

R I S E

WIR FEIERN.

RAHLSTEDT OST 60

RAHLSTEDT-OST ■ INFORMATIONEN ■ Ausgabe 01/23



Großes Jubiläum
Rahlstedt-Ost wird 60 Jahre – wir feiern!

Frisches aus dem Garten Hegen

Seite 12

Jetzt wird getrommelt & gelacht!

ab Seite 9

Kommt alle zum RISE-Jubiläumsprogramm

2023 wird groß gefeiert!

ab Seite 4



Foto: J. Tschierske

...und noch viel mehr auf www.rahlstedt-ost.de

Dies ist die **Ausgabe 1/2023** der **R.O.S.I. (Rahlstedt-Ost Informationen)** – von Rahlstedt-Ostlern für Rahlstedt-Ost & rund um Rahlstedt-Ost – mit aktuellen Informationen rund um **die Integrierte Stadtteilentwicklung** und neuen Berichten aus Rahlstedt-Ost.

Außerdem gibt es **Neues aus dem Stadtteilbüro**: In unserem Gebietsentwicklerinnen-Team für Rahlstedt-Ost gibt es dieses Jahr **Veränderungen**.

Alina Csambal legt eine Pause ein und dafür übernimmt unsere **Kollegin & langjährige Gebietsentwicklerin Alexandra Quast**.

Zudem freuen wir uns über **männliche Verstärkung**, denn **Andreas Zimmer** unterstützt uns im Rahmen des **60-jährigen Stadtteiljubiläums**.

Wir alle wünschen nun viel Spaß beim Lesen!



Alexandra Quast



Andreas Zimmer

Aktuelles aus der RISE Stadtteilentwicklung

| | |
|--------------------------------------------|--------|
| Weiterhin grünes Licht für RISE! | S. 3 |
| Alles zum großen Jubiläumsjahr ... | S. 4 |
| Neues aus dem Stadtteilbeirat | S. 6 |
| Das Lichterfest & neues Angebot: Lach-Yoga | S. 8+9 |
| Die Trommelgruppe stellt sich vor | S. 10 |

Berichte aus Rahlstedt-Ost

| | |
|----------------------------------------|-------|
| Auch der Garten Hegen feiert Jubiläum! | S. 12 |
|----------------------------------------|-------|

Termine & Vorschau

S. 16

Impressum

Herausgeber

Johann Daniel Lawaetz-Stiftung
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9
22149 Hamburg

V.i.S.d.P.

Johann Daniel Lawaetz-Stiftung
im Auftrag des Bezirksamtes
Wandsbek Fachamt Sozialraum-
management

Layout & Satz:

Jutta Tschierske

Auflage: 3.750

Druck: safer-print GbR

Die Zeitung wird vom Bezirksamt
Wandsbek aus Mitteln des Rahmen-
programms Integrierte Stadtteil-
entwicklung finanziert.

Es kann weitergehen: die Fortschreibung IEK wurde beschlossen:

Weiterhin grünes Licht für RISE bei uns!

Rahlstedt-Ost soll sich bis Ende 2025 zu einem noch attraktiveren Wohnstandort mit eigener Identität und höherem Freizeitwert entwickeln. Dafür wurde das Quartier vom Hamburger Senat als Fördergebiet im Rahmenprogramm Integrierte Stadtteilentwicklung (RISE) festgelegt.

Der seit fünf Jahren laufende **RISE-Prozess** wurde nun zur Mitte der Förderlaufzeit bewertet und das Entwicklungskonzept für Rahlstedt-Ost fortgeschrieben.

Seit Sommer 2018 sind die Gebietsentwicklerinnen des Stadtteilbüros im Auftrag des **Bezirksamtes Wandsbek** zur Umsetzung der Projekte im Einsatz. Die laufende **RISE-Stadtteilentwicklung** wurde nun zur Mitte der Förderlaufzeit bewertet und das **Integrierte Entwicklungskonzept (IEK)** für Rahlstedt-Ost fortgeschrieben – das heißt, es wurde um neue Projektideen ergänzt und angepasst. Im Integrierten Entwicklungskonzept werden konkrete Vorhaben benannt, die Rahlstedt-Ost bis Ende 2025 aufwerten sollen. Finanziell gefördert werden die Maßnahmen **aus Mitteln der Städtebauförderung** und weiteren öffentlichen und privaten Geldern.

