



Ausgabe: 2 - 2024

# Blätter aus St. Georg



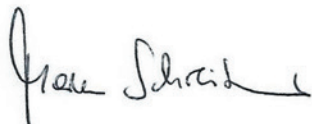
# Liebe St. Georgerinnen und St. Georger,

ist es Ihnen auch schon aufgefallen? Die Beleuchtung am Eingang der Wandelhalle des Hauptbahnhofes an der Kirchenallee ist sehr merkwürdig. Es gibt Dutzende Lampen, die alle nicht funktionieren. Dabei ist natürlich eine Beleuchtung um den Hauptbahnhof herum sehr sinnvoll. Deshalb hat man statt der runden, weißen Lampen nun Leuchtstoffröhren daneben gehängt, die natürlich auch Licht geben. Das bedeutet wohl, dass man sich nicht in der Lage sieht, die vorhandenen Lampen zu reparieren und wieder zum Leuchten zu bringen. Warum nicht? Wieso schafft man es nicht, die Stromleitungen zu repara-

rieren? Ich kann das leider nicht nachvollziehen, aber vielleicht weiß das jemand von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser. Dann wäre ich für eine Aufklärung dankbar.

P.S.: Übrigens bekommen wir viel Lob für die neue Aufmachung der „Blätter aus St. Georg“. Vielen Dank dafür, das freut uns sehr und gilt natürlich vor allem unserer neuen Chefredakteurin Lena Kamphaus und unserer neuen Art-Direktorin Danielle Reinhardt, die auch aus meiner Sicht einen wirklich tollen Job machen. Wie wir alle ehrenamtlich. Für unseren Stadtteil St. Georg! ■

Markus Schreiber  
Vorsitzender Bürgerverein zu  
St. Georg von 1880 e.V.  
M: 0160 - 15 13 285



# Urgestein und zugezogen

Täglich kommen eine halbe Million Menschen in Sankt Georg, genauer gesagt am Hauptbahnhof, an. Viele von ihnen sind nur wenige Momente in Sankt Georg und reisen weiter in andere Städte oder Stadtteile, manche verbringen hier Stunden oder Tage und lernen die unterschiedlichen Facetten kennen, manche bleiben für Jahre.

Was auffällt ist, dass es wenige Menschen in Sankt Georg gibt, die ihr Leben lang hier sind. Die meisten sind zugezogen – andere verlassen Sankt Georg wieder. Warum ist Sankt Georg ein Durchgangsviertel? Das beschreibt Martin Streb in dieser Ausgabe.

Was auch auffällt ist, dass kein Stadtteil so regelmäßig sein Erscheinungsbild wechselt, wie Sankt Georg. Allein die Veränderung der Langen Reihe in den letzten 40 Jahren ist beachtlich – gab es in den 1980er Jahren hier noch sehr viele Bordelle, sind diese inzwischen komplett verschwunden. Dafür steigen die Mieten teilweise in Höhen, die mit Winterhude und Harvestehude konkurrieren. Dr. Pfadt erklärt dieses Phänomen mit Bezug auf Sankt Georg.

Es sind aber auch die vielen kleineren Geschichten des Ankommens, die Sankt Georg täglich schreibt. Unterschiedliche Menschen aus Sankt Georg haben mit uns zum Thema „Angekommen?!“ gesprochen. Manche sind angekommen, für manche war es nur eine Station auf ihrer Lebensreise. Aber alle haben ihr Herz hier verloren. Seien es Unternehmer wie Jürgen Wohlers, der mit seiner Buchhandlung in dritter Generation in

Sankt Georg angekommen ist und Ibo, der den Kiosk 87 seit 16 Jahren führt, aber auch eine Familie, die derzeit in Kalifornien lebt, eine andere, die nun rausgezogen ist oder auch eine junge Frau, die nach einem zweijährigen Intermezzo in Eppendorf wieder zurück nach Sankt Georg gekommen ist.

**Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen. Welche Verbindung haben Sie zu Sankt Georg? Ich freue mich über Ihre Post. ■**



Foto Elena Mullis

Lena Kamphaus



# „Schönes St. Georg“

Text Michael M. Busse

**A**m 18. Januar 2024 fand die Vernissage mit der Preisverleihung des Fotowettbewerbs im Curiousa, statt. Die Gewinner wurden hier erst bekanntgegeben und etwa 50 Freunde der Fotografie feierten mit einem Gläschen Sekt die drei Preisträger. Fast

alle Teilnehmer des Wettbewerbs waren erschienen und warteten gespannt auf die Preisvergabe. Es war eine sehr gelungene Veranstaltung, bei der viele Kontakte geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht wurden. Etwa 60 Fotos sind eingereicht worden und es

BACKSIDE SOMMERABEND STEINDAMM SCHÖNHEITEN SUPERKRÄFTE RÜCKSICHT NACHTSCHWÄRMER MELODIEN ZUR BE



Fotos Vernissage Michael M. Busse

## Vernissage mit Preisverleihung des 2. Fotowettbewerbs des Bürgervereins

war für die Jury keine leichte Entscheidung. Die Jury setzte sich zusammen aus Esther Haase/ Fotografin, Markus Schreiber/1. Vorsitzender des Bürgervereins, Werner Delasauce/Architekt und Michael M. Busse/Vorstandsmitglied.

Thema war in diesem Jahr „Schönes St. Georg“

und zugelassen waren ausschließlich schwarz-weiß-Fotografien.

Seit nunmehr 15 Jahren veranstaltet der Bürgerverein jährlich unterschiedliche Kunstwettbewerbe wie den „Kunstpreis Hansaplatz“, den „Kurzgeschichtenwettbewerb“ sowie auch diesen

SÄNTIGUNG ROCK ME SONNENUNTERGANG KALEIDOSKOP HAUPTBAHNHOF LEERSTAND IM HERZEN KIEKUT MITTENDRIN



1. Preis Mario Meierhof mit Backside

## AKTUELLES

„Fotowettbewerb“. Wir danken dem Restaurant Curiosa für die Möglichkeit, die Fotos dort für längere Zeit ausstellen zu können und ganz besonders dem Sponsor Karl-Heinz Ramke.

### Die Gewinner:

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| 1. Preis 500,- € | Mario Meierhof |
| 2. Preis 300,- € | Jonas Dirkes   |
| 3. Preis 200,- € | Peter Schulte  |

Wer Lust hat sich eine Auswahl der eingereichten Fotografien anzuschauen, ist herzlich ins Curiosa eingeladen – Hansaplatz 12, Sankt Georg. ■

GESELLIGKEIT BERLINER TOR LICHTGESTALT DR WOHLERS LEBT KOPPEL 66 LINIEN RUHE PEACE SOMMERABEND



Foto Vernissage: Michael M. Busse

2. Preis Jonas Dirkes



3. Preis Peter Schulte





Das privat finanzierte  
Dampfschiff „St. Georg“  
soll endlich auch mal  
in St. Georg anlegen  
dürfen, finden wir!

WIR LIEBEN DIESES  
GOLDENE LICHT°

*Schiefer & Co.*

EDELMETALL-SCHEIDEANSTALT SEIT 1923

HAMBURG ST. GEORG

# Migranten angekommen?

Text Markus Schreiber

**M**an sieht es in St. Georg an vielen Stellen. Vielleicht sind vor 70 Jahren anatolische Bauern nach St. Georg gekommen, um hier Läden und Restaurants zu betreiben. Heutzutage sind ihre Söhne oder Enkel groß, haben Betriebswirtschaft oder Jura studiert und betreiben ihre Geschäfte hochprofessionell. Sie sind tatsächlich in St. Georg angekommen, auch wirtschaftlich.

