neue sehen und begrüßen.



im Hamburger Westen am Rauhen Haus etwas über Soziale Arbeit (Bachelor) gelernt und mich sehr darüber gefreut, dabei nicht nur ganz intensiv über Diakonie nachzudenken, sondern Ideen aufgreifen und umsetzen zu können. Das war nicht nur hilfreich, um das christliche Leitbild des Hauses mit Leben zu füllen, sondern auch bei meinen Gemeindebesuchen und Einrichtungsgesprächen in Indien – Orissa, Jharkhand und Andhra Pradesh – dem Land meiner Träume für die Zeit nach der Berufstätigkeit.

Doch jetzt möchte ich erst einmal mit den wirklich offenen Menschen im Ruckteschell-Heim – Mitarbeitern und Bewohnern – das Leben gestalten. Zunächst bin ich allerdings dabei, die vielen Namen zu lernen, die Zusammenhänge zwischen den Einzelnen zu erkunden, zuzuhören, zu fragen und immer wieder zuzuhören. Das Bild, das sich mir bis jetzt bietet, ist bunt und lebendig. Ich freue mich jeden Tag, hier zu sein und in kleinen Schritten die weiteren Wege zu ebnen und zu planen.

Ich komme – trotz Dampfer – morgens nicht mit einer alten Truhe (für Überseefahrten) zur Arbeit, aber mittwochs oder freitags öfter mit einem kleinen Kofferchen. Dann fahre ich abends nach dem Dienst nach Berlin. Da wohnt außer meinem „kleinen“ Bruder mit seiner Familie auch mein Partner. Und dort gehe ich nebenbei meinem Hobby nach: Ich besuche – mal wieder – eine Schule, genauer gesagt, die Katholische Hochschule für Sozialwesen, an der ich berufsbegleitend weiter studiere. Themen wie Qualitätsentwicklung und -sicherung, Spannung zwischen Betriebswirtschaft und Ethik sowie Personal- und Leitbildentwicklung passen genau

zu dem, was hier an Aufgaben auf mich wartet.

Wenn ich heute Abend wieder mit dem Dampfer die Elbe kreuze, werde ich an gute Gespräche mit



Frau Astrid Heinze (Pflegedienstleitung, re.) resümierte am Ende: „Ein so schönes Fest mit so vielen Teilnehmern hatten wir schon lange nicht mehr.“ Frau Hergoss bedankte sich herzlich für den wunderbaren Empfang – und denkt noch heute gern daran zurück.

Bewohnern und Mitarbeitern danken und mich auf morgen freuen, wenn kleine Ideen zu Plänen werden und wir alle zusammen hier im Hause das Leben gestalten.

Susanne Hergoss

Miteinander teilen ...

Wollen Sie für den Nachwuchs im Tilemann-Hort etwas Gutes tun – auch für manche Bewohner des Ruckteschell-Heims, die sich nur das Notwendigste leisten können? Durch Ihre Spende können Sie dazu beitragen, für sie Tagesausflüge oder kleine Freuden zu finanzieren. Deshalb liegt diesem SEGler ein Flyer bei, der Ihnen das Spenden erleichtern soll.



Frau Renate von Gersum – die Zitronenjette



HIRSCHBERG
UMZÜGE & TRANSPORTE e.K.
www.hamburger-umzug.de

- Möbeltransporte
- Nah und Fern
- Möbelmontagen
- Packarbeiten
- Entrümpelungen
- Haushaltsauflösungen
- Kartons und Zubehör
- Einlagerungen
- günstig + kurzfristig
- auch am Wochenende
- kostenfreies Angebot
- hanseatisch gründlich

Umzüge - perfekt für Ihren Anspruch

Umzugszubehör Verleih- Verkauf

- private Umzüge
- Behördenabrechnung

Tel. 040 - 209 77 164

Hirschberg Umzüge • Wandsbeker Ch. 116 • 22089 Hamburg
Fax 040 - 288 00 996 • Notruf 0177 - 20 524 20



Vitalität in der 2. Lebenshälfte

Teil 2 Nährstoffbedarf im Alter: Fett ist nicht gleich Fett



Maik Dziekanski
Küchenleiter des
Ruckteschell-
Heims

Viele ältere Menschen vertragen ölige und fettige Lebensmittel nicht mehr.