„Viele Ihrer Ideen aus der „Offenen Werkstatt“ sind dabei!“

Um auch die großen und kleinen Bewohnerinnen und Bewohner aus Rahlstedt-Ost an der Bewertung

bislang abgeschlossener und laufender Projekte sowie an der Entwicklung neuer Ideen zu beteiligen, hat am **20. Mai 2022** die **„Offene Werkstatt“** stattgefunden. Die Ergebnisse sind in die Fortschreibung des Konzeptes eingeflossen.

Das fortgeschriebene Konzept wurde anschließend mit allen beteiligten Akteurinnen und Akteuren, Fachbehörden sowie Fachämtern abgestimmt, der Politik vorgestellt und letztendlich vom zuständigen **Leitungsausschuss Programmsteuerung RISE** (kurz **LAP**) am 19. Dezember 2022 beschlossen. Das **Konzept samt den beinhalteten Projekten kann somit weiterhin in Rahlstedt-Ost bis zum Ende der Förderlaufzeit umgesetzt werden.**

„Was dabei alles so passiert, erfahren Sie immer zuerst hier in der R.O.S.I.!“

Biene Rosi, fleißige Stadtteil-Reporterin in Rahlstedt-Ost





60-jähriges Stadtteil-Jubiläum in Rahlstedt-Ost

Unser kunterbuntes

Es ist so weit: die *Siedlung Rahlstedt-Ost* kann in diesem Jahr auf eine *60-jährige Geschichte* zurückblicken!

Und das wird 2023 mit *vielen bunten Aktionen und Veranstaltungen* im gesamten Quartier gefeiert werden – alle dürfen sich vorfreuen ...

Wir möchten alle Bewohnerinnen und Bewohner sowie Akteurinnen und Akteure in Rahlstedt-Ost dazu einladen, gemeinsam mit uns im Rahmen der **Integrierten Stadtteilentwicklung** das **60-jährige Bestehen der Siedlung** zu feiern.

Alles begann im Jahr 1963...

Damals nämlich begann der Bau auf grüner Wiese und mittlerweile hat sich Rahlstedt-Ost zu einem **naturnahen & familienfreundlichen Quartier** mit ganz eigenen Qualitäten am östlichen Stadtrand (weiter-)entwickelt.

Wir möchten das Jubiläumsjahr dazu zu nutzen, das **RISE-Fördergebiet Rahlstedt-Ost** und seinen ganz eigenen Charme öffentlichkeitswirksam zu präsentieren und mit allen viel zu feiern.

Hierzu haben wir – das Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost – in Kooperation mit den Einrichtungen vor Ort, ein **umfangreiches Jahresprogramm** für Sie auf die Beine gestellt:

Freuen Sie sich auf bereits bekannte Aktionen wie den **Fahrrad-Aktionstag** (siehe rechts), einen **Kurzfilmspaziergang** (diesmal für Erwachsene), viele **Konzerte** in der Kulturkirche Rahlstedt und **Naturführungen** für Groß & Klein, ... Aber es wird auch ganz Neues geboten – wie **Tanzveranstaltungen** auf dem PENNY-Parkplatz, ein **Open Air Kino** im Garten Hegeneck und eine **Wanderausstellung mit historischen Bildern** vom Quartier.

Im September lassen wir es dann krachen!

Den Höhepunkt der Feierlichkeiten bildet das **Stadtteilstoffest am 2. September 2023** in Kooperation mit dem **Jugendzentrum Startloch** – die neue Hamburger **Stadtentwicklungssenatorin Karin Pein** und **Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff** werden ebenfalls an den Feierlichkeiten teilnehmen und die Grußworte sprechen.

„Das komplette Jubiläums-Jahresprogramm bekommen Sie bei uns im Stadtteilbüro.“

Alina Csambal, Gebietsentwicklerin

WIR FEIERN.



Jubiläumsjahr 2023!

Zudem dürfen wir Ihnen **unser Jubiläums-Logo** präsentieren – zum ersten Mal hier oben auf dieser Seite. Die Logo-Entwürfe wurden im Rahmen einer Sitzung des Stadtteilbeirates Rahlstedt-Ost präsentiert, diskutiert & dann final abgestimmt. Das Endergebnis ist **bunt, freudig & vereint alle vier Farben** des bereits bekannten Logos „typisch Rahlstedt-Ost“. Das Jubiläums-Logo wird bei allen geplanten Aktionen zum Einsatz kommen.

Auch finden Sie das Jubiläums-Logo auf Bannern **an all den Einrichtungen im Quartier**, die sich an Aktionen und Veranstaltungen im Rahmen des Jubiläumsprogramms **beteiligen**. Halten Sie also Ausschau: wo unser buntes Jubiläums-Logo sich zeigt, steckt immer viel Neues, Buntes & fröhliches Feiern dahinter...

