Wohnen mit Hamburger Genossenschaften

bei uns

fluwog
Baugenossenschaft
FLUWOG-NORDMARK eG

FRÜHLING 2025

DIE WOHNUNGSBAU GENOSSENSCHAFTEN HAMBURG

Schlüsselübergabe
Zukunftsquartier Vielohweg

fluwog Backstage
Das Team Technik

Klimafahrplan
CO_2-neutral bis 2045

INHALT

Titel-thema

4 Einziehen und wohlfühlen
Schlüsselübergabe im Vielohweg

6 Vertreterwahl 2025
Genossenschaft lebt vom Mitmachen

6 Save the date
Weihnachtsmärchen im Ohnsorg-Theater

7 Fiber to the Home
Mit Glasfaser in die Zukunft

8 Hinter den Kulissen
Das Team Technik der fluwog

10 Ab aufs Rad
Tipps und Infos rund ums Radfahren

12 Klimafahrplan
Die fluwog auf dem Weg zur CO_2-Neutralität

15 Umgeben von Wasser
Steckbrief zur fluwog-Wohnanlage Osterbrook

16 Gemeinsam aktiv & digital unterwegs
Neues aus den Seniorenwohnanlagen

17 Blühende Stadtoasen
Balkonbepflanzung für Bienen, Schmetterlinge & Co.

18 Meldungen
Neues aus Hamburg und den Genossenschaften

21 Hamburgs Grün
Der Harburger Stadtpark

22 Familien-Rätselspaß
Unterhaltsames für Groß und Klein

22 Impressum

23 Hamburg grafisch
Die Museumslandschaft in der Hansestadt

Titel: Maik Carstensen; Fotos: Maik Carstensen (2), stock.adobe.com (1 StockPhotoPro)

Fotos: stock.adobe.com (1 stockphoto-graf), fluwog (2), iStock (egon69), Tim Maschlanka (1)

fluwog

Liebe Mitglieder,

das neue Jahr bringt frischen Wind – und eine wichtige Möglichkeit für Sie, aktiv mitzugestalten: die bevorstehende Vertreterwahl. Unsere fluwog lebt vom Miteinander und vom Engagement unserer Mitglieder. Nutzen Sie Ihr Mitbestimmungsrecht und bestimmen Sie Ihre Vertreterinnen und Vertreter für unser wichtigstes genossenschaftliches Gremium (S. 6). Die Wahlunterlagen erhalten Sie per Post.

Auch unsere Mitgliederzeitschrift „bei uns“ startet mit einem überarbeiteten Konzept ins neue Jahr. Ab sofort geben wir Ihnen noch mehr Einblicke in die Arbeit Ihrer Genossenschaft.

Sie erfahren, wo wir in unseren Bestand investieren – wie im Zukunftsquartier Vielohweg, wo im Januar die Schlüssel an neue Bewohnerinnen und Bewohner überreicht wurden (S. 4). Wir zeigen, wie wir Entscheidungen treffen, etwa zu unserem Klimafahrplan und dem Ziel der Klimaneutralität bis 2045 (S. 12). Außerdem blicken wir hinter die Kulissen: In dieser Ausgabe lernen Sie unser Team Technik kennen (S. 8).

Hinzu kommt wie gewohnt eine bunte Mischung aus Tipps und Infos rund ums Wohnen bei der fluwog.

Und wir möchten zukünftig auch mehr von Ihnen erfahren: Welche Themen liegen Ihnen am Herzen? Haben Sie eine spannende Geschichte, die Sie mit der fluwog verbindet? Oder Feedback zu unserem neuen Konzept? Schreiben Sie uns an wohnen@fluwog.de – wir freuen uns auf Ihre Ideen!

Einen guten Start in den Frühling wünschen

Jörg Tondt
(Vorstand)

Benjamin Schatte
(Vorstand)

ZUKUNFTSQUARTIER

Einziehen und wohlfühlen

Schlüsselübergabe im Vielohweg

Willkommen zu Hause: Anja Thiele (Bildmitte) von der fluwog überreicht die Schlüssel für die bezugsfertigen Wohnungen im Vielohweg an die neuen Bewohnerinnen und Bewohner.

Neuer Lebensabschnitt: Harry S. ist nicht nur neues Mitglied bei der fluwog, sondern auch einer der neuen Mieter im Vielohweg.

Am 24. Januar 2025 um 10 Uhr war es so weit: Die fluwog lud die neuen Mieterinnen und Mieter des Niendorfer Vielohwegs 124 d-i zur offiziellen Schlüsselübergabe ein. Insgesamt 22 Wohnungen wurden an diesem Tag übergeben. Damit ist ein bedeutender Meilenstein erreicht, denn der erste von vier Bauabschnitten des Projekts konnte nach nur eineinhalb Jahren erfolgreich abgeschlossen werden.

„Schön ist es geworden“, schwärmt eine Mieterin, die bereits im Quartier Vielohweg lebt und nun in eine der neu gebauten Wohnungen umzieht. Sie gehört zu den 22 Mitgliedern, denen Anja Thiele vom Vermietungsteam der fluwog persönlich den Wohnungsschlüssel überreicht.

„Ich bin selbst jedes Mal wieder aufgeregt, wenn wir einen Neubau freigeben und die Schlüssel übergeben“, erzählt Anja Thiele, die seit 15 Jahren bei der fluwog arbeitet. „Bei der Schlüsselübergabe kann es dann oft gar nicht schnell genug gehen“, lacht sie. „Alle wollen endlich in ihre neue Wohnung – und ich freue mich jedes Mal mit ihnen.“ Zwei Parteien ziehen sogar direkt am Tag der Schlüsselübergabe ein, viele weitere am darauffolgenden Samstag.

Der Neubau 124 d-i ist das zweite von insgesamt vier Gebäuden, mit denen die fluwog ihr Wohnungsangebot im Quartier Vielohweg und damit im familienfreundlichen Stadtteil Niendorf erweitert. Seit dem Projektstart 2016 wird die „Waldsiedlung“ aus den 1960er Jahren schrittweise modernisiert und um mehrere Neubauten erweitert. Bis 2030 entstehen 85 Wohneinheiten mit vielfältigen Grundrissen – die ersten 22 sind nun fertiggestellt. Nach dem Richtfest des Gebäudes im Juni 2024 ziehen nur sieben Monate später die neuen Bewohner ein und füllen das Quartier mit noch mehr Leben.