Hier einige Tipps zum Umgang mit Fetten:

- Verwenden Sie vorwiegend kaltgepresste Pflanzenöle.
- Verzehren Sie seltener scharf gebratene Speisen wie Fleisch, da diese schwer verdaulich sind.
- Achten Sie auf verstecktes Fett in Speisen und Gebäck.

Kohlenhydrate

Kohlenhydrate sind in allen pflanzlichen Lebensmitteln enthalten, v.a. in Getreide und Getreideprodukten, Kartoffeln, Gemüse und Obst, aber auch in Form von Zucker in Süßigkeiten, Getränken, Kuchen und Gebäck.

Besonders wertvoll sind Vollkornprodukte, da sie reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen sind. Bevorzugen Sie daher, sofern Sie diese gut vertragen,

immer Brot und Nudeln aus Vollkornmehl sowie Vollkornreis.

Frühstücksmahlzeiten oder auch Abendessen aus Vollkornflocken mit Milch oder Joghurt sowie Früchten sind ideal, da sie leicht bekömmlich sind und alle wertvollen Inhaltsstoffe enthalten.

Vitamine und Co.

Vitamine und Mineralstoffe sind lebensnotwendig und an zahlreichen Körperfunktionen beteiligt. Ein Mangel äußert sich u.a. in einer erhöhten Infektanfälligkeit, in Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Vitamine und Mineralstoffe sind in allen vollwertigen Lebensmitteln enthalten, vor allem in Obst und Gemüse sowie in Vollkornprodukten.

Flüssigkeitszufuhr

Viele Senioren trinken zu wenig. Ausreichend Flüssigkeit ist lebensnotwendig. Das gilt besonders für ältere Menschen! Täglich 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit sollten sein. Häufig verspüren alte Menschen kaum Durst und trinken dementspre-



Florian Schröder, Küchenleiter Maik Dziekanski und Manuela Arwe

chend zu wenig. Das Durstgefühl kann jedoch trainiert werden!

Stellen Sie sich zwei Flaschen Mineralwasser auf den Küchentisch, so dass Sie immer daran erinnert werden. Trinken Sie die Flaschen über den Tag verteilt. Nach einer Weile haben Sie sich daran gewöhnt.

Geeignete Getränke sind vor allem:

- stilles Mineralwasser
- Kräuter- und Früchtetees
- verdünnte Fruchtsäfte

Ein Wort zum Thema Milch: Milch ist kein Getränk, sondern ein hochwertiges Nahrungsmittel. Milch liefert viele wertvolle Nährstoffe und Mineralstoffe, wie vor allem Calcium, eignet sich jedoch nicht, den Flüssigkeitsbedarf zu decken. Ich hoffe, Ihnen die Ernährung im Alter etwas näher gebracht zu haben.

Ihr
Maik Dziekanski
Küchenleiter des
Ruckteschell-Heims

Der Trauer verpflichtet – dem Neuen zugewandt

MICHAEL FRITZEN
BESTATTUNGSHAUS
PAPENSTRASSE 121 • 22089 HAMBURG-EILBEK
☎ 673 809 85
TAG UND NACHT
WWW.BESTATTUNGSHAUSMICHAELFRITZEN.DE



Warum ist Adolph IV. (Schauenburg und Holstein) so interessant für uns Eilbeker?



Uwe Becker

In der letzten Ausgabe des SEGlers habe ich Ihnen dargestellt, wo in Eilbek Einrichtungen, die auf die Gründung durch Adolph IV. zurückgingen, gestanden haben. Heute möchte ich Ihnen Adolph IV. näherbringen.