Aber schon im Zusammenhang mit dem brutalen Überfall der Terrororganisation Hamas auf Israel und dem anschließenden Krieg im Gaza-Streifen sind vielen Migrantinnen und Migranten Zweifel daran gekommen, ob sie wirklich in Deutschland willkommen sind. Diese Zweifel dürften noch einmal verstärkt worden sein durch das Geheimtreffen Rechtsradikaler mit Vertretern der AfD und der WerteUnion. Die in der vergangenen Woche von unabhängigen Investigativjournalisten des Recherchezentrums Correctiv veröffentlichten menschenverachtenden Pläne zu Zwangsdeportationen nichtdeutscher und deutscher Staatsbürger machen deutlich: Die AfD arbeitet an der Abschaffung von Rechtsstaat und Demokratie. Deshalb ist es ein ermutigendes Zeichen, dass über 50.000 Menschen am Jungfernstieg für eine liberale Demokratie, für den Rechtsstaat und gegen rechts demonstriert haben: Unter dem Motto „Hamburg steht auf - gegen Rechtsextremismus und neonazistische Netzwerke“. Die Menschen standen so dicht gedrängt auf dem Jungfernstieg, dass die Demonstration wegen Überfüllung aus Sicherheitsgründen abgebrochen werden musste. Bürgermeister Peter Tschentscher sagte: „Die Botschaft an die AfD und ihre rechten Netzwerke

ist: Wir sind die Mehrheit und wir sind stark, weil wir geschlossen sind und weil wir entschlossen sind, unser Land und unsere Demokratie nach 1945 nicht ein zweites Mal zerstören zu lassen.“ Schon das Wort „Remigration“ von Millionen Bürgerinnen und Bürgern unseres Landes sei eine empörende Verharmlosung, es handele sich um eine Deportation. „Sie wollen die Zeit zurückdrehen, zurück in eine Zeit von Hass und Gewalt.“

Tatsächlich ist die Botschaft an alle Menschen mit Migrationshintergrund:

**Wir sind mehr. Und wir gehören und stehen zusammen. Gerade in St. Georg! ■**





# Ankommen im Islamisch-Albanischen Kulturzentrum e.V.

Text Martin Streb

Die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger St. Georgs werden sich noch erinnern an das große Geschäft für Kinder- und Babybetten am Kleinen Pulverteich 17-21. Nach dessen Schließung wurde das große Gebäude mit Wohnungen und Büros 1985 von der Albanischen Gemeinde erworben.

Der Imam Zuhajrat Fejzulahi richtete auf den Ladenflächen eine Moschee ein mit den dazu gehörigen Räumen im Untergeschoss. Der Imam selbst war Angekommener, der mit seiner Familie in Hamburg blieb. Neben der religiösen Versorgung der ebenfalls angekommenen Menschen vor allem aus Makedonien war es ihm ein großes Anliegen, Jugendliche zu betreuen und von der Straße zu holen. Das Ansehen der „Albaner“ war seinerzeit in Bezug auf St. Pauli nicht besonders

gut und sollte mit Hilfe der Religion gebessert werden. Herr Fejzulahi hat sich dabei von Anfang an in unserem Stadtteil engagiert, z. B. im Sanierungsbeirat Böckmannstraße und im Stadtteilbeirat.

Nach der Kündigung der Büros und Wohnungen konnte er etliche Jahre später Unterkünfte in Großwohnungen für neu Ankommende und Reisende Albanerinnen und Albaner bereithalten. Meist kamen und kommen junge Männer, die in Hamburg Arbeit suchen. Nicht nur freundlicher Empfang und Unterkunft, sondern auch Betreuung und Beratung werden angeboten, um den Ankommenden die Orientierung und Integration zu erleichtern. Unterstützt wurde Herr Fejzulahi von einem seiner Söhne und seinem „Gemeindevorstand“. ■



Foto Markus Schreiber

**Dr. Robert Wohlers & Co**  
 Buchhandlung und Antiquaria  
 Lange Reihe 38  
 20099 Hamburg (St. Georg)  
 Telefon 040 / 24 77 15  
 buchhandlung@dr-wohlers.de



# Beginn der Sprachkurse für

Text H. Johanna Schirmer

**I**m Februar 2022 wurde die Ukraine plötzlich von russischen Soldaten überfallen. Viele dort lebende Menschen flüchteten nach Westen in sichere europäische Länder, auch nach Deutschland. Es kamen viele, wurden hier aufgenommen und eine große Hilfswelle begann. Die Bevölkerung half, so viel sie konnte. Ähnlich wie im Jahr 2016, als unbegleitete Jugendliche kamen, war der Bürgerverein bestrebt, aktiv zu helfen. Vor allem beim Lernen der deutschen Sprache. Es wurde Unterricht in kleinen Gruppen angeboten, die Nachfrage war groß. Dolmetscher und andere Bürger boten sich wie 2016 an, tätig zu sein und mitzumachen. So auch ich.

Die Ukrainer waren erwachsene Menschen, die in ihrer Heimat ihre erlernten Berufe ausgeübt hatten und jetzt versuchen wollten, hier eine neue Lebensgrundlage zu finden. Die Beherrschung der deutschen Sprache war hierzu erforderlich. Die vom Staat angebotenen Sprachkurse schufen die Basis, und die Mitglieder des Bürgervereins, die sich als Lehrende angeboten hatten, unterstützten und erweiterten die schon

vorhandenen Sprachkenntnisse sowie auch die Grundbegriffe der Grammatik. Die Dolmetscher waren eine wertvolle Hilfe.

Nach etwa einem Jahr war so viel Grundwissen vorhanden, dass begonnen wurde, deutsche Texte zu lesen und zu erklären. Der erste gemeinsame Lesestoff umfasste die sieben bekanntesten Märchen der Gebrüder Grimm. Danach lasen wir zusammen Veröffentlichungen aus Zeitungen etc. und nebenbei wurde Grammatik gelehrt und fundiert. Die Nachfrage war inzwischen so groß geworden, dass eine zweite Gruppe gebildet wurde, die überwiegend mit den Grundkenntnissen begann. Deutsche Texte konnten die Ukrainer bald gut lesen, nur den Inhalt der Texte verstanden sie nicht immer. Da habe ich versucht, meine Erinnerungen, ich war damals 10, die Beendigung des Krieges aufzuschreiben. Diese habe ich gemeinsam mit den Ukrainern gelesen.

„Anfang Mai 1945 war der Zweite Weltkrieg zu Ende. Die täglichen Alarmsirenen verstummten und wir fühlten uns befreit von Bombenangriffen und anderen kriegsbedingten Beeinträchtigungen. Seit Kriegsbeginn (1939) hatte der Krieg unser Leben bestimmt. Wenn die Sirenen heulten, mussten wir in den Luftschutzkeller, auch in der Nacht. Wir hörten die Flugzeuge über unser Haus fliegen in Richtung der Innenstadt von Hamburg. Das gab es jetzt nicht mehr, den Krieg hatten wir verloren. Deutschland wurde in vier Besatzungszonen aufgeteilt, die jeweils von einem der Siegerländer geführt wurden. Norddeutschland, also auch Hamburg, wurde die

## Bestattungshaus

Michael Fritzen



**040 · 67 38 09 85**

Tag & Nacht in guten Händen

Hansaplatz 8 · 20099 Hamburg

[www.bestattungshausmichaelfritzen.de](http://www.bestattungshausmichaelfritzen.de)



# ukrainische Flüchtlinge

britische Zone. Die Engländer bestimmten jetzt unser Leben. Die erste Aktion betraf uns sehr direkt, denn unser Wohnhaus wurde zum „Mannschaftsversorgungsort“ bestimmt. Für die 250 Besatzungssoldaten, die in dem Viertel untergebracht waren, musste die Verpflegung organisiert werden. Unsere große Wohnung wurde als Kantine genutzt. Innerhalb von 12 Stunden mussten wir ausziehen, eine Unterkunft fanden wir in der Nachbarschaft.

Wir hatten einen großen Garten, wo wir auch unsere Kaninchen hielten. Da uns erlaubt wurde, die Tiere zu behalten, durften wir, das heißt vorwiegend ich, täglich auf das Grundstück kommen, um die Tiere zu versorgen. Die Soldaten waren zu uns eigentlich nett und gaben uns auch heißen Tee, den besten, den ich je getrunken habe. Die Küche war im Keller untergebracht. Die Engländer aßen nur dickes Weißbrot, von dem die Knüste abgeschnitten wurde und in den Abfall kamen. Wir erhielten zum Essen nur Maisbrot, was schrecklich schmeckte. Und so waren meine ersten englischen Worte **„Please, give me the bread for the rabbits“**. Die Reststücke durfte ich dann für die „Kaninchen“ mitnehmen. Uns schmeckte es ganz ausgezeichnet.“

Die Engländer blieben dort circa neun Monate, dann durften wir wieder in unsere Wohnung zurückkehren. Die ersten Mannschaften waren nett und sie steckten uns manchmal etwas zu, die nachfolgenden Soldaten waren weniger freundlich. Aber ich erinnere mich daran, dass der Chefkoch eines Mittags mich ansprach und meine

Beutel haben wollte. Ich gab sie ihm und er gab sie mir mit einem dicken Klumpen von ungebakkenem Kuchenteig zurück. „Go to your mother and bring it to her“, waren seine Worte. Es war ein wunderbarer Blätterteig, und wir konnten uns damit sattessen. So etwas Gutes kannten wir gar nicht.