Einer der neuen Mieter ist Harry S. Eigentlich war es purer Zufall, dass er auf das Neubauprojekt aufmerksam wurde – bei einem Spaziergang entdeckte er das Bauschild am Vielohweg. „Meine Lebensgefährtin ermutigte mich, doch mal bei der fluwog anzurufen, auch wenn ich bisher noch gar kein fluwog-Mitglied war“, erzählt er. „Dann ging alles schneller als gedacht:

Fotos: Maik Carstensen

Einzug ins Glück: Mit einem Heiratsantrag überraschte Christopher P. seine zukünftige Ehefrau am Tag der Schlüsselübergabe in der neuen Wohnung.

Ich wurde zum Gespräch eingeladen und bekam prompt die Zusage. Damit hatte ich wirklich nicht gerechnet“, berichtet er begeistert.

Doch der Tag der Schlüsselübergabe bot diesmal noch mehr als neue Wohnungen. Für ein besonderes Highlight sorgte Mieter Christopher P., der die feierliche Gelegenheit nutzte, um seiner Verlobten einen Heiratsantrag zu machen. Tatkräftige Unterstützung erhielt er dabei von fluwog-Mitarbeiterin Anja Thiele, die es dem künftigen Bräutigam ermöglichte, die nagelneue Wohnung schon vorab für den großen Moment vorzubereiten und zu dekorieren.

„Ich dachte mir: Wenn, dann richtig“, erzählt Christopher P. lachend. „Für uns beide beginnt mit der neuen Wohnung ein völlig neuer Lebensabschnitt – und den wollte ich mit einem Heiratsantrag perfekt einläuten.“ Der Plan ging auf: Jetzt zieht das frisch verlobte Paar in sein neues Zuhause am Vielohweg ein und startet dort gemeinsam in die Zukunft.

Das Wohnquartier am Vielohweg hat viel zu bieten. In der von vielen Bäumen umrahmten Wohnanlage wurden zusätzliche Begrünungen und ein Trimm-dich-Pfad angelegt. Eine Tischtennisplatte und eine Boulebahn laden zum Sporttreiben ein. Für die Kinder sind Spielbereiche vorgesehen, für die Erwachsenen Sitzgelegenheiten in den Gemeinschaftsbereichen. Im Gemeinschaftshaus können sich die Mitglieder generationsübergreifend treffen und Kontakte knüpfen.

Bereit für Bewegung und Erholung: Trimm-dich-Pfad, Wege und Sitzgelegenheiten sind bereits fertiggestellt.

Das Zukunftsquartier wächst. 22 neue Wohneinheiten konnten nun bezogen werden.

Für die Außenanlagen konnten die Bewohnerinnen und Bewohner eigene Ideen und Wünsche einbringen. „Schließlich wissen unsere Mitglieder am besten, was sie brauchen, um sich hier wohlzufühlen“, betont Anja Thiele.

Eine weitere Besonderheit: Ab 2030 kommt die Wärme- und Stromversorgung des Quartiers ohne fossile Energieträger aus. Der aktuelle Neubau wurde als energiesparendes KfW-Effizienzhaus 40 errichtet. Der Strom wird von einer Photovoltaikanlage auf dem Dach erzeugt und kann von den Mitgliedern als Mieterstrom bezogen werden. Die Wärmeversorgung erfolgt über Luftwärmepumpen, die Warmwasserversorgung dezentral über Durchlauferhitzer.

Rund um den Vielohweg 124 d-i gehen die Bauarbeiten nun langsam zu Ende. Der Bau neuer Fahrradständer und die Gestaltung der Außenanlagen werden in den nächsten Wochen abgeschlossen. Dann wird es auch Hochbeete geben, sodass die Mitglieder selbst gärtnern können. „Wer Interesse an einer Patenschaft für eines der Hochbeete hat, darf sich gern bei uns melden“, sagt Anja Thiele.

Sie möchten mehr über das Zukunftsquartier Vielohweg erfahren?
Dann schauen Sie auf unserer Projektwebsite vorbei.

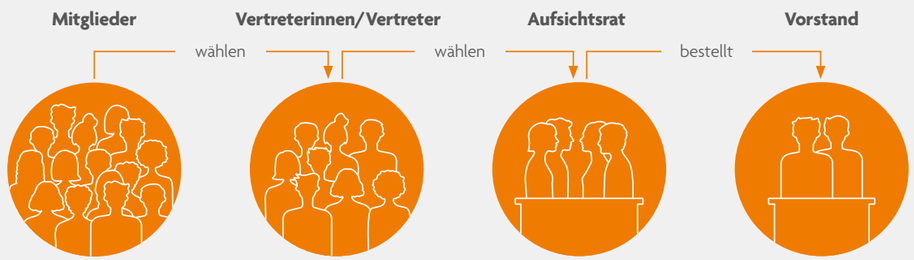
MITBESTIMMEN

Genossenschaft lebt vom Mitmachen

fluwog
VERTRETERWAHL 2025

Bei der Vertreterwahl 2025 bestimmen Sie, wer Ihre Interessen in der Vertreterversammlung vertritt. Die gewählten Vertreterinnen und Vertreter entscheiden über wichtige Themen und die Ausrichtung der fluwog mit. Erste Informationen zur Vertreterwahl haben Sie bereits im Februar in Ihrem Briefkasten vorgefunden. **Die Wahl findet in der Zeit vom 7. bis 22. April 2025 statt.** Die Wahlunterlagen erhalten Sie Anfang April per Post.

Jede Stimme stärkt das demokratische Grundprinzip unserer Genossenschaft. Wir freuen uns über Ihre Beteiligung!



Unsere Genossenschaft ist demokratisch aufgebaut:
Alle fünf Jahre wählen die Mitglieder der *fluwog* ihre Interessenvertreter in die Vertreterversammlung.

SAVE THE DATE

„Die Weihnachtsgans Auguste“ sorgte für Lachtränen

EVENT-TIPP

Das nächste Weihnachtsmärchen ist voraussichtlich am 16. November 2025!

Schon vor Beginn lag Vorfreude in der Luft im Ohnsorg-Theater! Das Weihnachtsmärchen „Die Weihnachtsgans Auguste“ sorgte für beste Unterhaltung und viele Lacher bei Jung und Alt. Die turbulente Geschichte: Eine lebendige Gans, die der Opernsänger Lutz-Lüder Löwenhaupt kurz vor Weihnachten mit nach Hause bringt, soll als Festtagsbraten dienen. Doch seine tierlieben Kinder Peerle und Greta verstecken Auguste, um genau das zu verhindern.

Die drei gut besuchten Vorstellungen – inklusive Besuch des Weihnachtsmanns – waren erneut ein Highlight in der Vorweihnachtszeit.