Nachdem Holstein an die Dänen verloren war, kam es am 22. Juli 1227, dem Tag der Heiligen Maria Magdalena, zu einer entscheidenden Schlacht auf dem Felde von Bornhöved. Überliefert wurde, dass der Graf auf die Knie fiel und Gott um Hilfe anflehte und gelobte, er werde der Heiligen des Tages, Maria Magdalena, Kirche und Kloster weihen, falls Gott ihm den Sieg schenke.

Durch diesen Sieg wurden die Dänen endgültig von der Elbe an die Eider zurückgedrängt. Adolph befriedete und entwickelte das Land. Eine seiner ersten Gründungen war das Maria-Magdalenen-Kloster. Er schenkte es den Franziskanern. Außerdem stiftete Adolph das Johanneskloster, das von den Dominikanern übernommen wurde. Die Gründung des Hospitals „Zum Heiligen Geist“ geht vermutlich schon auf Anregungen seines Vaters zurück, vollendet wurde es aber erst durch Adolph IV. Als viertes gründete er einen Beguinenhof.

Er schloss 1229 mit König Waldemar II. aus Dänemark Frieden und vereinbarte, dass Prinz Abel, der zweite Sohn Waldemars, Mechtilde, die Tochter Adolfs, heiraten sollte. Die Hochzeit fand erst 1237 statt, da Mechtilde gerade 12 Jahre war. Auf Adolfs Planung ging die

Gründung von elf Städten zurück, darunter Kiel und Oldenburg in Holstein (1235). 1238 beteiligte er sich an einem Kreuzzug nach Livland (Bezeichnung für eine historische Landschaft im Baltikum, umfasst vollständig die Gebiete der heutigen Staaten Estland und Lettland) und gründete Itzehoe. Mit der Intensivierung der Kolonisation im ehemals slawischen Ostholstein wurden Kirchspiele und Kirchen gegründet. Auch außerhalb von Hamburg gründete er Klöster, die zu wichtigen Zentren der Zivilisation wurden, z.B. in Reinbek und Kiel (1235). In Schauenburg gründete er Stadthagen (1224) und Rinteln (1225).

Am 13. August 1239 wurde Adolph Mönch. 12 Jahre nach seinem Sieg trat er in das Hamburger Franziskanerkloster ein und wurde Bettelmönch. Er lebte nach den Regeln des Bettelordens in Armut und bettelte barhäuptig und barfüßig wie die Brüder durch die Gassen Hamburgs. Er legte seine Grafenrobe zu Gunsten seiner beiden minderjährigen Söhne nieder, zum Vormund bestimmte er seinen Schwiegersohn Herzog Abel.

1244 unternahm er eine Pilgerfahrt nach Rom. Es war die Wallfahrt eines Büßers. Er hatte als Graf viel Blut vergießen müssen. Adolph suchte Absolution. Papst Innozenz sprach ihn von allen Sünden los und weihte ihn zum Subdiakon. Nach seiner Rückkehr aus Rom empfing ihn der Lübecker Bischof Johannes und weihte ihn zum Priester. Seine ersten Messen feierte er in Hamburgs Maria-Magdalenen-Kloster und in einer Kapelle bei Bornhöved.

Für Adolph, den Menschen, gab es Wichtigeres als die Politik. Er wollte Christ sein und nicht, wie der reiche Jüngling im Evangelium, die Nachfolge Christi verweigern. Er gab freiwillig Macht aus der Hand.

Die letzten Lebensjahre verbrachte Adolph in seinem Kieler Kloster. Am 8. Juli 1261 starb er und wurde in der Klosterkirche begraben. Die Deckplatte seines Grabes (vermutlich in einer Replik) ist dort heute noch zu sehen: eine schlichte Steinplatte mit der Ritz-



Adolph IV. von Schauenburg im Sarkophag, um 1450, unbekannter Künstler
Foto: Michail Jungierek

zeichnung eines Mönchs. Die beigefügte Umschrift ist nicht mehr lesbar. Die Franziskaner haben ihn nicht vergessen. Er wurde bald als Heiliger verehrt. Sein Tag ist der 8. Juli.