Unsere damalige Situation nach dem verlorenen Krieg war sehr schwierig, die Siegermächte bestimmten unser Leben.

**Aber wir haben es überlebt. ■**



**Mieterhöhungsmachtlos?**  
Unser Rat zählt.

Jetzt Mitglied werden

**mieterverein-hamburg.de**  
im Deutschen Mieterbund **DMB**

**879 79-0**

Beim Strohhouse 20 20097 Hamburg

# St. Georg: Durchgangsviertel?

Die Neue Heimat (ein Unternehmen der Genossenschaften) plante Ende der 1960er Jahre den gesamten nordöstlichen Teil unseres Stadtteils abzureißen und durch gigantische Neubauten mit 5 riesigen Hochhäusern und mehreren Verkehrsebenen zu ersetzen. Nach dem Platzen dieser Blase drohte St. Georg zu verfallen. Darauf wurde die Gewos (damals ein Gemeinschaftsunternehmen der Gewerkschaften und der Städte und Gemeinden) mit einem umfänglichen Gutachten beauftragt.

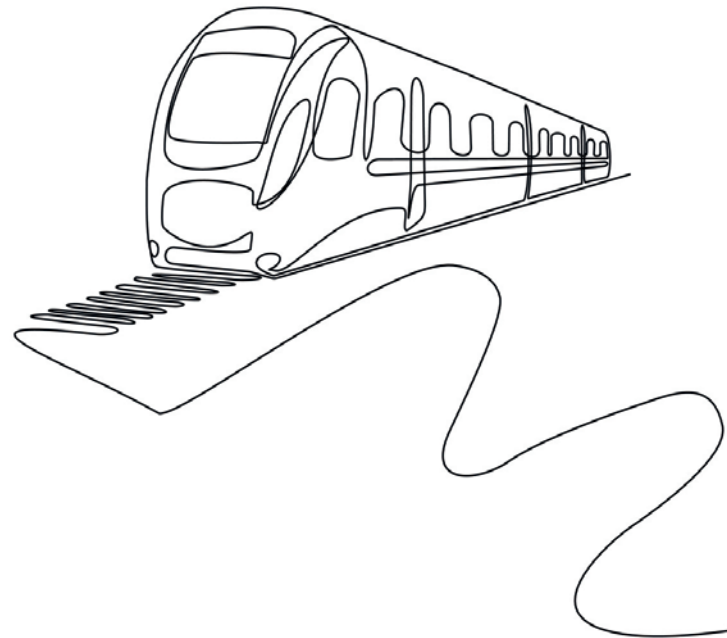
Eine der Aussagen war, dass St. Georg auffällig viele kleine Wohnungen aufwies und eine überdurchschnittliche Fluktuation im Wohnungsbestand herrschte. Das wurde begründet durch das „Ankommen“ vieler Arbeitssuchender und deren Umzug in größere Wohnungen in anderen Stadtteilen, nachdem sie sich gesettelt hatten. Natürlich blieben auch viele. Diese Ankommenden gehören heute zu den Altbürgerinnen und Altbürgern St. Georgs. Meine Familie gehörte nach 1945 auch dazu. Eine weitere naheliegende Begründung war der Hauptbahnhof als Ankunftsort der „Ankommenden“.

## Ist das heute noch so?

Ganz sicher sind der Hauptbahnhof und der nahegelegene ZOB die ersten Anlaufpunkte vieler in unserem Sinne „Ankommender“. Die ersten waren die Italiener, später Portugiesen und Türken und in jüngerer Vergangenheit unsere migrantischen Mitbürgerinnen und Mitbürger aus dem nahen Osten und Afrika. Nicht wenige ein-

zelne Personen und Familien blieben und bleiben bei uns. Damit sind ca. 25% unserer Nachbarn „Ankommende“ oder besser „Angekommene“.

Erinnert sei in diesem Zusammenhang an die große Welle ankommender Flüchtlinge vor etwa 8 Jahren. Meist aus Afghanistan, vorwiegend Familien mit Kindern. Sie wurden in extra aufgestellten Zelten auf dem Hachmannplatz begrüßt und von Bürgerinnen und Bürgern St. Georgs mit warmen Getränken und Essen versorgt. Es war ein eher dramatisches Ankommen. Allerdings reisten die meisten weiter. Also doch eher Durchgangsviertel?





# Bahnhofsviertel?

Text **Martin Streb**

P.S.: Es gibt eine verblüffende neue Aussage zu den Ergebnissen der Gewos bezüglich der hohen Fluktuation in St. Georg.

Das Hamburger Abendblatt veröffentlichte am 17.1.2024 das Ergebnis einer Studie des Statistisches Nord. St. Georg gehört zu den Stadtteilen mit dem geringsten Anteil (14%) an Haushalten die länger als 20 Jahre hier wohnen. Die Behörde für Wissenschaft, Forschung, Gleich-

stellung und Bezirke vermutet, dass sich dies durch den deutlich überdurchschnittlichen Anteil der jungen Menschen erklärt. Sie seien nicht so gebunden und mobiler.

**Uns scheint, es hat sich seit damals nichts wesentlich geändert. Das Ankommen und wieder Wegziehen sind nach wie vor typisch für St. Georg. ■**

## Willkommen im Graumannshof!

Unsere Hausverwaltung - gegründet 1962 von E. Ruth Heister - braucht Verstärkung!

### GESUCHT

wird der Nachfolger oder die Nachfolgerin unseres geschätzten langjährigen Hausmeisters, der in Ruhestand gehen möchte.

### SIE

arbeiten gerne, sind handwerklich vielseitig begabt, flexibel und zuverlässig.  
Mit der gleichen Lust auf Technik wie auf Gartenarbeit ausgestattet,  
sind Sie von Natur aus freundlich und passen in keine Schublade.

### WIR

sind ein kleines Team, arbeiten gerne zusammen und lieben was wir tun:  
Den GRAUMANNSHOF mit all seinen inneren und äußeren Werten hegen und pflegen.

**Sie erreichen uns unter: [mail@graumannshof.de](mailto:mail@graumannshof.de)**

Schöne Grüße  
Martina Heister

# ANGEKOMMEN IM BUNTESTEN

Text **Christine Künzler und Lena Kamphaus**

**Schon immer hier gewohnt oder auf der Durchreise? Vom Kioskbesitzer bis zum Touristen haben wir Menschen gefragt, was sie mit St. Georg verbinden.**

Müsste man St. Georg in drei Worten beschreiben, wären trubelig, touristisch und tough recht treffend. Das lebendige Viertel im Herzen Hamburgs ist ein Ort der urbanen Kontraste: Prostitution und Drogenkonsum auf der einen Seite, Ausgehmeile und teure Hotels gleich daneben. Und mittendrin: die Menschen, die hier leben. Manche sind seit Jahrzehnten zwischen Alsterufer, Hauptbahnhof und Lohmühlenpark zu Hause, andere haben nur kurz Station gemacht. Ob man sich nun in den Stadtteil verliebt oder froh ist, schnell wieder weg zu sein – St. Georg lässt kaum jemanden ganz kalt. Was macht das Viertel aus? Das wollten wir von denen wissen, die ein besonderes Verhältnis zu St. Georg haben. Wie Ibrahim „Ibo“ Tasdelen, dessen Kiosk in der Langen Reihe wohl jeder in der Nachbarschaft kennt.