Turbulente Vorstellung mit viel Musik:
Das Weihnachtsmärchen im Ohnsorg-Theater

Foto: Ohnsorg-Theater/ Oliver Fantitsch

WOHNQUALITÄT

Mit Glasfaser in die Zukunft

Bis Ende 2025 werden die rund 4.800 Wohnungen der fluwog an das Glasfasernetz angeschlossen sein. Mit „Fiber to the Home“ sind alle Lebensbereiche in Ihrer fluwog-Wohnung für die Zukunft gerüstet – von Unterhaltung und Kommunikation über Homeoffice und E-Learning bis hin zu Smart Home oder E-Health.

Die Bauarbeiten für den Glasfaserausbau starteten 2021. Das beauftragte Telekommunikationsunternehmen willy.tel wird bis Ende 2025 rund 3.800 Bestandswohnungen der fluwog an das Glasfasernetz angeschlossen haben. Die restlichen 1.000 überwiegend Neubauwohnungen hatte die fluwog bereits mit Glasfaser bis in die Wohnung (FTTH – Fiber to the Home) geplant und umgesetzt.

Vorteile von Glasfaser

Die Glasfasertechnologie ist zukunftssicher und den steigenden Anforderungen an die Datenübertragung gewachsen. Mit stabilen und schnellen Internetverbindungen können große Datenmengen online abgerufen oder gespeichert werden. Flüssiges Videostreaming, schnelle Reaktionszeiten beim Online-Gaming oder unterbrechungsfreie Internet-Telefonie werden sichergestellt.

Mit den hohen Bandbreiten der Glasfaser sind Anwendungen möglich, die heute noch in den Kinderschuhen stecken. So könnten zukünftig via Smart Home die Heizung oder Haushaltsgeräte in der Wohnung automatisch gesteuert werden. Auch Telemedizin-Anwendungen wie Online-Konsultationen oder Fern-Diagnostik, bekannt als E-Health, sind denkbar. Um aber alle Vorteile nutzen zu können, muss Ihr individueller Internet-Tarif auf Glasfaser geändert werden, sonst bleibt die Geschwindigkeit unverändert.

Wichtige Änderung beim Kabel-TV

Bisher hat die fluwog das Kabelfernsehen in Ihrer Wohnung bereitgestellt und die Kosten dafür über die Betriebskosten abgerechnet. Zum 1. Dezember 2021 wurde das Telekommunikationsgesetz geändert und die Position „Kabelgebühren“ aus der Liste der umlagefähigen Betriebskosten gestrichen. Damit haben Mieterinnen und Mieter die Möglichkeit, ihren TV-Anbieter selbst zu wählen. Um dies technisch umsetzen zu können, ist der Glasfaserausbau eine wichtige Voraussetzung.

TV-Vertrag abschließen

Für die Wohnungen, in denen die Bauarbeiten noch nicht abgeschlossen sind, gilt: Sobald unser Partner willy.tel den Medienwandler an Ihrer Glasfaseranschlussdose installiert hat, müssen Sie einen individuellen Vertrag für die TV-Versorgung abschließen, unabhängig von Ihrem bestehenden Vertrag für Internet und Telefonie. Die bisher zentrale Versorgung mit Kabelfernsehen und -radio in Ihrer Wohnanlage wird nach dem Anschluss an das Glasfasernetz abgeschaltet. In der Betriebskostenabrechnung entfällt das entsprechende Entgelt.

Was kostet der Glasfaseranschluss?

Mit der Novelle des Telekommunikationsgesetzes wurde das „Glasfaserbereitstellungsentgelt“ neu eingeführt. Es beträgt 5 Euro pro Monat und Wohnung, gilt für einen Zeitraum von neun Jahren und wird über die Betriebskosten verrechnet. Mit dem Entgelt wird ein Teil der Ausbaukosten refinanziert, um den Glasfaseranschluss bis in die Wohnung zu ermöglichen. Den anderen Teil der Kosten trägt die fluwog.

An dieser Stelle bedanken wir uns noch einmal herzlich bei allen Mitgliedern für die gute Zusammenarbeit und das Verständnis während der Bauarbeiten.

Sie haben Fragen zum Glasfaserausbau der fluwog?

Ihre Ansprechpartnerin ist
Lena Prohl
Tel. 040 53109-78
l.prohl@fluwog.de

Fotos: stock.adobe.com (| StockPhotoPro), Tim Maschlanka (I)

Hinter den Kulissen des Teams Technik

Von Wärmedämmung über Glasfaser bis Photovoltaikanlage: Im Team Technik laufen alle Fäden zusammen, wenn es um Baumaßnahmen und technische Gebäudeausrüstung geht. Ob kleine Reparaturen oder große Bauprojekte – acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei der fluwog kümmern sich darum.

Zusammen stark: Die Teammitglieder der Technik (von links) Tanja Bock, Jörg Ehrlich, Andrea Soll, Claudia Radom, Lena Prohl, Rolf Hinderer und Marko Trier. Nicht auf dem Foto: Aron Welsch.

Fast 5.000 Wohnungen in rund 100 Wohnanlagen – da gibt es immer viel zu tun. Das Team Technik der fluwog sorgt dafür, dass vom Keller bis zum Dach alles rund läuft. „Wir sind für alle baulichen Maßnahmen und die Betreuung der technischen Anlagen im Wohnungsbestand der fluwog zuständig. Dazu gehören Reparaturen, die Modernisierung einzelner Wohnungen oder ganzer Wohnanlagen oder die regelmäßige Wartung von Heizungsanlagen oder Rauchmeldern“, berichtet Bauingenieur Jörg Ehrlich, Teamleiter des achtköpfigen Teams. „Dabei arbeiten wir eng mit den Hauswarten zusammen, die ihre Wohnanlagen genau kennen und im direkten Kontakt mit unseren Mitgliedern stehen.“

Reparaturmeldungen oder Notfälle wie ein Wasserrohrbruch werden vom Team Technik und den Hauswarten gemeinsam gelöst. „Wir sind dabei das Backoffice und beauftragen die Baufirmen und Handwerker, während die Hauswarte die Termine vor Ort koordinieren.“ In der Technik geht es aber nicht nur um zerbrochene Fensterscheiben oder ausgefallene Heizungen, betont Jörg Ehrlich. Im Gegenteil: Hier wird mitentschieden, welche Wohnanlagen modernisiert oder abgerissen werden, wo Neubauten entstehen und wie die fluwog-Quartiere bis 2045 klimaneutral werden können.