Seien Sie gespannt & lassen Sie uns gemeinsam viel feiern!

Auftakt des Jubiläums & Vorstellung des Jubiläumsprogramms

Großer Fahrrad-Aktionstag am 19. März!

19. März 2023, 13 – 17 Uhr
auf dem PENNY-Parkplatz, Hegeneck 7-9

Was Sie erwartet:

Kostenloser FrühjahrsCheck für Ihr Rad (**Wichtig:** Terminvergabe im Stadtteilbüro oder online unter rahlstedt-ost.de), **Smoothie-Bike**, Vorstellung des **neuen Leih-Lastenrades** samt Namenssuche, **Wanderausstellung** mit historischen Fotos sowie Musik & jede Menge Spaß – mit dabei sind u.a. **Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff**, Klimamanager des Bezirks und die Polizei Hamburg.



Foto: Lawaetz-Stiftung

Aktuelles vom Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost



Das Jahr 2023 startet sauber:

Frühjahrsputz – der Stadtteilbeirat packt mit an!

Kaum hat der Stadtteilbeirat in seiner Weihnachtssitzung das Jahr 2022 in gemütlicher Runde bei Punsch und Leckereien Revue passieren lassen, wird **im neuen Jahr 2023** schon wieder **tatkräftig und voller Energie** durchgestartet – zuallererst mit einem **ordentlichen Frühjahrsputz in Rahlstedt-Ost im Rahmen von „Hamburg räumt auf!“**.

In der **Online-Novembersitzung** des Stadtteilbeirates waren einige Gäste eingeladen, die über spannende Projekt berichtet haben.

Unter anderem stellte das Planungsbüro **„Hunck+Lorenz Freiraumplanung“** das Freiraumkonzept zur Gestaltung des Außenbereiches des **Jugendzentrums Startloch** vor. In dem vorgestellten Vorentwurf sind die Ergebnisse der Jugendbeteiligung eingeflossen, die das Stadtteilbüro in Kooperation mit dem Startloch durchgeführt hatte.

Der aktuelle Entwurf sieht unter anderem eine Feuerstelle mit Sitzmöglichkeiten, Holzterrassen (abgehend vom Haupt- als auch Gruppenhaus), einen Aktivbereich mit Parcoursspots, einer Tischtennisplatte und einem Basketballplatz vor.

Im Aktivbereich rund um den Basketballplatz sind Mauer und Sitzkanten vorgesehen, die auch zum Skaten genutzt werden können.

Zum anderen war **Herr Afroukhte** von der **HAW Hamburg** eingeladen und informierte über das Projekt **„BESSER Gesund Leben – Gesundheitsförderung von Menschen mit Lernschwierigkeiten“**.

In der **Weihnachtssitzung im Dezember** geht es in der Regel gemütlich und besinnlich zu. Gebietsentwicklerin **Vanessa Steenwarber** vom Stadtteilbüro fasste im Jahresrückblick die im Jahr 2022 durchgeführten Projekte und Aktionen zusammen – darunter der **Fahrradaktionstag** im Mai mit dem

BEIRATS-TERMINE '23

| | |
|--------------------|----------------------|
| 30. März | 24. August |
| 27. April | 28. September |
| 25. Mai | 19. Oktober |
| 29. Juni | 23. November |
| Sommerpause | 07. Dezember |

Der Stadtteilbeirat trifft sich **öffentlich** in der Regel **an jedem 4. Donnerstag im Monat um 18.00 Uhr** im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost.

Eine **Online-Teilnahme** ist ebenfalls möglich. Für weitere Informationen erkundigen Sie sich bitte bei uns im Stadtteilbüro.



Foto: J. Tschierske

Der Kurzfilmspaziergang mit „A Wall is a Screen“ für Kinder am Nikolaus-Abend 2022 fand großen Zuspruch und die einzelnen Filme an den Hauswänden wurden mit viel Gelächter begeistert beklatscht!

kostenlosen Fahrradcheck, die **Naturführungen** und **historischen Rundgänge** im Rahmen der Entdeckungstouren, das **Internationale Lichterfest** sowie zum Abschluss des Jahres der **Kurzfilmspaziergang mit „A Wall is a Screen“**, bei dem die Hausfassaden zur Kinoleinwand wurden. Zudem gab es einen **Ausblick** auf die im Jahr 2023 anstehenden Maßnahmen und Veranstaltungen, die insbesondere anlässlich des **60-jährigen Stadtteiljubiläums von Rahlstedt-Ost** als buntes Jahresprogramm stattfinden werden.