**„SANKT GEORG IST ANDERS“**

Ibo ist einer, der den schrammeligen Charme St. Georgs liebt und sich angekommen fühlt, das merkt man sofort. Seit 1990 wohnt der gebürtige Bremer in der Langen Reihe. Sein Kiosk 87, seit 16 Jahren im Familienbesitz, ist aus dem Viertel nicht mehr wegzudenken und für viele wie ein zweites Zuhause: Peggy Parnass (Queen of St. Georg) deckt sich hier mit Tageszeitungen ein. Künstlerin Tita do Rêgo Silva kommt ebenfalls gern vorbei, die Wände sind mit ihren Kunstwerken dekoriert. Selbst Sängerin Ina Müller geht bei Ibo ein und aus. Kein Wunder! Neben Kippen, Bier und bei Bedarf Champagner bleibt kaum ein Kundenwunsch offen. Und wenn es die Zeit erlaubt, gibt es einen freundschaftlichen Plausch obendrauf.

**Bei dir ist immer was los. Warum ist dein Kiosk so beliebt und mittlerweile eine echte Institution St. Georgs?**

*„Der Autor Rainer Neumann sagt, unser Kiosk sei der Ankerplatz. Und da ist was dran! Wir fertigen nicht schnell ab, sondern nehmen uns viel Zeit für Kunden. In jedem steckt ja eine Geschichte und ich höre den Leuten eben gern zu. Ich mach einfach gern Klönschnack, so kommt man auch ein bisschen näher zusammen. Und, ohne gute Geister geht's nicht: Heiko und Murat, die mir seit vielen Jahren im Kiosk 87 zur Seite stehen, sind unseren Kunden sehr ans Herz gewachsen.“*

**Ibo, erzähl mal, wie du so zu St. Georg stehst.**

*„Mich bindet hier sehr viel. Ich lebe hier, ich arbeite hier, bin quasi 24 Stunden für den Kiosk da. Meine Jungs sind hier aufgewachsen, zur Kita gegangen und gehen jetzt hier in die Schule. Und sie engagieren sich für ihr Zuhause. Mein Sohn ist seit Kurzem Beisitzer im Juso-Kreisvorstand. Ich sag immer, das ist mein Kiez. Ich liebe das!“*





### Könntest du dir vorstellen, woanders hinzuziehen?

„Ich hab ja früher auch in Altona gewohnt, in Barmbek meine Ausbildung gemacht. Aber St. Georg ist irgendwie anders. Die Unterschiede zwischen den Straßen sind krass. Von der Alster, zur Lange Reihe, zum Steindamm – das sind komplett andere Welten. Vielleicht ist es diese Vielfalt, das Multikulturelle, irgendetwas zieht mich auf jeden Fall hierher. Außerdem kommt man überall schnell hin und die Kinder haben den Lohmühlenpark in direkter Nähe.“

### Wie war St. Georg deiner Meinung nach vor 30 Jahren?

„Natürlich war's hier komplett anders als in Blankenese oder Eppendorf, hier knallte viel aufeinander. Außenstehende hatten da Angst, aber wenn man damit aufwächst, gewöhnt man sich daran. Früher wollte keiner hier wohnen, jetzt schon. Obwohl Armut, Obdachlosigkeit und Drogen immer noch Themen sind, die den Stadtteil bewegen.“

### Was wünschst du dir für St. Georg?

„Für die Lange Reihe und auf die Läden bezogen: mehr Vielfalt. Man sieht kaum noch Einzelhändler, das macht den Charme der Straße kaputt. Spielzeugladen, Fleischerei oder Musikeller – das hat früher Bewegung hergebracht. Wenn du aber nur eine Sorte von Läden hast, wird's für alle langweilig. Da sind auch die Vermieter gefragt, die können das Bild der Straße mitbestimmen. Noch eine Idee, die Lange Reihe weiter zu beleben, wäre zum Beispiel, den Winterpride vor dem Edeka zu platzieren. Dann müssten die Leute die ganze Straße mitnehmen und würden nach ihrem Besuch nicht gleich wieder im Hauptbahnhof verschwinden.“

**UIERTEL DER STADT?**

# STIMMEN AUS SANKT GEORG

## Zu Besuch

*„Nach wenigen Schritten erreichten wir vom Hotel City House eine Straße mit viel Verkehr und reichlich Geschäften. Für uns, die wir dörfliche Idylle gewohnt sind, hinterließ das Stimmengewirr verschiedener Sprachen und die lauten Ansprachen der Händler, welche ihre Waren anpriesen, einen nachhaltigen Eindruck. Beim Schlendern entdeckten wir das Grand Café Back Lava. Dem Flair und Duft der Leckereien konnten wir nicht widerstehen. Eine freundliche Bedienung, duftender Tee, kleine Kostproben des schier unendlichen Angebots an Kuchen und Backwaren sind bleibende Erinnerungen an einen Morgen am Steindamm.“*

**Christian Engelhardt, Rentner aus Thüringen, war fürs Elbjazz 2023 in Hamburg**

## Wieder zurück

*„Ich mag das Dorffeeling und die Nähe zum Wasser, das fehlte mir in Eppendorf. Was ich an St. Georg außerdem so schön entspannt finde, ist dass man sich zum Einkaufen oder für einen Barbesuch aufbrezeln kann, aber nicht muss. Eine Leoleggins oder eine Jogginghose neben einem Anzugträger ist einfach eine gute Mischung. Ein bisschen rough, ein bisschen schick, total hipp und auch immer etwas skurril – das sind die Eigenschaften, die St. Georg spannend machen. Zwei Jahre Eppendorf waren auch schön, aber einfach zu beige.“*

**Maria Schewzow, wohnt seit 2023 wieder in der Langen Reihe**

## Ab ins Grüne

*„Wir haben jetzt in Schleswig Holstein ein Haus mit Einliegerwohnung und Garten, in St. Georg wäre das einfach nicht realistisch gewesen. Schade, denn wir wären auch gern geblieben. Wir fühlten uns als Familie immer sehr wohl, vermissen die Stadt und die Vorteile, die uns das Viertel geboten hat. Und unsere kleine Tochter vermisst noch oft ihre Kita-Freunde. Aber das Leben auf dem Land bringt auch viele neue Perspektiven und schöne Seiten mit sich.“*

**Nicola Jungmann tauschte 2022 nach fast fünf Jahren in St. Georg Stadt gegen Land, nachdem während Corona der Mut zum Mehrgenerationenmodell und Hauskauf geweckt wurde.**



Foto Elena Mullis



## Große Stadtteilliebe

„Wir leben total gern in St. Georg und sind sehr verwurzelt mit dem Viertel. Unser Kind wächst hier auf, wir kaufen hier ein, gehen essen oder Kaffee trinken oder verbringen viel Zeit auf den Spielplätzen. In Kalifornien ist das Leben für uns aktuell sehr anders, weil Vieles so weit voneinander entfernt ist. Zu Hause in St. Georg haben wir alles, was wir brauchen, nebeneinander. Das macht die Logistik im Alltag so viel einfacher.“ Iniobong Essien

„Ich liebe es vor allem, dass es hier so viele unterschiedliche Restaurants gibt und auch so viele Geschäfte. Wir gehen zum Beispiel ziemlich oft am Steindamm Obst und Gemüse und türkische Feinkost einkaufen. Was ich sehr an St. Georg schätze, ist dass der Stadtteil Raum für so viele unterschiedliche Subkulturen bietet. Ich vermisse es, durch die Straßen zu schlendern. An St. Georg ist so toll, dass man alles zu Fuß erreichen kann. Was ich nicht vermisse, ist der Hamburger Winter.“ Marleen Stelter

**Iniobong Essien zog 2006 in eine WG an den Hansaplatz, Marleen wohnt seit 2018 in St. Georg. Für einen Forschungsaufenthalt ging's nach Kalifornien. Das Paar lebt derzeit in einem Vorort von Los Angeles.**

## Zwischen den Welten

„Um ein sicheres Leben zu führen, mussten wir unser Land, unsere Familie und Freunde hinter uns lassen. Für mich war es nicht so einfach, weil ich nicht weg wollte aus der Ukraine. Aber es ging mir in erster Linie um die Sicherheit meiner Tochter. Wir zogen nach Hamburg, weil hier ein enger Freund von uns lebt, er hat uns eingeladen. Außerdem waren die Jobaussichten ganz gut, ich arbeite in der Schifffahrt. Nach anfänglichen Herausforderungen haben meine Tochter und ich uns eingelebt. Ich habe einen guten Job, wir haben neue Freunde gewonnen, die Kleine fühlt sich total wohl in der Kita und spricht inzwischen fließend Deutsch. Für Kinder scheint es einfacher, sich neu einzuleben. Auch wenn ich unser Zuhause sehr vermisse, gibt es für uns viele Gründe, hier zu bleiben und uns ein neues Leben aufzubauen.“ (aus dem Englischen übersetzt)