Die acht Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Teams Technik sind allesamt Experten auf ihrem Gebiet. Drei Tandems, bestehend aus einem Bauingenieur und einer Sachbearbeiterin, sind den Wohnanlagen zugeordnet und übernehmen dort alle anfallenden Aufgaben. Eine technische Mitarbeiterin betreut zusätzlich Sonderaufgaben wie den Glasfaserausbau oder das Abfallmanagement. Ein dualer Student arbeitet dem Team zu. Bei großen Bauvorhaben unterstützen sich alle gegenseitig. „Unser Aufgabengebiet ist in den letzten Jahren immer umfangreicher und anspruchsvoller geworden, auch durch viele gesetzliche Vorgaben“, macht Jörg Ehrlich deutlich, „aber im Team kriegen wir das hin.“

Ein Grund für die steigenden Anforderungen ist das Ziel der Klimaneutralität bis 2045. Um Energie zu sparen, hat die fluwog in den vergangenen Jahren bereits einen Großteil ihrer Wohnanlagen energetisch modernisiert. Während in diesem Bereich laufend Projekte angestoßen werden, wird parallel an der Energieversorgung gearbeitet. „Die Heizungskeller vieler mit Gas versorgten Wohnanlagen werden auf Fernwärme umgestellt, sobald die Versorger die Leitungen bis zu den Gebäuden gelegt haben.“ Denn Fernwärme soll in Hamburg schon ab 2045 klimaneutral erzeugt werden, merkt Jörg Ehrlich an. „Darüber hinaus prüfen wir, wo wir Wärmepumpen einsetzen und Photovoltaikanlagen installieren können. Im Idealfall kommt der CO_2-neutrale Strom direkt vom Dach, um die Wärmepumpen in der Wohnanlage anzutreiben.“

Derzeit laufen an drei Standorten energetische Modernisierungen und Großinstandhaltungen. Je nach Ausgangslage werden Fenster und Heizungen ausgetauscht, Dächer saniert, Wände gedämmt sowie Lüftungs- und Elektroanlagen erneuert. „Wir kümmern uns um die Planung und Ausschreibung, aber auch um die Bauleitung und die Abstimmung mit den betroffenen Mitgliedern“, berichtet Jörg Ehrlich. Statt nur mit Generalunternehmern zusammenzuarbeiten, nimmt die fluwog auch bei Großprojekten die Zügel selbst in die Hand. „Wir sparen teure Regiekosten und viele Abstimmungsschleifen – und machen es uns und unseren Mitgliedern damit leichter.“

Bei großen Wohnanlagen wird abschnittsweise modernisiert. Jörg Ehrlich und sein Team legen dabei großen Wert auf eine enge Kommunikation mit den Mitgliedern. „Wir informieren per Brief oder E-Mail, bieten Mitgliedersprechstunden an oder vereinbaren individuelle Termine.“ Selbstverständlich können auch die Mitglieder Kontakt mit dem Team aufnehmen. Wenn Mitglieder wegen der Sanierung vorübergehend ausziehen müssen, stellt die fluwog eine der sieben Gästewohnungen oder andere Ausweichwohnungen zur Verfügung. Die Zusammenarbeit mit den Mitgliedern klappe in der Regel sehr gut, berichtet der Bauingenieur. „Die meisten Bewohner haben Verständnis und halten es aus. Manche fahren auch einfach so lange in den Urlaub.“

Doch wie wird entschieden, welche Wohnanlage modernisiert wird? Ganz einfach, sagt Jörg Ehrlich: „In der Regel: Je älter eine Wohnanlage ist, desto eher ist sie dran.“ Manchmal zeige es das Haus auch von allein an: „In einem Objekt gab es einen Rohrbruch nach dem anderen. Da mussten wir ran.“ Nach einer Prüfung der Bausubstanz wird dann entschieden, ob modernisiert oder abgerissen wird. Fällt die Entscheidung zugunsten einer Modernisierung, werden rund neun Monate für die Planung benötigt. Danach erfolgt die Ausschreibung und die Kommunikation mit den Bewohnerinnen und Bewohnern.

Ist eine Modernisierung nicht mehr wirtschaftlich sinnvoll, wird die Wohnanlage durch einen Neubau ersetzt. „Die Neubauplanung wird bei der fluwog in einer anderen Abteilung koordiniert“, erläutert Jörg Ehrlich, „wir kommen mit Fertigstellung des Neubaus ins Spiel.“ Dann geht die Objektbetreuung an das Team Technik über. „Auch wenn alles neu ist, müssen wir unter Umständen dafür sorgen, dass Mängel aus der Bauphase beseitigt werden.“

Eine wichtige Säule bei Modernisierung und Neubau sind Förderprogramme. „Wenn die fluwog öffentliche Fördermittel zum Beispiel für die Verbesserung der Energieeffizienz erhält, kommt das den Mitgliedern zugute“, betont Jörg Ehrlich. Das mache im Übrigen für ihn das Arbeiten bei einer Wohnungsbaugenossenschaft aus. Denn die Mieteinnahmen werden wieder in den Wohnungsbestand investiert. In 2024 hat die fluwog rund 5,5 Millionen Euro für Modernisierungsarbeiten und für laufende Instandhaltung rund 5 Millionen Euro beauftragt. „Bei uns stehen die Mitglieder im Mittelpunkt. Es geht darum, dass es für alle passt – und gemeinsam mit den Mitgliedern finden wir immer eine gute Lösung.“

Foto: Maik Carstensen

AUF EINEN BLICK

Wie groß ist eigentlich der Wohnungsbestand der fluwog?

Die fluwog hat rund **4.800** Wohnungen in ca. **100** Wohnanlagen in ganz Hamburg. Auch rund **30** gewerbliche Objekte, **1.600** Garagen, Carport- und Tiefgaragenstellplätze sowie **700** Pkw-Stellplätze gehören dazu.

GUT ZU WISSEN

Was tun, wenn Sie einen Notfall haben?

Wasserrohrbruch, Stromausfall oder Heizung kaputt? Wenn Sie einen Notfall in Ihrer Wohnung melden möchten, rufen Sie während unserer Öffnungszeiten bitte direkt Ihren Hauswart oder unsere Geschäftsstelle an (Kontaktdaten auf unserer Website ***fluwog.de***). Abends, am Wochenende und an Feiertagen melden Sie sich bei der Notdienstzentrale: ***Tel. 040 345 110***

Ab aufs Rad!