In der **ersten Beiratssitzung 2023** im Januar hat der Stadtteilbeirat beschlossen, tatkräftig den Frühjahrsputz in Angriff zu nehmen und an der **Hamburger Aktion „Hamburg räumt auf“** teilzunehmen. Die gemeinsame Müllsammelaktion hat in Kooperation mit der **Ballin Kita** an der Stellau und dem Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost am **Freitag, den 24. Februar 2023** stattgefunden. Gesammelt wurde vor allem nördlich des Hegenecks. Nach getaner Arbeit gab es eine kleine Stärkung für die großen und kleinen Helferinnen und Helfer. Den Tag zuvor waren bereits die Kinder der **Kita Markuskirchengemeinde** in Kooperation mit der **SAGA** und **ProQuartier** in Sicherheitswesten und mit Greifzangen & Müllbeuteln ausgestattet südlich des Hegenecks unterwegs.

Außerdem wurden wie immer tolle Projekte aus den Mitteln des Verfügungsfonds gefördert – darunter die Fortführung der **Trommelgruppen** und des **Lachyoga-Angebots**.

Erfahren Sie hierzu mehr auf den nächsten Seiten!



Foto: Lawaetz-Stiftung

Fleißig wurde am 24. Februar 2023 mit Profi-Ausrüstung aufgeräumt. Das Ergebnis kann sich sehen lassen!



Foto: Erziehungshilfe e.V.

bislang aus dem Verfügungsfonds

GEFÖRDERTE PROJEKTE '23

- 1. Lachyoga**
Antragstellerin: Lachyoga-Coach Maren Seemann
- 2. Fortführung Trommelgruppen**
Antragstellende: Trommelgruppe „Drum the World“
- 3. Stoffe & Nähzubehör**
Antragstellende: Offene Nähgruppe Rahlstedt-Ost

Der Beirat fördert Ideen:

Haben Sie auch **Ideen für kleine Projekte** für und in Rahlstedt-Ost?

Mehr Informationen sowie den Antragsvordruck erhalten Sie **im Stadtteilbüro** oder unter **www.rahlstedt-ost.de**

Großer Zulauf beim Laternenfest 2022!

Laterne, Laterne...

Am 14. November 2022 hat das gemeinsame Laternenfest des Stadtteilbüros, des Stadtteilbeirates Rahlstedt-Ost, der Kita Markuskirchengemeinde und der Kulturkirche Rahlstedt unter dem Motto „Laternen und Lichter – Traditionen und Bräuche aus Deutschland und der Welt“ stattgefunden.

Mit Unterstützung vieler Helferinnen & Helfer aus Rahlstedt-Ost konnte der Laternenumzug erfolgreich durchgeführt werden. Geschätzt **350 Kinder, Eltern sowie Bewohnerinnen & Bewohner** zogen nach einem Gottesdienst in der Kulturkirche Rahlstedt mit einem großen Laternenumzug durch die nähere Umgebung.

Anschließend trafen sich alle Anwesenden entspannt bei **Musik, Popcorn und Punsch im Innenhof der Kulturkirche**. Um 19 Uhr dann endete die fröhliche und stimmungsvolle Feierlichkeit.

Ein **besonderes Lob** geht an die engagierte Bewohnerin **Helene W.** von der Gartengruppe Garten Hegen, die mit 85 Jahren bis zum Schluss unermüdlich Punsch an alle verteilte.

Finanziert wurde das Lichterfest aus Mitteln der Integrierten Stadtteilentwicklung (RISE).



Foto: Kita Markuskirchengemeinde

Die Kita-Kinder haben fleißig Laternen gebastelt – geschmückt mit unserem Rahlstedt-Ost-Logo.



Fotos: Lawaetz-Stiftung



Es wurde richtig voll, beschwingt & lecker: das bunte Miteinander bei Punsch & Popcorn mit musikalischer Begleitung von „The Rolling Bushmen“.



NEU: Lachyoga-Angebot mit Maren Seemann

Was gibt's denn da zu lachen?



Heheheerrlich ansteckend, Leute....!

Die Lachwissenschaft hat in vielen Studien und Untersuchungen bereits bestätigt: **Lachen ist gesundheitsfördernd!** Erleben Sie selbst die positive Wirkung auf Körper, Geist und Seele unter Anleitung der **zertifizierten Lachyoga-Lehrerin Maren Seemann** in Rahlstedt-Ost.

Immer **mittwochs von 11.30 – 12.30 Uhr** (außerhalb der Hamburger Schulferien) trifft sich die Gruppe um gemeinsam zu lachen, tief zu atmen und zu entspannen.