**Kseniia Prychynenko, floh mit ihrer Tochter im März 2022 aus Odessa**





## Angekommen seit mehreren Generationen

Text Hubert Deppenbusch

**E**s gibt nicht mehr viele Stadtteile, die noch ihre eigene Buchhandlung haben. St. Georg gehört zu diesen privilegierten Stadtteilen. Trotz eines weltweit agierenden amerikanischen Onlinebuchhändlers haben wir in St. Georg noch unseren eigenen Buchladen, der in dritter Generation jetzt von Jürgen Wohlers geführt wird. Es ist einfach ein großes Vergnügen in den Laden zu gehen und zu stöbern. Die aktuellen Neuerscheinungen und Bestseller sind immer da. Kommt man mit einem konkreten Buchwunsch und das Buch ist nicht vorrätig, so können Herr Wohlers und sein/e Mitarbeiter/innen es bis zum nächsten Tag besorgen (meistens). Man ist nicht auf die Produkte eines bestimmten global agierenden Versandhändlers angewiesen, sondern bekommt hier sehr schnell seine Buchwünsche erfüllt.

In einem persönlichen Gespräch machte Herr Wohlers deutlich, wie schwierig es für ihn gewesen sei, als er seinen früheren Laden in dem charmanten Altbau in der Langen Reihe 68 wegen der extrem gestiegenen Mietforderungen und der zunehmenden „Yuppisierung“ aufgeben musste. Doch durch die große Unterstützung von St. Georger Bürger/innen habe er den jetzigen Laden gefunden. Herr Wohlers verdeutlichte, wie wichtig das Lesen von Büchern für den Menschen sei:

**Durch Lesen könnten wir lernen, kritisch zu denken und Texte kritisch zu analysieren. Lesen fördere und stille unseren Wissensdurst. Es sei neben dem Rechnen und Schreiben die wichtigste Kulturtechnik unserer Zivilisation.**

Er möchte durch seinen Laden zum Erhalt dieser Kultur beitragen, aber auch Geld verdienen. Dies werde durch die zunehmende Bedeutung des Internets immer schwieriger. Doch er denke nicht daran aufzugeben. ■

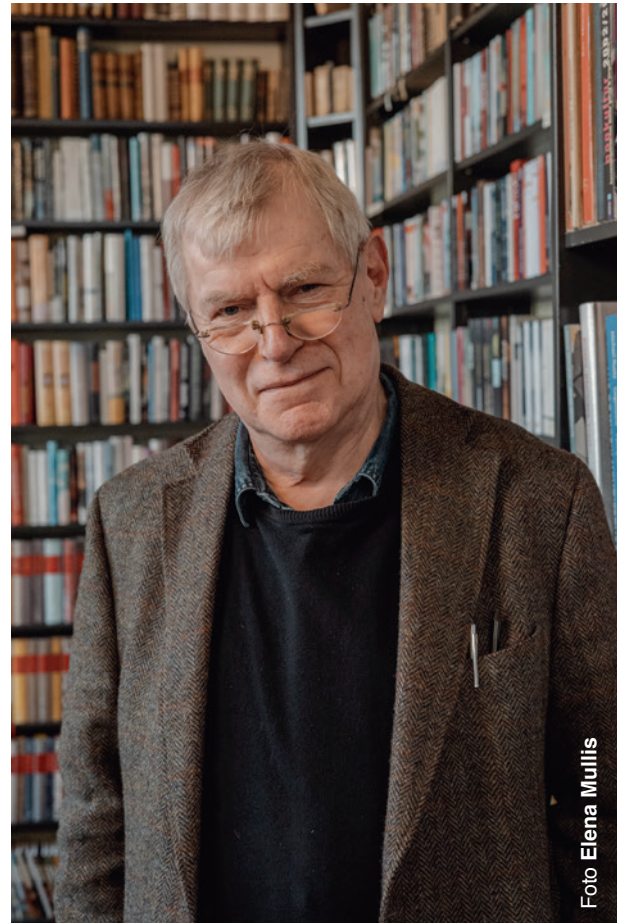


Foto Elena Mullis

# Das Savoy – geliebt!

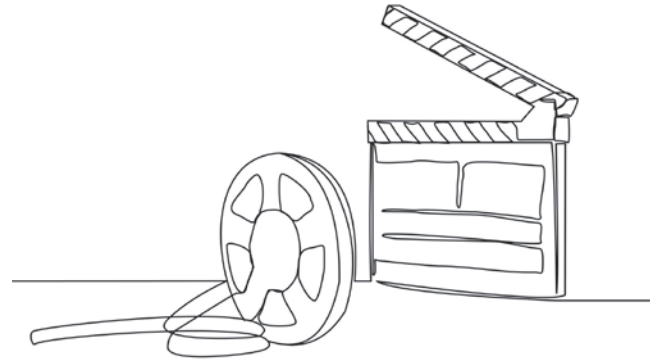
Text **Markus Schreiber**

**V**or über 60 Jahren war das Savoy Filmtheater das modernste Kino Deutschlands. Leider ging es nach einer glorreichen Zeit steil bergab, bis es in den 80er Jahren fünf kleine „Schachtelkinos“ gab und schließlich wurde das Foyer als Verkaufsraum eines Supermarktes und die Kinosäle als Warenlager genutzt. Aber in den Jahren 2008 bis 2011 wurde das Kino übergangsweise als Ausweichquartier für das im Umbau befindliche Metropolis Kino genutzt und ist damit wieder zum Leben erweckt worden.

Leider zog das Metropolis wieder an seinen alten Standort zurück, was sicher auch nicht schlecht ist, aber der Eigentümer des Savoy plante wieder die Umwandlung in einen Supermarkt. In intensiven Gesprächen erreichte das Bezirksamt Hamburg-Mitte (und sein damaliger Bezirksamtsleiter) eine Vermietung an Hans-Joachim Flebbe, der das Savoy für 1,2 Millionen Euro renovieren ließ und zu einem Premium-Kino machte.

Heute hat es 324 Sitzplätze, Sessel mit verstellbaren Rückenlehnen, großer Beinfreiheit und in der ersten Reihe mit ausklappbaren Fußstützen. Es ist barrierefrei eingerichtet und bietet drei Rollstuhlplätze. Die Leinwand misst 18 x 8 m (also 144 qm). Es werden hauptsächlich Filme in Originalfassungen gezeigt.

Neben dem Hansatheater und dem Kabarett-Theater Centrankomitee verfügt der Steindamm damit über das 3. kulturelle Highlight und ist bekannt und beliebt. ■



 <b>St. Georger Notapotheken</b> <b>Nachtdienst:</b> <b>24 Std., ab 8.30 Uhr</b> <small>Kurzfristige Dienständerung vorbehalten, tagesaktuelle Informationen unter</small> <b>Tel. 0800 00 22 8 33</b>
<b>Engel-Apotheke</b> Sven Villnow Steindamm 32 · 20099 Hamburg Telefon 040-24 53 50 <b>Nachtdienst: 19.02.2024</b>
<b>Apotheke zum Ritter St. Georg</b> Hiltrud Lünsmann Lange Reihe 39 · 20099 Hamburg Telefon 040-24 50 44 <b>Nachtdienst: 18.03.2024</b>
<b>Apotheke am Lohmühlenpark</b> Ilker Iskin Steindamm 105 · 20099 Hamburg Telefon 040-28 00 48 49 <b>Nachtdienst: 07.02.2024</b>

# Willkommen auf St. Georg

Text Lutz Johannsen

Seit Januar ist Omer Idrissa Ouedraogo neuer Geschäftsführer der Aidshilfe Hamburg (AHH). Er hat seinen Magister in Psychologie in Burkina Faso absolviert und den Master (M.A.) in sozialer Arbeit in Hamburg erlangt. 2007 kam er nach Deutschland und lernte die AHH als Praktikant kennen. Seitdem arbeitete er bei diversen Aidshilfen in Deutschland. Er leitete das Konzept der Gesundheitsbotschafter\*innen. Dadurch war es möglich, das Café Afrika der AHH zu gründen. Als Sozialpädagoge war ich zuständig für die Schulung von Multiplikator\*innen aus der Migrant\*innen-Community.