Wir Eilbeker Bürger haben die Chance, das Gedächtnis eines Menschen, der für ganz Hamburg gewirkt hat, zu bewahren. Sowohl Adolph als auch seine Söhne Johann und Gerhard von Schauenburg waren wichtig für Eilbek. Als Lehnsherrn bestätigten die Söhne am 7. Juni 1247 den Verkauf Eilbeks an das Hospital zum Heiligen Geist. Nun bleibt noch die Frage offen: Warum stellte das Denkmal in der Richardstraße nicht Adolph IV. in Person dar?

Uwe Becker





Mein Tag ...



Paul Joachim Bader

... beginnt mit dem Gefühl, den Rest des Tages hab' ich ja noch vor mir. Also kann ich erst einmal aufräumen oder einige von den guten Vorsätzen von gestern – von der vergangenen Woche, vom vergangenen Monat usw. – in die Tat umsetzen, bevor ich mir etwas ganz Neues für diesen Tag vornehme. Ach ja, da ist etwas auf dem Schreibtisch liegen geblieben, die E-Mails von gestern sind auch noch nicht gelesen, also sind erst mal die dran. Hab' ich sie beantwortet, sind von den 24 Stunden ab Mitternacht schon sieben für den Schlaf und drei weitere für die üblichen Prozeduren des Tagesanfangs vorbei. Was nun? Lassen wir den kleinen Rest der kostbaren Tageszeit in Routine ertrinken oder retten wir ihn mit einer guten Idee? Der Blick aus dem Fenster kurz nach dem Aufstehen verhieß noch nichts Gutes, nun jedoch zeigt sich die Sonne, da können wir doch nicht im Haus bleiben!

Sie merken schon, liebe MitSE-Gelnde: Der Autor ist im Ruhestand. Er kann – im Prinzip – über seine Zeit selbst „verfügen“. Und

angesprochen fühlen dürfen sich alle, die in der gleichen Lage sind. Es geht nicht darum, die Zeit zu vertreiben, sondern sie zu nutzen. Jeder Tag, sei es Sommer oder Winter, hat das Zeug, einzigartig zu werden, zu einem Tag, den wir gern erinnern, zu einem kostbaren Tag, für den wir dankbar sind.

Kürzlich lernte ich Heinz kennen, einen schlanken Herrn von 82 Jahren, ziemlich schweigsam und



Ship Rock

noch in Trauer um seine verstorbene Frau. Es war an einem milden Abend im späten September nahe am Bodensee, und er freute sich auf den nächsten Tag, an dem er mit den Naturfreunden eine dreistündige Wanderung auf der Schwäbischen Alb unternehmen wollte. Sie würden den Blick an den fernen Horizont genießen, vielleicht die Alpen erahnen, und sie würden ihre Kenntnisse über Pflanzen und Tiere erweitern. Das alles würden sie gemeinsam tun,

sich austauschen, ergänzen, erinnern – und im Singsang ihrer badi-schen Mundart „schwätze“, gell? Herausragend ist so ein Tag nur, wenn er ganz anders ist als die anderen Tage, die angefüllt sind mit allem, was sowieso immer dran ist, wenn er wie ein Berg oder ein Vulkan aus einer weiten Ebene ragt.

Vor zwei Jahren habe ich mit unserem Sohn den Westen der USA bereist. Wir überwandten einen Gebirgszug – und sahen vor uns den Ship Rock in der nordwestlichen Ecke New Mexikos vor uns. Es ist ein alter Vulkan, fast ganz verwittert, und was aus der wüstenartigen Weite herausragt, ist der schwarze Basaltschlot nebst der erstarrten Lava aus einer langen Erdspalte. Der Ship Rock ist der Charakterberg dieses Bundesstaates.

Um so etwas zu erleben, muss man nicht in den Westen der USA reisen. Unser schönes Hamburg bietet eine Fülle von Möglichkeiten in unserer Nähe: Theater, Umgebung, Angebote der Region Eilbek, Seniorenausflüge, dazu in der Friedenskirche die Aktion „Runter vom Sofa“. Machen Sie einen Tag in der Woche oder wenigstens im Monat zu einem herausragenden Tag, einem Ship Rock Tag.