Der Frühling steht vor der Tür und die Sonne lockt uns allmählich wieder nach draußen. Vielleicht steht ja auch in Ihrem Keller noch ein Fahrrad und wartet darauf, aus dem Winterschlaf geweckt zu werden? Dann haben wir ein paar Tipps für Sie, wie Sie Ihren Drahtesel fit für den Frühling machen.

Frühjahrsputz im Fahrradkeller

Ein Blick in viele Fahrradkeller verrät: Hier steht das ein oder andere Schätzchen, das seine besten Tage bereits hinter sich hat. Eingestaubt, vergessen und in die Jahre gekommen ist mancher Drahtesel nur noch ein Fall für den Sperrmüll.

Unser Tipp: Nutzen Sie den Frühling, um (vielleicht sogar gemeinsam mit Nachbarn) den Fahrradkeller auszumisten und Platz zu schaffen für die Zweiräder, die tatsächlich genutzt werden. Alle „schrottreifen" Fahrräder holt die Stadtreinigung Hamburg ab. Einmal im Jahr bietet die fluwog eine Sperrmüll-Abholung an. Über die Termine in Ihrer Wohnanlage werden Sie rechtzeitig per Aushang informiert.

Wann ist mein Fahrrad „schrottreif"?

Ist Ihr Fahrrad noch fit für die Straße? Als „Fahrradschrott" gilt Ihr Drahtesel, wenn er verrostet ist und sich nicht mehr reparieren lässt. Kurz: Wenn der Eindruck entsteht, dass Ihr Fahrrad nicht mehr verkehrstauglich ist, ist es Zeit, sich davon zu verabschieden. Die Stadtreinigung wirft übrigens einen genauen Blick auf die Sperrmüllräder: Falls sie wieder fahrtüchtig gemacht werden können, werden sie repariert und später im Second-hand-Kaufhaus Stilbruch verkauft. Von Drahteseln, die nicht mehr zu retten sind, werden zumindest Einzelteile wiederverwertet.

Fahrradwerkstatt für zu Hause

Selbst reparieren ist für Sie keine Option? Dann helfen Fahrradwerkstätten weiter. Viele Fahrradfachgeschäfte bieten einen Reparaturservice an. Mobile Fahrradwerkstätten kommen sogar direkt zu Ihnen nach Hause. Die Mechaniker reparieren und warten Ihren Drahtesel bei Ihnen vor Ort. Mit einer mobilen Werkstatt auf dem Lastenrad und einer großen Auswahl an Ersatzteilen im Anhänger können viele Fahrradprobleme schnell und unkompliziert gelöst werden – und Ihre nächste Fahrradtour kann starten.

Übersicht mobiler Fahrradwerkstätten in Hamburg:

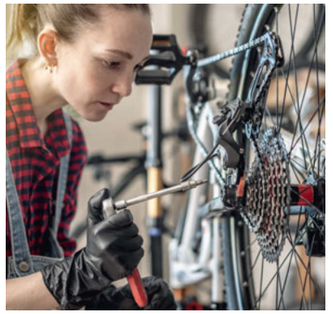
Fahrradwerkstatt in Ihrer Nähe finden:

Foto: stock.adobe.com (stockphoto-graf)

Welches Rad passt zu mir?

City Bikes sind perfekt für den urbanen Dschungel geeignet und transportieren gleichzeitig Laptoptasche oder Einkaufsbeutel. Für den sportlichen Ausgleich ist ein Trekkingrad, Gravel Bike oder Mountainbike das passende Gefährt. Ob Waldweg oder Schotterpiste – mit diesen Rädern beginnt der Spaß erst dort, wo die Straße endet. Für den längeren Arbeitsweg oder zum Transport von Kindern oder schweren Lasten macht auch ein E-Bike Sinn.

Übrigens: Die Hauswarte der fluwog sind schon seit langem auf E-Bikes unterwegs. So kommen sie flink und flexibel durch den Stadtverkehr und sind oft schneller in den Wohnanlagen als mit einem Pkw.



Reparieren statt wegwerfen

Nicht alles, was defekt ist, muss gleich im Müll landen. Wenn für Ihr Zweirad noch Hoffnung besteht, lohnt es sich vielleicht, es zu reparieren. In vielen Stadtteilen Hamburgs gibt es ehrenamtlich organisierte Repair Cafés, in denen technisch versierte Nachbarn dabei unterstützen, alte Haushaltsgeräte oder auch Räder wieder zum Laufen zu bringen. Das schützt die Umwelt, fördert einen nachhaltigen Lebensstil und bringt darüber hinaus Menschen miteinander in Kontakt. Kaffee und Kuchen gibts häufig noch obendrauf.

Orte und Termine für Reparaturtreffs in Hamburg:

Fotos: Tim Maschlanka (l); stock.adobe.com (l Artem)

Ein neues Fahrrad – aber günstig?

Ein neuer Drahtesel muss her, aber das Budget ist begrenzt? Eine gute Alternative zum Neukauf ist ein Rad aus zweiter Hand. Fündig werden Sie auf Fahrradflohmärkten wie der Fietsenbörse oder beim Flohmarkt auf Gut Karlshöhe. Der Zoll versteigert regelmäßig Räder des Fundbüros Hamburg. Auch in Gebrauchtwarengeschäften wie Stilbruch und Fahrradläden findet man gebrauchte Räder für den kleinen Geldbeutel. Für alle, die lieber ein Rad leihen möchten, bietet sich ein Fahrrad-Abo an. Bei Swapfiests geht es ab 14,90 Euro im Monat los – Diebstahlschutz und Reparaturservice inklusive. Wer nur kurz ein Fahrrad braucht, kann eines bei StadtRAD Hamburg leihen.

Übersicht von Fahrradflohmärkten, Versteigerungen und Anbietern gebrauchter Räder in Hamburg:

Fahrradrouten durch Hamburg

Der „Radatlas Hamburg" des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) bietet fahrradfreundliche Routen bis über die Stadtgrenzen hinaus (erhältlich im Buchhandel oder in der ADFC-Geschäftsstelle). Gut kommt man auch auf den Velorouten durch unsere Stadt. Das Radnetz wird stetig ausgebaut. Derzeit gibt es 23 Radrouten, die durch alle Stadtteile verlaufen. Sie führen durch Parks, Naturschutzgebiete und Wälder, zu Sehenswürdigkeiten und Ausflugszielen. Wer wissen möchte, was die Alster-Fahrradachsen sind oder ob man das Rad im HVV mitnehmen darf, findet unter den folgenden QR-Codes weitere Infos.