„2013 verließ ich die AHH und war bis Oktober 2021 Teil des bundesgeförderten Beratungsprogramms JMD der AWO Hamburg“, erklärt Ouedraogo seinen Werdegang.

Als Berater begleitete er junge Menschen mit Migrationsbiografie in deren Integrationsprozessen. 2021 bis Ende 2023 konnte er als DAH-Fachreferent für Migration der Deutschen Aidshilfe (DAH) und Teamleitung für die Bereiche Migration, Sexarbeit, Drogen und Haft vielfältige Erfahrungen sammeln. Als Jugendleiter interkultureller Jugendbegegnungen und Vorstandsvorsitzender von ABED International e.V. (Träger der Jugendhilfe) engagierte er sich ehrenamtlich. Besonders die Mitgründung des nationalen Netzwerks AGHNIID e.V. (Afrikanisches Gesundheits- und HIV-Netzwerk in Deutschland) war ein wichtiger Punkt in seiner bisherigen Arbeit. In seiner Heimat Burkina Faso war er von 2000-2007 im leitenden Dienst des Sozialdepartements.

Seine Vision für die Aidshilfe Hamburg ist klar:

„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen, sondern möglich machen.“ ■

(Antoine de Saint-Exupéry)



Der ehemalige Geschäftsführer Jörg Korell und der Ehrenvorsitzende der Hamburgischen Regebogenschützen Lutz Johannsen begrüßen den neuen Geschäftsführer Omer Idrissa Ouedraogo.



# Am Sonntag, den 03. März ist es wieder soweit:

Das mittlerweile zehnköpfige Team lädt von **14.00 bis 18.00 Uhr** ein zum Reparatur-Café im Gemeinschaftsraum des Drachenbau-Wohnprojekts (Schmilinskystraße 6a, Hinterhof).

**Welche Dinge können eventuell repariert werden?** Das können Elektrogeräte, Unterhaltungselektronik, begrenzt Computer/Mobiles, kleine Möbel, Textilien sowie Gegenstände aus Metall, Holz, Porzellan, Papier sein. Das System ist offen für neue HelferInnen solange der Platz reicht.

**Natürlich gibt es auch Grenzen:** Nicht jede Reparatur ist möglich, nicht jeder Reparaturversuch wird erfolgreich sein. Eventuell fehlen Ersatzteile, die erst beschafft werden müssen, eventuell ist eine Reparatur zu aufwendig oder zu kompliziert. Es ist dem HelferInnen-Team wichtig, dass es sich bei dem Ganzen nicht um eine Dienstleistung handelt. Helfer:in und Besucher:in versuchen gemeinsam das Problem zu lösen, wobei man auch gut gemeinsam lernen kann.

Also gibt es auch keine Gewährleistung oder Haftung für die Reparatur. In diesem Sinne soll es auch keine Geldspenden geben, sondern wir wünschen uns für das ebenso wichtige gemütliche Miteinander, dass die Besucher:innen Kuchen mitbringen und wir sorgen für Kaffee und Tee. Der Gemeinschaftsraum im Drachenbau mit Küche sowie der Metall- und Holzwerkstatt in der Nähe bietet hierfür gute Möglichkeiten.

**Bitte möglichst anmelden,** und zwar über diese Adresse: [repair-cafe-st-georg@hhgiese.de](mailto:repair-cafe-st-georg@hhgiese.de).



**Das Repair-Café  
St. Georg  
ist wieder da.**

So · 03.03.2024 · 14-18Uhr  
Drachenbau St. Georg · Schmilinskystr. 6a  
Gemeinschaftsraum (im Innenhof)

Reparieren lassen STATT neu. So geht's:



[www.reparatur-initiativen.de/  
repair-cafe-st-georg](http://www.reparatur-initiativen.de/repair-cafe-st-georg)



Schmilinskystr. 6  
20099 Hamburg  
Tel.: +49 (0)40 24 39 08

[www.fahrradladen-st-georg.de](http://www.fahrradladen-st-georg.de)



**Fahrradladen St. Georg**

# GENTRIFIZIERUNG IN ST. GEORG

Wir haben Dr. Andreas Pfadt gebeten, den Fachbegriff Gentrification für die Blätter aus St. Georg zu definieren bzw. zu erläutern.

Seine Ausführungen hier folgend abgedruckt. Er ist dafür hervorragend qualifiziert und mit unserem Stadtteil wie kaum ein anderer vertraut. Als Chef von AKS Hamburg in der Langen Reihe hat er die beiden einzigen formal festgestellten Sanierungsgebiete St. Georgs Lange Reihe und Böckmannstraße betreut und zu Ende geführt. Vorher war er an der TU Harburg Professor für

Die Gentrifizierung ist ein in der Stadtgeografie und in der aktuellen stadtpolitischen Diskussion verwendeter Begriff, der einen sozialen Umstrukturierungsprozess eines Stadtteils beschreibt. Demnach führen die gezielte Aufwertung des Wohnumfeldes sowie Modernisierungs-, Um- und Neubautätigkeiten zu einer Veränderung der Bevölkerungsstruktur durch den vermehrten Zuzug von Bevölkerungsgruppen mit höheren Einkommen.

Diese Veränderung der sozialen Zusammensetzung der Bevölkerung verläuft hauptsächlich über den Wohnungsmarkt: Ein Prozess von Stadterneuerung und Stadtumbau im Rahmen des allgemeinen städtischen Strukturwandels führt zur Aufwertung innerstädtischer Quartiere und damit zu einer Erhöhung der Wohnungs- und Mietpreise, die dann nur noch für Besserverdienende erschwinglich sind. Der Zuzug von Gruppen mit höherem Einkommen stärkt die Kaufkraft, nützt damit dem örtlichen Einzelhandel und in geringem Maße auch der Gastronomie. Menschen mit niedrigem Einkommen dagegen sind auf Sozial-

Stadt- und Landesplanung und ist zurzeit dazu Dozent an der Hafencityuniversität.

Was nun hat Gentrifizierung mit dem Ankommen in St. Georg zu tun?

Sehr viel! Im Zuge des geschilderten Prozesses der Aufwertung und der damit leider einhergehenden Mietsteigerung sind beträchtlich viele Gewerbe- und Wohnungsmietungen an neu Ankommende gegangen, die die neuen Mieten aufbringen konnten. Das Ankommen hat damit eine neue, besondere Qualität erhalten.

Einleitung **Martin Streb**

oder Genossenschaftswohnungen angewiesen oder werden in periphere Stadtteile verdrängt.

Die Frage bleibt, was kann überhaupt getan werden, um solche Verdrängungsprozesse zu mindern? An dieser Stelle wird in der Regel als erstes die ‚Soziale Erhaltensatzung‘ nach §172 Baugesetzbuch genannt. Diese Satzung ist im Kern aber nichts anderes, als dass die „Änderung oder Nutzungsänderung von Anlagen“, wie z.B. die Modernisierung von Wohnungen, genehmigt werden müssen, wenn der Verdacht gerechtfertigt ist, dass eine Luxusmodernisierung beabsichtigt ist. Von diesem Genehmigungsvorbehalt geht eine gewisse Dämpfungswirkung auf das Aufwertungsgeschäft und damit auch auf die Mietpreisentwicklung aus. Ebenfalls preisdämpfend wirken der Bestand von Sozial- und Genossenschaftswohnungen, jedenfalls solange die Sozialbindungen nicht auslaufen.

Aber Instrumente, die einen direkten regulierenden Eingriff in den Wohnungsmarkt ermöglichen, um soziale Umstrukturierungsprozesse zu steuern, stehen der Stadt nicht zur Verfügung.

Text **Dr. Andreas Pfadt**

Jürgen Hartmann †

Kurz vor Weihnachten starb einer der bekanntesten St. Georger, unser Jürgen Hartmann. Der bekannte Modeschöpfer aus St. Georg, der viele, viele prominente Damen der Gesellschaft einkleidete, hatte über Jahrzehnte sein Atelier an der Alster. Hier gingen Hildegard Knief, Ilse Werner, Heidi Kabel, Dagmar Berghoff und Hannelore Greve ein und aus.