Paul Joachim Bader

Werbung für eine Kirchengemeinde, muss das denn sein?



Renate Endrulat

Überall begegnen uns in unserer Hightech-Gesellschaft Werbemittelungen. Von Litfaßsäulen, großen Werbetafeln am Straßenrand, in Funk und Fern-

sehen, im Internet, in der Presse usw. erfahren wir die neuesten Botschaften aus der schillernden Werbewelt. In der heutigen Zeit spielt Werbung eine große Rolle. Soll doch der Verbraucher über die Vorzüge eines Produkts, eines Dienstleisters informiert werden. Darf man aber für eine Kirchengemeinde werben?

Ich arbeite seit vielen Jahren in unserer Gemeinde im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit. Dazu gehören die Herstellung des Gemeindebriefs, von Plakaten und Flyern, Fotografieren bei Gemeindeveranstaltungen, die Pflege der Internetseite, die Kontakte mit der Presse und vieles mehr. Als ich mit meiner Arbeit begann, gab es nur einen



schwarz-weißen Gemeindebrief, der am gemeindeeigenen Kopierer hergestellt wurde, vielleicht noch das eine Gottesdienstposter in Schwarz-Weiß oder den anderen in Schwarz-Weiß kopierten Veranstaltungszettel und einen gestalteten Schaukasten.

Farbige Plakate oder Kundenstopper (Aufsteller mit einem „Werbeplakat“ vor Kirche oder Gemeindehaus), intensive Pressekontakte, geschweige denn eine Internetseite, waren (noch) nicht zu finden. Die Gemeinde lag, wie viele andere Gemeinden seinerzeit, im Bereich Öffentlichkeitsarbeit noch in einem Dornröschenschlaf.

„Öffentlichkeitsarbeit, Werbung, das ist doch nur etwas für Firmen. In der Gemeinde spricht sich doch sowieso alles herum,“ so meinte man damals. Die Zeiten änderten sich jedoch! Die Zahl der Kirchengemeinden, wie auch in anderen Kirchengemeinden, sank von Jahr zu Jahr. Kirche und Gemeinden verloren immer mehr Mitglieder und bedingt dadurch auch Kirchensteuereinnahmen. Ein gesellschaftlicher Trend wurde immer sichtbarer, dem man entgegenwirken musste. Das bemerkten viele Kirchengemeinden, stellten sich dem Problem und handelten.

Der Kirchenkreis machte es uns vor: Die Öffentlichkeitsarbeit wurde vermehrt in den Blick genommen, bekam einen viel höheren Stellenwert.

Heute bieten die Kirchenkreise und die Gesamtheit der EKD ganz verstärkt und gezielt Hilfestellungen für Kirchengemeinden und kirchliche Einrichtungen sowie zahlreiche und qualifizierte Fortbildungen für Haupt- und Ehrenamtliche im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit an. Inzwischen beauftragen Kirchenvorstände so-

gar Werbeagenturen, Public Relations-Konzepte für ihre Gemeinden zu entwickeln.

Bunt und farbenfroh, professionell und ansprechend gestaltet kommen jetzt Gemeindebriefe, Plakate und Schaukästen daher. Pressemeldungen werden sachkundig geschrieben, Internetseiten kompetent und modern unter Berücksichtigung einer Zielgruppenanalyse „webdesign“. Kirchengemeinden melden sich bei Facebook an und posten ihre Gottesdienst- und Veranstaltungstermine. Auch unsere



Gemeinde geht mit der Zeit und bedient sich heute vorzugsweise der neuen Medien, denn: Kirche hat etwas zu sagen, auch und gerade in der Öffentlichkeit.