FAQs rund ums Radfahren:

Das Hamburger Radwegenetz:

Klimafahrplan – Die fluwog auf dem Weg zur CO_2-Neutralität

Bis 2045 soll Deutschland im Gebäudesektor klimaneutral werden. So sieht es das deutsche Klimaschutzgesetz vor. Wie geht die fluwog mit dieser Zielvorgabe um und wo steht sie aktuell mit ihrem Wohnungsbestand? Antworten darauf geben die Nachhaltigkeitsmanagerin **Nele Grothusen** *und Vorstandsmitglied* **Jörg Tondt.**

Nele Grothusen und Jörg Tondt

Wie geht die fluwog das Ziel „Klimaneutralität bis 2045“ an?
Jörg Tondt: Um das Ziel strukturiert zu erreichen, haben wir 2022 zunächst eine Standortbestimmung vorgenommen. Mithilfe einer CO_2-Bilanz ermittelten wir für unseren Wohnungsbestand, wie viel CO_2 das Wohnen bei der fluwog verursacht. Die Bilanz zeigte auch, welche Wohnanlagen einen besonders hohen Anteil an den Emissionen haben. Daraus entwickelten wir den Klimafahrplan bis 2045. Er gibt die Maßnahmen, den Zeitplan und eine Prognose der erforderlichen Investitionen vor. Die Wohnanlagen, in denen wir mit einfachen und schnellen Maßnahmen die größten Einspareffekte erzielen können, haben wir in unserem Fahrplan nach vorne gestellt.

Welche Emissionen entstehen bei der fluwog?
Nele Grothusen: Die zentrale Emissionsquelle der fluwog ist der Gebäudebetrieb für unsere über 4.800 Wohnungen, also der Energieverbrauch für Heizung und Warmwasser. Der Allgemeinstrom für den Gebäudebetrieb ist bei der fluwog bereits flächendeckend CO_2-neutral. Emissionen aus unserem Bürobetrieb oder Fuhrpark werden ebenfalls erfasst, machen aber nur einen sehr geringen Anteil aus. Eine Quelle, die wir zukünftig in die Bilanz aufnehmen wollen, sind die sogenannten grauen Emissionen. Sie entstehen beispielsweise beim Bau eines Gebäudes. Die Emissionen, die durch den individuellen Stromverbrauch der Bewohnerinnen und Bewohner entstehen, fließen nicht in unsere Bilanz ein. Der Strom wird von den Versorgungsunternehmen direkt mit unseren Mitgliedern abgerechnet und die Emissionen entsprechend beim Stromerzeuger erfasst.

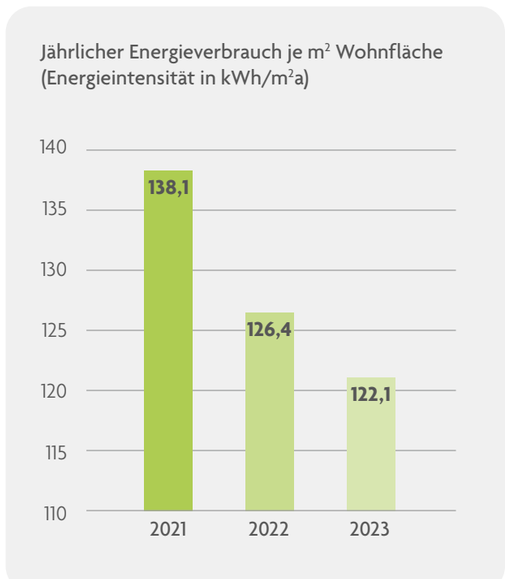


Foto: fluwog

Illustrationen: mitra Kommunikation (3), stock.adobe.com (1 Maksim)

Unser Ziel: klimaneutral bis 2045

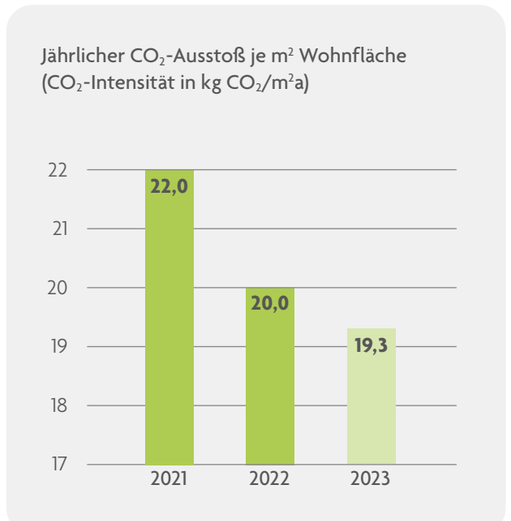
200
weitere Wohnungen bis 2030 modernisieren

2.700 t
CO_2-Reduktion pro Jahr bis 2045

1.500
weitere Wohnungen bis 2045 auf regenerative Heizsysteme umstellen

850
weitere Wohnungen bis 2035 an das Fernwärmenetz anschließen

Was lässt sich aus der CO_2-Bilanz ablesen?
Nele Grothusen: Die Treibhausgasemissionen werden seit 2021 in der CO_2-Bilanz erfasst und jährlich fortgeschrieben. Anhand der Kennzahlen können wir Rückschlüsse ziehen, ob unsere Maßnahmen aus dem Klimafahrplan greifen. So hat sich von 2021 bis 2023 der jährliche Energieverbrauch in unserem Gebäudebestand von 138,1 kWh auf 122,1 kWh je Quadratmeter Wohnfläche verringert. Der jährliche CO_2-Ausstoß von 22 kg pro Quadratmeter Wohnfläche ist auf 19,3 kg gesunken. Ein Teilerfolg ist auch unseren Mitgliedern zu verdanken, die 2022 während der Energiekrise sehr bewusst auf ihren Energieverbrauch geachtet haben. Die Kennzahlen für 2024 liegen noch nicht vor, aber wir gehen von weiteren Senkungen aus.



Wo setzt die fluwog bei der CO_2-Reduzierung an?
Jörg Tondt: Bei der Energieeffizienz unserer Gebäude sind wir schon sehr weit, sodass wir nur noch eine überschaubare Anzahl von Gebäuden energetisch modernisieren müssen. Der nächste Schritt ist die Umstellung der Energieversorgung auf nicht-fossile Energieträger. Rund die Hälfte unseres Wohnungsbestands ist entweder an die Fernwärme angeschlossen, die in den nächsten Jahren klimaneutral erzeugt werden soll, oder wird bereits mit regenerativen Energien wie Geothermie versorgt. Handlungsbedarf besteht bei der anderen Hälfte, die noch mit Gas beheizt wird. Die Wohnanlagen im Einzugsbereich der Fernwärmenetze – das →

sind etwa 920 Wohnungen – werden sukzessive angeschlossen. 2024 war das für 76 Wohnungen möglich, 2025 werden rund 300 Wohnungen hinzukommen. Für die restlichen Wohnanlagen arbeiten wir an Alternativen.