Gefördert wird das Angebot aus dem **Verfügungsfonds Rahlstedt-Ost** aus Mitteln des Rahmenprogramms Integrierte Stadtteilentwicklung (RISE). Die Kursgebühr beträgt **2,- € pro Termin**. Der Kurs findet aktuell bei jedem Wetter **draußen im Garten Hegen** statt, Treffpunkt ist vor dem Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost im Hegeneck 7-9.

Durch die Bewegung im Freien wird das **Immunsystem gestärkt** und der Spaß kommt auch nicht zu kurz. Einfache Dehn- und Atemübungen fördern zudem die **Entspannung**.

Lachyoga ist für jeden und der **Einstieg jederzeit möglich** – tauchen Sie ein in die Welt des Lachens und Entspannens!

„**Kommen Sie gern vorbei, lernen uns kennen und spüren Sie, wie wohltuend es ist, einfach mal wieder ohne Grund zu lachen!**“

Maren Seemann, Lachyoga Coach

Mehr Informationen bei

Maren Seemann

Mobil: 0174 839 25 36

Mail: kontakt@lachyoga-lachend-entfalten.de

www.lachyoga-lachend-entfalten.de/



Foto: Mary Ann

Mit viel Spaß am Werk und dabei etwas für die Gesundheit tun – die Lachyoga-Gruppe im Garten Hegen

Trommelkurs mit „Drum the World“

Hier gibt's was auf die Ohren!

Camilo Angola und Oded Kafri von der „Drum the World Drum School“ bieten in Rahlstedt-Ost eine Trommelgruppe für Anfängerinnen & Anfänger. In der Gruppe werden die Menschen in Rahlstedt-Ost dazu eingeladen, mit ihnen und in Gemeinschaft mit viel Spaß die Welt des Trommelns zu entdecken.

Das erwartet Sie: Üben von einfachen Trommelstücken zum gemeinsamen Spielen sowie die Arbeit an **Rhythmusgefühl, Technik und Grooving** – auf eine unterhaltsame & meditative Art und Weise.

Vorkenntnisse und eigene Instrumente werden **nicht** benötigt. Die Gruppe für Anfängerinnen und Anfänger trifft sich **mittwochs um 17 Uhr** im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost, Hegeneck 7-9 und freut sich immer über **neue „Mit-Trommelnde“**. Einfach mal vorbeikommen, ausprobieren und dabei im Gruppenrhythmus viel Spaß haben! Alle Teilnehmenden werden anhand der **grundlegenden Kenntnisse der Rhythmik** darauf vorbereitet, gemeinsam mit den anderen Band-Projekten der **Drum School** auf einer Bühne **live** aufzutreten! Lesen Sie dazu auch rechts den begeisterten Beitrag von Teilnehmer Michael...



Der krönende Abschluss des Trommelkurses im letzten Jahr: das gemeinsame Konzert im „Knust“ (auch unten rechts).



Alle trommeln begeistert und mit viel Spaß mit, wenn Oded Kafri (links) den Takt vorgibt – und durch die ansteckende Freude in der Gruppe lernen auch alle gern neue Techniken. So wird aus der wöchentlichen Trommelgruppe eine „richtige kleine Familie“!

Fotos: Virginie Siems, Rahlstedter Leben



immer mittwochs, ab 17 Uhr (open end...)
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost, Hegeneck 7-9
Wir freuen uns auf Zuwachs!

„Das Trommeln in der Gruppe bringt großen Spaß. Durch die Konzentration auf den Rhythmus und die Mitrommler lebt man ganz im Moment.“

Teilnehmerin Bettina

„Der Trommelkurs ist mein persönliches Highlight der Woche geworden. Ich freue mich jedesmal auf die zwei Stunden, in denen wir nicht einfach nur trommeln, sondern uns vom Rhythmus begeistern lassen. Oded & Camilo sind tolle, einfühlsame Lehrer, die uns immer wieder mitreißen. Unser Konzert im Knust war super und wir freuen uns schon jetzt darauf, anlässlich des 60-jährigen Jubiläums auf dem Stadtteilstfest in Rahlstedt-Ost zu spielen.“

Teilnehmer Michael



Foto: Michael R.



Andreas Zimmer für Garten Hegen

Auch wir feiern mit!

Es blüht & wächst: seit 4 Jahren im Garten Hegen!

Ich finde hier
immer viel Leckeres
- Ihr auch?