Jürgen Hartmann sagte von sich selbst: „Alles, was in Deutschland gesungen hat, kam zu mir!“ und wurde von ihm eingekleidet. Legendär waren seine Modenschauen im Atlantik und Hotel Elysee.

Darüber hinaus fertigte Jürgen Hartmann auch Kostüme für das Thalia-Theater und das damalige Theater von Helga Feddersen „Theater am Holstenwall“.

Sein großes Hobby war der Gesang. Jürgen Hartmann hatte sich hier ausbilden lassen und liebte es, selbst zu singen. Für den Bürgerverein St. Georg trat er stets auf den Seniorenveranstaltungen auf und begeisterte seine Fans.

Zusammen mit Ralf Pavlicek organisierte er alle Feste des Vereins in den 60er und 70er Jahren. In Erinnerung bleibt besonders ein Fest auf dem Hansaplatz. Am 100. Geburtstag von Hans Albers traten hier auf seine Initiative hin mehrere Freundinnen von Hans Albers auf, darunter Hildegard Knief, Ilse Werner und Angèle Durand.

Jürgen Hartmann erhielt vom Bürgerverein die silberne Ehrennadel.

„Er wird unvergessen bleiben.“

Beste Grüße  
Voigtland

ABSCHIED

*Schmuck*

Gold • Silber • Platin  
aus eigener Meisterwerkstatt



Umarbeitungen  
Anfertigungen  
Reparaturen

GOLDSCHMIEDE  SILVIA SELIGER  
Koppel 106 20099 Hamburg Tel: 040-455902  
silvia.seliger@web.de www.silvia-seliger.de  
Öffnungszeiten: Di-Fr: 10-18 Uhr Sa: 10-14 Uhr



Apotheke  
zum Ritter St. Georg

**Mit Herz und  
Kompetenz  
für Ihre Gesundheit**

Wir beraten  
Sie gerne!

Medikamente „to go“,  
für Sie sortiert nach  
Einnahmezeitpunkten.  
Unser Service –  
Ihr individueller  
Medikamentenblisten

Lange Reihe 39  
20099 Hamburg

Tel. 040 / 24 50 44  
oder gerne auch per E-Mail:  
info@apo-zum-ritter.de



# Omega 3 statt Schmerztabletten

Text Lena Kamphaus

**Apotheker geht innovativen Weg zur Linderung der Ursachen und nicht der Symptome**

Wann haben Sie die letzte Schmerztablette eingenommen? Und in welcher Frequenz nehmen Sie Schmerzmittel ein? Erschreckend ist die Zahl der Menschen, die laut Deutschem Ärzteblatt täglich Schmerzmittel konsumieren: 1,9 Millionen Menschen nehmen täglich Schmerzmittel. „Ein großes Problem liegt darin, dass Symptome behandelt werden, und nicht die Ursachen“, so Ilker Iskin, Apotheker und Inhaber der Apotheke am Lohmühlenpark. Er möchte auf dieses Problem aufmerksam machen und Lösungen anbieten.

Beschwerden, die mit Schmerzmitteln „behandelt“ werden, sind häufig auf Entzündungen zurückzuführen, die von Schmerzen begleitet sind. An chronischer Gelenksarthrose und der rheumatischen Verlaufsform Arthritis beispielsweise erkranken mehr als 50% im Laufe ihres Lebens. In zahlreichen Studien wird die entzündliche und schmerzlindernde Wirkung von Omega 3 dokumentiert. Dabei ist Omega 3 aber nicht gleich Omega 3. Wichtig ist die entzündliche Komponente EPA, die es nur im marinen Omega 3 gibt, sprich in Fisch oder Algenöl.

**Omega 3 Fettsäuren sind für die gesunde Entwicklung und Funktion jeder Körperzelle wichtig.**

Der Mangel an Omega 3 Fettsäuren in der Nahrung und die Verschiebung hin zu einem übermäßigen Anteil an Omega 6 Fettsäuren, versetzt den

Körper in eine übermäßige Bereitschaft, entzündlich zu reagieren. Omega 6 ist beispielsweise in hohem Maße in Sonnenblumenöl enthalten, womit viele industriell frittierten Produkte wie Chips und Pommes Frites hergestellt werden.

## Omega 3 unterstützt nachweislich...

... **bei der Reduktion von Entzündungsprozessen:** Es hilft bei Allergien, Asthma, Migräne, Multiple Sklerose oder Rheuma

... **das Immunsystem:** Eine unzureichende Versorgung hat erhebliche Konsequenzen für den Schutz vor Infektionskrankheiten

... **Zellgesundheit:** Die Entwicklung und reibungslose Funktion der Zellen, des Gehirns, des Nervensystems und der Netzhaut benötigen Omega 3

... **Hormonbildung:** Omega 3 dient als Ausgangsstoff für Botenstoffe und bei der Hormonbildung.

... **Darmgesundheit:** Omega 3 unterstützt eine gesunde Darmflora sowie die Anzahl und Vielfalt der guten Darmbakterien. Bei entzündlichen Darmerkrankungen (z. B. Morbus Chron) oder dem Leaky-Gut-Syndrom helfen Omega 3 Fettsäuren erfolgreich.

... **Gehirn/Nervensystem:** Omega 3 reguliert den Informationsaustausch und die Reizübertragung im Gehirn, wirkt stimmungsaufhellend und harmonisierend auf den Nervenbotenstoffwechsel (z. B. Serotonin) und fördert die Hirnleistung. Omega 3 wird erfolgreich bei ADHS, Depressionen, Demenz und zur Förderung der Gedächtnisleistung eingesetzt.

... **die Schutzbarriere der Haut und Schleimhäute:** Omega 3 Fettsäuren helfen bei Hauterkrankungen wie Neurodermitis und Psoriasis.

... **Gelenke/Knochen:** Omega 3 unterstützt die Gelenkgesundheit und die Entwicklung stabiler Knochen. Zudem hilft es bei der Behandlung von Arthrose oder Osteoporose.

... **Herz-Kreislauf-System:** Omega 3 stabilisiert die Herzkraft, den Herzrhythmus, senkt erhöhte Blutdruck- und Blutfettwerte (z. B. Tricycleride), unterstützt die Entgiftung des Gefäßgifts Homocystein, verbessert die Fließeigenschaften des Blutes und die Sauerstoffversorgung der kleinen Gefäße. Omega 3 beugt der Geldrollenbildung (Thrombozytenaggregation) und der Entwicklung von Herzkrankheiten vor, z. B. Herzinfarkt oder Schlaganfall.

**Krebs:** Das Risiko an Krebs zu erkranken wird durch Omega 3 verringert. EPA/DHA unterstützen die Wirksamkeit der Krebstherapie, verringern deren Nebenwirkungen und verbessern die Lebensqualität der Menschen mit einer Krebserkrankung.

**Sport und Stress:** Auch Profisportler, Berufstätige und Stressgeplagte profitieren nachweislich von Omega 3. ■



# VORTRÄGE zur Zellgesundheit



**Nächster Termin vor Ort in der Apotheke  
ab 18:30-20 Uhr: 28.02.2024**

TRINKWASSER -  
DIE WAHRHEIT ÜBER UNSER  
WICHTIGSTES LEBENSMITTEL

DIE BASIS DER  
ZELLGESUNDHEIT -  
EINFLUSS VON OMEGA 3

KOSTENLOSE  
TEILNAHME

INKL. SNACKS &  
GETRÄNKE

APOTHEKE AM LOHMÜHLENPARK  
grün und günstig

apo@apotheken-am-lohmuehlenpark.de  
Inhaber: Apotheker Ilker Iskin e.K.  
Steindamm 105 • 20099 Hamburg  
Telefon: 040-28004849  
Telefax: 040-28004181  
Amtsgericht: Hamburg HRA 109918

**Omega-3: Das Öl des Lebens als Schlüssel zu Gesundheit!**

Wir sind evolutionstechnisch nicht gebaut für die Umwelt, die wir uns in den letzten 70 Jahren selber so schnell gebaut haben. Wir machen uns kaputt und merken es nicht mal, weil wir fehlgeleitet wurden und immer noch werden.