Wird die fluwog auch Wärmepumpen einsetzen?

Jörg Tondt: Unsere erste größere Wärmepumpe wird in Kürze im Stadtteil Fuhlsbüttel für 85 Wohnungen in Betrieb gehen. In der Wohnanlage Ahornkamp/Fuhlsbütteler Damm/Kohlgarten passte das Gesamtkonzept aus energetischer Modernisierung in Verbindung mit einer Luft-Wasser-Wärmepumpe und einer Photovoltaikanlage, die mit dem vor Ort erzeugten Strom die Wärmepumpe unterstützt. Einen weiteren Schritt mit der sich rasant entwickelnden Wärmepumpentechnologie wollen wir in Niendorf gehen. Dort bündeln wir unsere Kräfte und finanziellen Mittel mit anderen Genossenschaften, um ein eigenes Nahwärmenetz aufzubauen. Klimaneutrale Fernwärme oder andere Energieträger stehen dort nicht zur Verfügung. Deshalb werden wir ein Wärmepumpenkraftwerk bauen, an das rund 2.000 Wohnungen angeschlossen werden.

Wie hoch ist der Investitionsbedarf der fluwog?

Nele Grothusen: 2022 haben wir im Rahmen des Klimafahrplans ein Investitionsbudget von 76 Millionen Euro für die Maßnahmen zur CO_2-Reduzierung veranschlagt, also für energetische Modernisierung, Wärmedämmung, Heizungsoptimierung, Umstellung auf Fernwärme oder auf andere regenerative Energiequellen. 2023 haben wir dafür 3,8 Millionen Euro aufgewendet, 2024 waren es 6,9 Millionen Euro.

Um den Bedarf für unseren Klimafahrplan noch genauer zu prognostizieren, haben wir uns einem von der EU geförderten Pilotprojekt angeschlossen. Gemeinsam mit zwölf Wohnungs- und Immobilienunternehmen aus ganz Deutschland testen wir eine softwaregestützte Lösung, die eine Feinjustierung der Investitions- und Finanzierungsplanung ermöglicht.

Zusätzlich zur CO_2-Bilanz und dem Klimafahrplan erstellt die fluwog auch einen Nachhaltigkeitsbericht. Warum?

Jörg Tondt: Die fluwog ist aufgrund ihrer Unternehmensgröße bisher nicht verpflichtet, über ihre ökologischen, sozialen und ökonomischen Nachhaltigkeitsaspekte zu berichten. Wir haben uns jedoch aus zwei wesentlichen Gründen dafür entschieden. Zum einen sind uns aus unserem genossenschaftlichen Selbstverständnis heraus die Lebens-, Umwelt- und Arbeitsbedingungen für heutige und zukünftige Generationen wichtig. Zum anderen achten Banken bei der Kreditvergabe zunehmend auf nachhaltige Geschäftsstrategien. Wer hier gut aufgestellt ist, hat bessere Chancen auf eine Finanzierung und profitiert von günstigeren Konditionen.

Wie wirkt sich die Klimaneutralität auf die Wohnkosten der fluwog-Mitglieder aus?

Jörg Tondt: Die große Herausforderung besteht darin, den Umbau sozialverträglich zu gestalten. Die einzige Einnahmequelle der fluwog sind die Nutzungsgebühren, also die monatliche Miete, die unsere Mitglieder für ihre fluwog-Wohnung zahlen. Diese Einnahmen allein werden nicht reichen, um die Investitionen zu stemmen. Wir brauchen eine zuverlässig ausgestaltete Förderung durch die Hansestadt Hamburg und den Bund. Die Bereitschaft ist da und ich gehe davon aus, dass sich Lösungen finden werden. Auch der technologische Fortschritt wird uns neue Möglichkeiten eröffnen. Aus unserer Sicht kann eine sichere Wohnraumversorgung nur eine klimafreundliche sein. Die fluwog ist sehr gut aufgestellt und wird ihre Klimaziele erreichen.

Frau Grothusen, Herr Tondt, vielen Dank für die Einblicke in den Klimafahrplan.

Zum Nachhaltigkeitsbericht der *fluwog:*

Wohnen umgeben von Wasser

Osterbrook/Ecke Wendenstraße in Hamm-Süd

Entdecken Sie unsere *fluwog*-Wohnanlagen!

Wohnen am Wasser: Rot-weiß leuchtet die Fassade der fluwog-Wohnanlage an der Wendenstraße und ist weithin sichtbar.

Fast 100 Jahre Geschichte: Das Wohngebäude zwischen den Kanälen hat bereits einiges überstanden, unter anderen den Hamburger Feuersturm 1943.

Alster und Elbe kennt jeder. Aber die Bille? Hamburgs unbekannter Fluss schlängelt sich auf seinem Weg in die Unterelbe durch den Süden Hamms.

S. Pfeiffer, Mitglied aus der Wendenstraße:

Multikulturell und zentral

„Mir gefällt an Hamm-Süd, dass man überall nah dran und trotzdem im Grünen und zwischen den Kanälen ist. Das Gebäude ist fast 100 Jahre alt und hat sogar den Feuersturm 1943 überstanden. Es ist erstaunlich, was meine Wohnung schon alles erlebt hat."

Ulrik Ahlers, fluwog-Hauswart:

Mit Blick aufs Wasser

„Hier lebt eine interessante Mischung Menschen ganz entspannt miteinander: viele Studierende, junge Berufstätige, Familien und ältere Leute, die die Wohnanlage seit dem Erstbezug kennen und deren Kinder jetzt zurückziehen."

Abbildung: fluwog

Fotos: van Gerven (l). fluwog (l). stock.adobe.com (l Christian Horz)

Die Wohnanlage

- 210 Wohnungen mit 1 bis 4 Zimmern sowie Stellplätze
- gelegen zwischen Eilbek, Horn und Hammerbrook
- in 20 Minuten mit der U-Bahn in die Innenstadt oder HafenCity

Was ist los in Hamm-Süd?

Erholen im Hammer Park

Der Hammer Park ist das grüne Herz des urbanen Stadtteils und einer der größten Parks der Stadt. Am Teich relaxen, Grillen, Sonnenbaden oder Minigolf: hier ist Erholung garantiert.