Am 15. April 2019 trafen sich die ersten Mitglieder und pflanzten den Garten. Damals gab es nur eine Idee und zwei mögliche Flächen. Mit Engagement und Unterstützung durch die SAGA, den Verfügungsfonds des Stadtteilbeirats und die VHS schafften wir eine Oase der Natur und Entspannung, aber auch immer eine Stätte der Begegnung.

Dieses Jahr wollen wir wieder am **16. April 2023** unser beliebtes **Frühlingsfest** feiern und damit auch unsere Gartenordnung präsentieren. Für Euch schon einmal vorab, was uns wichtig ist und was der Garten allen bieten soll.

Diese Gartenordnung möchte Euch unsere Ideen für den Umgang und die Nutzung des Gartens beschreiben.

Garten Hegen – unsere Gartenordnung!

Der Garten Hegen ist ein **öffentlich nutzbarer** Raum. Er **gehört der SAGA**, aber ist für jeden zugänglich. Wir möchten in diesem Garten gärtnern und einen **Platz der Begegnung** bieten für Jung und Alt und dazwischen. Hilfsbereitschaft, Respekt und gegenseitige Wertschätzung sind die Grundlage unserer Zusammenarbeit. Dieses gilt auch für den Garten, denn wir schauen, was die Pflanzen brauchen und bekommen dafür ihre Früchte.

Mitgärtnern:

Beim Anbau von Kräutern, Früchten und Gemüse legen wir Wert auf **naturnahe Bewirtschaftung**. Das bedeutet, dass bei diesem angelegten Terrain keine chemischen oder synthetischen Dünger verwendet werden. Wir möchten dem Wuchs der Pflanzen so

weit wie möglich freien Raum bieten und bauen fast ausschließlich **essbare Pflanzen** an. Diese sind zum Zeitpunkt der Reife für jeden **zum Naschen** gedacht, aber **immer in Absprache mit den Gartenmitgliedern**.

Wir geben Auskunft über den Erntezeitpunkt und woran die Reife zu erkennen ist. Unreif geerntetes



Ein Prunkstück im Herbst zu bewundern: unser Palmkohl (eine Variante des Grünkohls).



alle Fotos: Garten Hegen, SAGA, ProQuartier

Gemüse ist damit verdorben. Denn ist die Frucht erst einmal geerntet, gibt es kein Zurück in die Erde. Als Mitglieder bewirtschaften wir gemeinsam die **Hochbeete und Ackerflächen** und planen gemeinsam den spannenden Anbau der Pflanzen, wann gesät werden kann, was die Pflanzen zum Gedeihen brauchen und wann sie geerntet werden können. Und in leckerem Essen soll die Ernte dann ihren Platz finden.

Die Gartenmitglieder haben mit der **SAGA** eine Nutzungsvereinbarung geschlossen. Diese regelt die Abstimmung zwischen den Parteien und gibt den Mitgliedern **das Hausrecht**. Daraus folgt, dass alle Gäste dem Bitten der Mitglieder Folge zu leisten haben, denn den Garten wollen wir alle **in freundlicher Gemeinschaft** genießen.



Durch unsere Pforten ist der Zutritt für alle Gäste jederzeit möglich, und man darf bestaunen, was in den Hochbeeten so heranwächst. Bitte nur nach Anfrage bedienen...!

Den Garten umfasst ein Holzlattenzaun. Dieser soll das Gemüse von den **Hunden fernhalten**. Für den Hundenauslauf gibt es dafür viel Natur in der Umgebung.

Und woran erkenne ich die Mitglieder? Da wir uns immer wieder verändern und neue Mitglieder dazu kommen, haben wir auf **www.garten-hegen.de** eine Liste aufgeführt. Fragen Sie auch die Anwohner. Viele kennen uns, denn wir sind vom Frühjahr bis einschließlich Herbst **regelmäßig montags zwischen 17 und 19 Uhr** bei einigermaßen Wetter im Garten.