*Es wird Zeit für eine Revolution!*

Der Mangel an Omega-3-Fettsäuren in der Nahrung und die Verschiebung hin zu einem übermäßigen Anteil an Omega-6-Fettsäuren, versetzt den Körper in eine übermäßige Bereitschaft, entzündlich zu reagieren. Die wertvollen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) in marinem Omega-3 sind für die gesunde Entwicklung und Funktion jeder Körperzelle wichtig. Sie helfen bei einer Vielzahl von Erkrankungen, können deren Therapie optimieren und die Lebensqualität verbessern.

## ■ Ausgewählte Termine

---

**Ohnsorg-Theater**, Heidi-Kabel-Platz 1

bis 24.02.: „**Der letzte Pinguin**“

ab 25.02. (Premiere) bis 03.04.: „**Bittersüsse Zitronen**“

**Das Savoy Filmtheater**, Steindamm 54

zeigt immer am ersten Mittwoch im Monat, jeweils um 11 Uhr, einen Film in deutscher Sprachfassung. **Eintritt nur 6 €**

**Deutsches Schauspielhaus**, Kirchenallee 39

03.02. / 19.00 Uhr: „**Richard the Kid & the King**“

07.02. / 19.30 Uhr: „**Effi Briest – allerdings mit anderem Text und auch anderer Melodie**“

08.02. / 19.30 Uhr: „**Macbeth**“

14.02. / 20.00 Uhr: „**Oliver Masucci: Träumertänzer**“ - Lesung

21.02. / 20.00 Uhr: „**Poetry Slam - Dead Or Alive**“

24.02. / 19.30 Uhr: „**Die acht Oktavhefte**“ - v. Franz Kafka

27.02. / 20.00 Uhr: „**The Billy Joel Songbook**“

**Museum für Kunst und Gewerbe**, Steintorplatz

bis 28.04.: „**Contemporary Craft**“ - Margit Jäschke

bis 20.05.: **Inspiration Japan**

**Bürgerverein zu St.Georg v. 1880 e.V.**

jeden Montag 17-18.00 Uhr : **Gymnastikgruppe mit Yoga-Elementen** - telefonische Absprache: **Undine Fuchs 0176-78100828**

**Kulturladen St. Georg**, Alexanderstraße 16

bis 10.02.: „**Viel Bewegung am Besenbinderhof**“ - Ausstellung der Geschichtswerkstatt St. Georg

02.02. / 19.30 Uhr: „**Plattsnacker-Avend**“ Ralph Glomp singt siene Leder op Platt

09.02. / 20.00 Uhr: **Jazzmeile presents: “TrioSol”**

16.02. / 20.00 Uhr: **Lesung: “Posch & Bruchlos”**

23.02. / 20.00 Uhr: „**TB-Quartett**“ Lettische Lieder

**CENTRALKOMITEE**, Steindamm 45 - **Programme unter [www.centralkomitee.de](http://www.centralkomitee.de)**

06./13./20./27.02. / 20.00 Uhr „**STAND UP KOMITEE**“ - **COMEDY- Eine Show wie ein Feierabendbier - lecker, frisch und verdient. Lust zum aufzutreten? Anmeldung unter: [anmeldung@kulturbereichsbetrieb.de](mailto:anmeldung@kulturbereichsbetrieb.de)**

10.02. / 20.00 Uhr: „**Passun Azhand**“ - Comedy

16.02. / 20.00 Uhr: „**TAXI UHR LÄUFT**“ Eva Karl Faltermeier

18.02. / 19.00 Uhr: „**Frauen leben Mut**“ Chor Hamburger Gewerkschafterinnen und Gewerkschafter

24.02. / 20.00 Uhr: „**Pit Hartling wirkt Wunder**“ - **STAND UP ZAUBERKUNST**

**Zauber-Salon Hamburg**, Hansaplatz 8 - **Platzreservierung vorab erforderlich: [abc@wittuswitt.de](mailto:abc@wittuswitt.de) oder 040-41542674**

jeden Freitag um 21.00 Uhr in der Galerie-W, Hansaplatz 8.

**Es erwarten Sie 70 Minuten Zauberkunst aus aller nächster Nähe. Eintritt 27.50 €**

**Hansa-Theater**, Steindamm 17

bis 03.03.: „**Varieté im Hansa -Theater**“ - präsentiert vom St. Pauli Theater, dem Hamburger Abendblatt und dem Strauchs Falco

**Hamburger Kunsthalle**, Glockengiesserwall 5

bis 25.02.: **HERAUSRAGEND! Das Relief von Rodin bis Taeuber-Arp**

bis 01.04.: **CASPAR DAVID FRIEDRICH - Kunst für eine neue Zeit**



**Deutschlands renommiertester Zauberünstler verzaubert Sie**

**Zaubermuseum Bellachini**

**WITTUS WITT**

Fr-So 11 –18 Uhr  
 Jeden Fr + Do. Zaubershow 21 Uhr  
 Karten: abc@wittuswitt.de  
 040 41 54 26 74

**TAGESPFLERGE ST. GEORG**

**TAGESBETREUUNG FÜR SENIOREN**

**WIR SIND AUCH JETZT FÜR SIE DA!**

- kleine Gruppen
- häusliche Atmosphäre
- umfangreiches Hygienekonzept
- Entlastung pflegender Angehörigen
- individuelle Betreuung, auch für Menschen mit Demenz

**Wir freuen uns auf Sie!**  
 Alexanderstr. 24 • 20099 HH  
 Tel. 040 - 2840 7847 0  
 www.diakonie-alten-eichen.de

im Verband der  
**Diakonie**  
 Alten Eichen

## Aufnahmeantrag

Privat [ ]

Unternehmen [ ]

Firma: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_

Straße + Haus-Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ Student: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Mit meiner Unterschrift beantrage ich die Aufnahme in den Bürgerverein zu St. Georg von 1880 e.V. und erkenne die Satzung nebst Beitragsordnung als verbindlich an. Außerdem bestätige ich, dass ich Informationen zum Datenschutz gelesen und verstanden habe. Satzung, Beitragsordnung und Datenschutzerklärung befinden sich auf der Webseite

[www.buergerverein-stgeorg.de](http://www.buergerverein-stgeorg.de)

Ort \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Bürgerverein zu St. Georg, die Beiträge von meinem nachfolgenden Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Bürgerverein zu St. Georg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

Hinweis: Sie können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Ort \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Jahresbeitrag: Privatpersonen (60,00 EUR); Unternehmen (120,00 EUR); Ehepartner / eingetragene Lebenspartner (30,00 EUR), Studenten und Personen bis 30 Jahre (30,00 EUR)

**Herausgeber:**

Bürgerverein zu St. Georg von 1880 e.V.  
Hansaplatz 7, 20099 Hamburg

**Redaktion:**

Lena Kamphaus V.i.S.d.P.  
redaktion@buergerverein-stgeorg.de

**Layout und Gestaltung:**

Danielle Reinhardt

**Verlag & Anzeigen:**

KAREE Verlag  
Hansaplatz 2  
20099 Hamburg

Die veröffentlichten Artikel geben stets ausschließlich die Meinung des jeweiligen Autors, der jeweiligen Autorin wieder, nicht die der Redaktion!

**Erscheinungsweise:**

monatlich, Auflage: 3.000  
www.buergerverein-stgeorg.de

**Erscheinung:**

jeweils Anfang des Monats

**Druckerei:**




WirmachenDruck.de



bürgerverein st. georg  
Vereinskonto bei der Haspa:  
IBAN: DE83 2005 0550 1230 1278 03



Bürgerverein zu St. Georg · Hansaplatz 7 · 20099 Hamburg  
ZKZ C 4571 PSdg +2 Deutsche Post 



Lades - Dein Nr. 1 türkisches Restaurant in Hamburg am Steindamm 70  
www.lades-restaurant.de +49 (0)40 4028055973



**„Hamburg räumt auf!“ ... und der Bürgerverein macht mit!**

Der Hansaplatz ist der schönste Platz in Hamburg  
und ein touristischer Anziehungspunkt...  
...und wir wollen dafür sorgen, dass das so bleibt!  
Dafür brauchen wir möglichst viele freiwillige Helfer,  
die uns dabei unterstützen den Platz zu säubern...  
...umso schneller sind wir damit fertig!

**Treffpunkt: 10. März um 15.00 Uhr** - Hansabrunnen auf dem Hansaplatz!