Das ist natürlich nicht umsonst zu haben. Werbung kostet Geld. Das muss jedem klar sein. Aber der monetäre Einsatz lohnt sich, wollen wir doch Gottes gute und liebevolle Botschaft „in die Welt tragen“. Dass unsere Bemühungen erfolgreich sind, diese Erfahrung machen wir fast tagtäglich. Immer wieder kommen Menschen zu uns in die Gemeinde, die durch Plakate, den Gemeindebrief, unsere Internetseite oder durch Veröffentlichungen

in der Presse auf uns, unsere Arbeit und unsere Veranstaltungen und Projekte aufmerksam geworden sind. Ein MDR-Fernsehteam erfuhr durch unseren Internetauftritt von der Existenz der Sütterlinstube des Freiwilligenforums Eilbek und berichtete in der Vorabendfernsehsendung „DONNERWETTER“ über die ehrenamtliche Arbeit des Teams.

Die gemietete Werbefläche in der U-Bahn-Station Ritterstraße, wo wir unsere Gottesdienst-Termine monatlich aushängen, wird im Stadtteil gesehen. Im Wandsbeker Wochenblatt waren wir die erste Kirchengemeinde, die im Rahmen einer Vorstellungsserie über Kirchengemeinden im Erscheinungsbereich dieses Printmediums vorgestellt wurde. Unsere Facebook-Seite erfreut sich inzwischen ebenfalls großer Beliebtheit. Und unser Gemeindebrief ist fast ständig vergriffen!

All das macht uns Mut, zeigt uns, dass wir mit unserer Öffentlichkeitsarbeit auf dem richtigen Weg sind. Wir können daher die Frage „Darf man für eine Kirchengemeinde Werbung machen?“ nur mit einem kräftigen und eindeutigen JA beantworten. Der Einsatz von Arbeitskraft und Geld zahlt sich aus, trägt Früchte. Menschen, die bisher eher als „kirchendistanziert“ gelten, werden durch eine professionelle Öffentlichkeitsarbeit der Kirchengemeinden wieder neugierig auf Kirche und Gemeinde, sehen diese und den christlichen Glauben in einem neuen, ganz anderen Licht. Sie werden neugierig auf Gottes große Liebe, von der wir erzählen und die wir in unserer Gemeinde mit ihnen teilen und leben möchten.

Renate Endrulat, zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Eilbek Friedenskirche-Osterkirche



Hast du schon dein Testament gemacht?



RA Michael Pommerening

Hand aufs Herz, verehrter Leser, was empfinden Sie, wenn Sie diese Überschrift lesen? Denken Sie an eine Szene aus einem Krimi oder Western, sagen Sie: „Was geht mich das an?“ oder vielleicht sogar „An den Tod will ich nicht denken, so alt bin ich noch nicht!“

Sehen Sie, es ist so schwer, über dieses Thema überhaupt nachzudenken oder – noch viel schlimmer – darüber zu sprechen. Diese psychologische Hemmung führt aber letztlich oft zu Rechtsstreitigkeiten ohne Ende, die mit brutaler Härte geführt werden, mit Argumenten weit unter der Gürtellinie, mit immensen Kosten und oft verbunden mit der Zerrüttung familiärer Beziehungen, insbesondere unter Geschwistern.

Die anwaltliche Kunst sollte vorrangig darin bestehen, durch vertragliche Gestaltungen Streitmöglichkeiten so weit wie machbar auszuschalten.

Dazu ein Beispiel aus der Praxis: Ein Ehepaar hat 3 Kinder und lebt in gesicherten Verhältnissen: Ein Haus, eine Mietwohnung und ein Wochenendhaus sind neben Barmitteln vorhanden. „Wozu sollen die ein Testament machen?“, fragen Sie vielleicht spontan, „das geht alles seinen Gang!“ Sehen wir uns diesen (gesetzlichen) Gang einmal an: Nach dem Tode des Vaters entsteht eine Erbengemeinschaft, das heißt, alle Objekte werden Bruchteilseigentum (1/2, 3 x 1/6), nach dem Tode der Mutter ist jedes Kind Eigentümer zu 1/3 von 3 Objekten. „Na und, meine Kinder streiten nicht!“ höre ich dann

immer wieder, und immer wieder bin ich aus der bitteren Erfahrung der Praxis skeptisch. Was geschieht? Oft schon beim ersten Erbfall schert einer aus, droht mit Teilungsversteigerung oder verlangt den Pflichtteil und bringt den überlebenden Ehegatten und natürlich auch den Familienfrieden in arge Bedrängnis.