Gemeinsame Samengewinnung



vorher

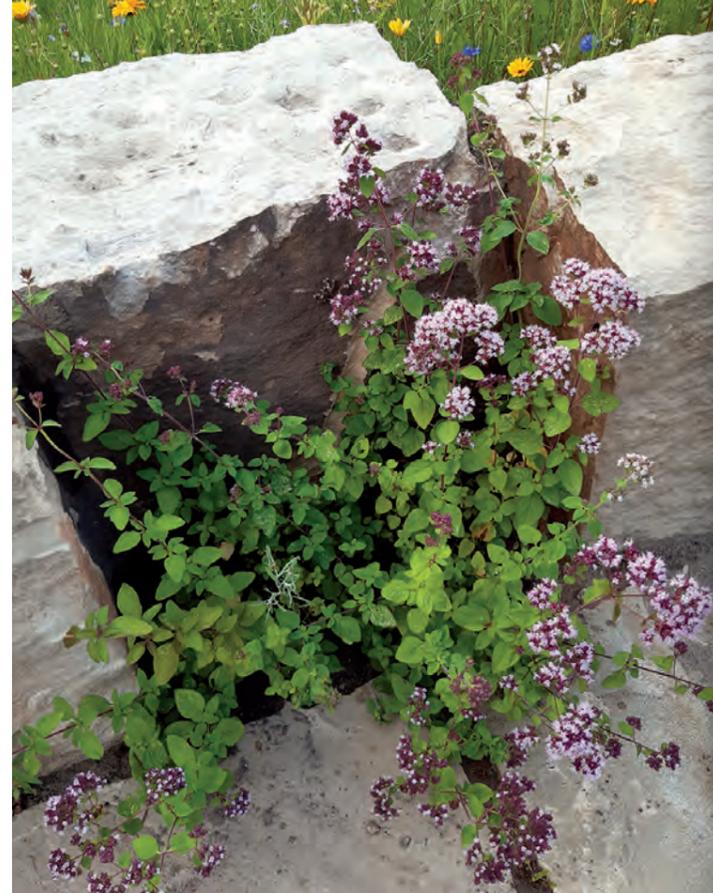
Von 2019 bis 2023 ist viel passiert, wie unsere Foto-reihe hier links zeigt – und eine wunderbare grüne Oase für alle entstanden!



☺ **mitgärtnern?** »herzlich willkommen ☺ ein **Klön-schnack** mit uns? »immer gern ☺ **Ruhe?** »auf der Sandsteinellipse mit duftenden Kräutern genießen ☺ **zuschauen**, wie das Gemüse wächst...

» **findet euren Platz!**

Es duftet herrlich nach Kräutern (hier Oregano) zwischen den Sandsteinen. Es lädt zum Entspannen ein!



während Umbau



fast fertig



nachher



Klön-schnack:

Bei uns sind **alle herzlich willkommen**. Für einen Klön-schnack sollte immer Zeit sein, denn wir verstehen uns als **Treffpunkt für verschiedenste Anfragen** – auch nur mal Klönen. Wenn dann mehr Interesse aufkommt und auch mal probiert wird, freuen wir uns mit Euch.

Ebenso finden bei uns **verschiedene Veranstaltungen** einen Raum: Zum Beispiel findet die **Lach-yoga-Gruppe** in unserem Garten statt oder die **Fitness-Gruppe** startet vor unserer Tür.

Entspannung:

Die wunderschöne **Sandsteinellipse** wärmt sich in den Sommermonaten durch die Sonne auf und lässt mit dem **Duft** der gepflanzten Kräuter den Stress des Alltages abfallen. **Schließt Eure Augen und genießt die Ruhe!**

Schulhort-Kooperation:

Wer sich wundert, warum an manchen Tagen so viele Kinder im Garten sind, dem sei gesagt, dass zwei Ackerflächen vom Hort der **Schule „Am Sooren“** bewirtschaftet werden.

Hier lernen die Kinder **unter Anleitung von Pädagogen**, wie man sät, woran man die Pflanzen erkennt und wofür man sie beim Essen nutzen kann. Und das Wunderbare ist, dass hier die Kinder im Garten **lernen** und danach direkt nebenan auf dem Bienen- oder Libellen-Spielplatz **spielen** können...



Egal ob Kohlrabei, Radieschen oder anderes Gemüse – in unserem Garten Hegen wächst nach viel guter Pflege, Zeit und gemeinsamer Gartenarbeit sehr viel Leckeres heran.

Die Gartenordnung in Kürze

- ☼ Bei uns ist jeder willkommen.
- ☼ Wir bauen Kräuter, Gemüse & Obst im kleinen Rahmen ohne Verwendung von künstlichen Dünger oder Spritzmitteln an.
- ☼ Wir pflegen den Garten **gemeinschaftlich** mit Hilfsbereitschaft, Respekt und Wertschätzung – auch vor der Natur.
- ☼ Wir sind regelmäßig **montags von 17 bis 19 Uhr** im Garten (außer in der dunklen Jahreszeit).
- ☼ Sind die Mitglieder im Garten **anwesend**, dürfen Gäste von den Früchten naschen und genießen.
- ☼ Die Garten-Mitglieder haben **Hausrecht** und ihren Anweisungen ist Folge zu leisten.
- ☼ Die **Garten-Mitglieder** sind bei den meisten Anwohnern bekannt. Andere finden sie auf www.garten-hegen.de
- ☼ **Hunde** müssen leider **draußen bleiben**.
- ☼ Ganz in der Nähe des Gartens sind die **Spielplätze**. Der Garten selbst ist **kein Spielplatz!**
- ☼ Wir freuen uns immer über **neue Mitglieder**.