Für einen solchen Fall kann man aber Vorsorge treffen. Die Eheleute verfügen in einem gemeinschaftlichen Testament, dass der Überlebende Alleinerbe sein soll, die Geltendmachung von Pflichtteilsansprüchen wird durch eine doppelte Strafklausel unattraktiv gemacht, und beim zweiten Erbfall sind die Kinder zwar Erben zu untereinander gleichen Teilen, aber eine Teilungsanordnung verhindert Bruchteilseigentum. Die Ausgleichsmodalitäten sollte man so regeln, dass sie ohne Objektgefährdung zu realisieren sind. Könnte dies nicht eine sinnvolle Investition in die Zukunft sein?

Lautet die Lösung also, alles bis ins Kleinste zu regeln? So „einfach“ ist es leider auch nicht: Viele Erblasser machen den umgekehrten Fehler, indem sie die Hinterbliebenen sozusagen „mit Gewalt“ aneinander schmieden.

Mein Vorschlag lautet: Überlegen Sie, ob die gesetzliche Erbfolge Ihre Erbsituation (in den verschiedenen denkbaren Alternativen) zufriedenstellend löst. Ist das nicht der Fall, machen Sie ein Testament oder schließen Sie einen Erbvertrag. Schieben Sie diese Mühe nicht auf mit dem Argument, dafür seien Sie noch nicht alt genug. Gehen Sie nicht fast jeden Tag über die Straße, können Sie nicht unverschuldet und uner-

wartet in eine Situation kommen, in der Sie nicht mehr entscheiden bzw. testieren können? Denken Sie auch daran: Die „Last“, die man vor sich herschiebt, wird immer schwerer!

Lassen Sie sich – von einfachen Fällen abgesehen – fachlich beraten. Ein schlechtes Testament kann noch üblere Folgen haben als gar keins. Vermeiden Sie bei Testamenten nach Möglichkeit das Entstehen von Erbengemeinschaften und das Aneinanderketten folgender Generationen.

Berücksichtigen Sie erbschaftssteuerliche Fragen, aber lassen Sie sich nicht vom Steuerrecht etwas aufzwingen, was Sie eigentlich nicht wollen!

Bedenken Sie: Ist es nicht auch ein bisschen Lebensqualität, zu wissen, dass alles ordentlich geregelt ist? Haben Sie Ihre Kinder jahrzehntelang zu Familiensinn und Zusammenhalt erzogen, um dann zu sagen: „Nach mir die Sintflut?!“

Sie haben Vermögen erworben oder auch vermehrt nicht nur für sich selbst. Sie wollten und wollen, dass es Ihren Kindern zugutekommt, und nicht, dass es sie entzweit und dass es verprozessiert wird!

Ich frage noch einmal: Sind Sie immer noch ärgerlich, wenn jemand Sie fragt, ob Sie schon Ihr Testament gemacht haben? Mein Vorschlag: Niemand wird Sie belästigen, wenn Sie sich rechtzeitig selbst diese Frage vorlegen und beantworten ...

Rechtsanwalt
Michael Pommerening,
Sozietät Pommerening &
Dreckmann Hamburg-Wandsbek



Ein echter Hingucker – unsere neue Ente



Diakon Hans-Jürgen Rubarth

In diesen Tagen wird sie frisch aufgemöbelt aus der Werkstatt kommen und im Straßenbild für Aufmerksamkeit und Werbung sorgen. Sie stand seit über 20 Jahren in der Humboldtstraße, parkte immer hier um die Station herum und gehörte Wolfgang Lau. Es war immer ein besonderes Bild, wenn Wolfgang, unser Nachbar, baumlanger Kerl, friedensbewegt und Wendlandaktivist gegen die Atommüllleinlagerung, in seine enge Ente stieg.

Wir haben vor Jahren seine Mutter im Nachbarhaus gepflegt. Sie war seit 1906 Mieterin mit Erstbezug und wurde über 90 Jahre alt. Mehrere Modernisierungen hat sie miterlebt: Abschaffung des modernen Gaslichtes, weil überall Strom gelegt wurde – Aufputz und in Bergmannrohren – wie das damals hieß, nach dem Krieg wurde dann von Kohle auf Nachtspeicherheizung umgestellt. Dem Umbau der Speisekammer zur Dusche haben sich beide widersetzt, weil die Miete sonst zu stark gestiegen wäre.

Im letzten Jahr haben wir ihren Sohn Wolfgang, der immer bei seiner Mutter gelebt hatte, mit unserem Palliativteam bis zu seinem Tod gepflegt. Er hatte Krebs, hat lange gekämpft und wollte am Ende zu Hause sterben. Unsere Krankenschwestern waren täglich mehrfach bei ihm und ha-

ben sich vor allem darum gekümmert, dass er schmerzfrei ist. Die enge Zusammenarbeit mit unseren Schmerzärzten im Team kann da heute viel möglich machen und trotzdem Lebensqualität erhalten.



die Ente peu à peu mit seinen Lehrlingen zu sanieren.

Jetzt ist sie fertig, steht im Sommer wieder in der Humboldtstraße und soll als Dienstauto im Stadtteil präsent sein. Allerdings hat sie

eine spezielle „Revolver“-Schaltung und ist gewöhnungsbedürftig – es macht aber Spaß, damit zu fahren, und viele haben schon gejubelt „Oh, eine Ente, das war mein erstes Auto!“

Vielen Dank an alle, die

Liebe reingesteckt haben und geholfen haben, ein Andenken zu wahren.

Hans-Jürgen Rubarth, Diakon in der Hauspflegestation

hauspflegestation
Barmbek-Uhlenhorst, Eilbek und Winterhude

Beratung, Hilfe und Pflege
Einfach anrufen, wir kommen sofort

Tel. 227 21 50

Humboldtstraße 104
22083 Hamburg
www.hauspflegestation.de

Mo. - Do. 08:00 bis 17:00 Uhr
Fr. 08:00 bis 15:30 Uhr

Eine Mitgliedsinstitution des Diakonischen Werkes in Hamburg

kompetent, flexibel, gemeinnützig

Unsere Pflegequalität ist geprüft!



Heiliger Abend

© von Heinz Bornemann

Als ich so aus dem Fenster seh,
in Hamburg dieses Jahr,
es liegt schon wieder mal kein Schnee,
ist langsam nicht mehr wahr.

Wo kommt da Weihnachtsstimmung her,
die Glocken läuten zwar,
doch peitscht der Regen immer mehr,
laut an das Haus, wie jedes Jahr.

Da fällt mir die Geschichte ein,
vor langer Zeit wurd sie vollbracht,
als kam das kleine Jesulein,
zur Welt im Stall ganz sacht.

Und da lag auf des Stalles Dach
nun ganz gewiss kein Schnee,
ich dachte lange drüber nach,
trank meinen heißen Tee.

Die Weihnachtsstimmung heut`ger Zeit
bestimmt Geschäft und Geld,
ich bin dazu nicht mehr bereit,
weil mir das nicht gefällt.

Die Regenwolken sind verzogen,
ein Stern blinkt hell am Himmelszelt,
noch ist die Welt nicht ganz verbogen,
die Botschaft doch auf ewig hält.

Und während ich die Schritte lenke
zur Kirche, wo die Glocke läut,
ich endlich weihnachtlich nun denke,
wir gehen zum Geburtstag heut.

So wünsch ich allen, die dies lesen,
die wunderbare Heil`ge Nacht,
und ist es wieder schön gewesen,
dann hat es doch nur ER vollbracht.



„Stille Nacht“, Glasobjekt von Beate Polderman