März

So • 19. März, 13 - 17 Uhr

Fahrad-Aktionstag

Kostenloser Fahrrad-Frühjahrscheck
Hegeneck 7-9 und PENNY-Parkplatz
Die Plätze werden online vergeben!
Infos: im Stadtteilbüro

Do • 30. März, 18 - 20 Uhr

Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost

Hybride Sitzung: im Stadtteilbüro
und online (Zoom-Link auf Nachfrage), Hegeneck 7-9

Fr • 31. März, 20.15 Uhr

Entdeckungstour:

Kostenloser Kurzfilmspaziergang für Erwachsene

Kurzfilme an Außenwänden und Fassaden mit „a Wall is a Screen“
Treffpunkt & Infos:
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost

April

Sa • 15. April, 16.30 - 18.30 Uhr

Entdeckungstour:

Wer piept & singt denn da?

Eine kostenlose, aktionsreiche (Familien-)Führung auf den Spuren der Singvögel durchs Quartier.

Anmeldung:

rahlstedt-ost@lawaetz.de

So • 16. April, 13 - 18 Uhr

Frühjahrsfest „Garten Hegen“

Vierjähriges Jubiläum mit Aktionen im SAGA-Grünzug zwischen Schwarzenbeker Ring & Rehwinkel

Infos: Kloenschnack@Garten-Hegen.de

Do • 27. April, 18 - 20 Uhr

Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost

Hybride Sitzung: im Stadtteilbüro
und online (Zoom-Link auf Nachfrage), Hegeneck 7-9

Mai

Sa • 30. April, 10 - 13 Uhr & 15 - 18 Uhr

So • 1. Mai, 11 - 14 Uhr & 15 - 18 Uhr

Schwof in den Mai

Kostenlose Tanzveranstaltung mit 1,5 h Tanzunterricht und anschließend freiem Tanz
Hegeneck 7-9 und PENNY-Parkplatz
Infos: im Stadtteilbüro

Do • 25. Mai, 18 - 20 Uhr

Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost

Hybride Sitzung: im Stadtteilbüro
und online (Zoom-Link auf Nachfrage), Hegeneck 7-9

regelmäßige Termine

**immer dienstags • 16 - 18 Uhr
und freitags • 11 - 13 Uhr**

Sprechzeiten im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost

RISE-Gebietsentwicklungs-Team
Hegeneck 7-9

immer dienstags • ab 17 Uhr

Offener Nähtreff

im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9

immer mittwochs • 10 - 12 Uhr
**Sozialberatung für Familien
und junge Erwachsene**

Marta Bruvers (iB)
Tel.: 0151 – 74 51 58 15
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9

immer mittwochs • 11.30 Uhr
Lachyoga im Freien

Mit Coach Maren Seemann
mobil: 0174 – 839 25 36
kontakt@lachyoga-lachend-entfalten.de
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost

mittwochs, 14-tägig • 15 - 17 Uhr

Gesundheitsberatung

mit Nina Hähnel im Stadtteilbüro
Rahlstedt-Ost

**Nächste Ausgabe:
Juli 2023**

**Redaktionsschluss:
1. Juni 2023**

... und tschüss,
Leute!



bitte Termin vereinbaren unter:
04532 – 400 68 50
oder mobil: 0177 – 46 85 371

immer mittwochs • ab 17 Uhr
**Drum the world –
in Rahlstedt-Ost**

Trommelgruppe für Anfänger
und Anfängerinnen
im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9

immer donnerstags • 11 - 13 Uhr
**Offene Smartphone-
Sprechstunde** Hilfe im
Umgang mit dem Smartphone
**dazu immer donnerstags •
13 - 15 Uhr**

NEU: Bildbearbeitung am Computer

Mit dem Programm GIMP
SelbstLernZentrum
Karin Bauermeister
Tel.: 0176 – 42 86 85 10
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9

immer donnerstags • ab 17 Uhr
Offener Spieletreff

unter Leitung von Andreas K.
diverse Spiele vorhanden
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9

**immer am 1. Dienstag im Monat
15 - 16 Uhr**

Bürgernahe Beamtin für Sie da!

Bürgersprechstunde A. Körner
Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost
Hegeneck 7-9