Ein Stück Geschichte im Bunkermuseum

Fünf Meter unter der Erde werden Besucher im Röhrenbunker an der Wichernstraße in die Zeit des 2. Weltkriegs zurückversetzt. Nachgebautes Mobiliar und Zeitzeugenberichte erzählen von den Luftangriffen 1940/41.

Spazierengehen an der Bille

65 km lang schlängelt sich die Bille durch Hamburg. Entlang des Ufers kann man wunderbar flanieren, Fahrrad fahren oder die zahlreichen Hausboote bestaunen. Auch vom Wasser aus lässt sich die Stadt erkunden: per Paddelboot oder SUP.

GUT ZU WISSEN

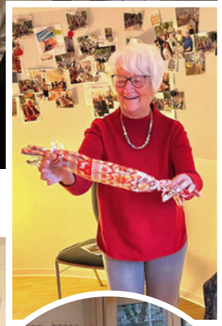
Der Stadtteil in Zahlen

Auf **3,8 km²** leben rund **39.000** Einwohner in Hamm-Süd. Mit einer Bevölkerungsdichte von **10.228** Einwohnern pro Quadratkilometer liegt der Stadtteil etwa gleichauf mit St. Pauli oder Altona.

GOLDEN AGER

Feiern, Schlemmen, Rekorde knacken!

Gemeinsam aktiv bleiben und jede Menge Spaß haben



Gemütliche Adventszeit: Beim Julklapp gab es einige Überraschungen.

In den Seniorenwohnanlagen wird Wii-Bowling mit viel Engament und sportlichem Ehrgeiz gespielt.

In elf Seniorenwohnanlagen wurden stimmungsvolle Weihnachtsfeiern organisiert: mit süßen und herzhaften Leckereien, mit Geschichten, Julklapp, Livemusik und viel Klönschnack und in festlich geschmückten Räumen.

Nach dem großen Erfolg der Spargelessen im Frühjahr stand im Winter Grünkohlgenuss auf dem Speiseplan. Zwischen Weihnachten und Neujahr gab es reichlich Berliner. Und auch noch in der ersten Januarwoche wurden gemeinsame Erinnerungen an das vergangene Jahr ausgetauscht.

Vier Mitglieder im Hartzloh/Albers-Schönberg-Stieg wagten sich ans virtuelle Wii-Bowling und hatten großen Spaß. Eine Spielerin entpuppte sich als Naturtalent: Sie erzielte beim ersten Versuch die höchste Punktzahl, die in den letzten zehn Jahren in den Freizeitgruppen von Mitgliederbetreuerin Maren Nehls erreicht wurde.

Dank SILBER & SMART digital unterwegs

SILBER & SMART, ein Angebot der Hamburger Bücherhallen, hat bereits tausende Seniorinnen und Senioren fit gemacht im Umgang mit Tablet, Smartphone und Internet. Auch eine Gruppe mit zehn Mitgliedern unserer Seniorenwohnanlage im Grete-Zabe-Weg profitierte davon. Auf alle Fragen gab es kompetente Antworten und entsprechende Hilfestellungen.

Nun wird das Projekt für sechs Monate in den Seniorenwohnanlagen in Barmbek und Dulsberg fortgesetzt.

EVENT-TIPP

SILBER & SMART-Schulungen

Ab Ende Februar 2025 finden im Grete-Zabe-Weg mehrere Vorträge und Workshops für ältere Menschen statt, z. B. zu den Themen „Sicherheit im Internet“ oder „Fake News“. Sie sehen, die Digitalisierung unserer Seniorinnen und Senioren schreitet voran!

Fotos: fluwog (4), stock.adobe.com (1 Halfpoint)

STADTNATUR

Blühende Stadtoasen – für mehr Artenvielfalt!

Eine insektenfreundliche Balkonbepflanzung ist ein Paradies für Bienen und Schmetterlinge

Bienen, Schmetterlingen und Co. fehlt es in der Stadt oft an Nahrung und Lebensraum. Doch schon ein paar heimische Blumen auf dem eigenen Balkon können das ändern. Denn diese Pflanzen bieten vielen Insekten ein reichhaltiges Nahrungsangebot. Die Insekten wiederum ernähren Vögel und tragen so zur Artenvielfalt bei. Darüber hinaus schafft eine blühende Bepflanzung ein farbenfrohes, schönes Zuhause. Hier ein paar Tipps, wie Sie mit wenig Aufwand für solche Oasen sorgen können:

Heimische Pflanzen bevorzugen
Heimische Blumen und Kräuter sind die beste Wahl, da sie perfekt an die Bedürfnisse der Insekten angepasst sind. Verzichten Sie auf exotische Pflanzen oder hochgezüchtete Blumen, die oft keinen Nektar bieten.

Vielfalt ist Trumpf
Verwenden Sie verschiedene Pflanzen, um Vielfalt zu schaffen, und achten Sie auf unterschiedliche Blütezeiten, um den Insekten das ganze Jahr über Nahrung zu bieten.

Bienenfreundliche Stauden
sind unter anderem Pfingstrose, Katzenminze, Geißbart, Astern, Maiglöckchen, Elfenblume, Storchschnabel, Windröschen, Schwertlilien, Trollblume, Akelei, Königskerze und Schwertlilien.

Standort beachten
Halbschatten oder volle Sonne – achten Sie beim Kauf darauf, dass die Pflanzen für den ausgewählten Standort geeignet sind.

Bienenfreundliche Balkonblumen
sind zum Beispiel Vanilleblume, Myrte, Cosmea, Sommersalbei, Ziertabak, Schneeprinzessin, Lavendel, Euphorbien, Goldmarie, Zinnie, Strohblume, Bidens, Lobelie und Zierklee.

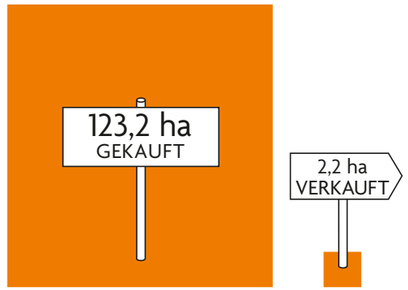
Wasserstellen schaffen
Auch Insekten müssen trinken. Ein flaches Gefäß mit Wasser und ein paar Steinen als „Landeplatz“ genügt. Am besten in einer ruhigen Ecke aufstellen.

Balkon-Knigge
Beim Gießen der Balkonpflanzen darauf achten, dass das Wasser nicht zu den Nachbarn unter Ihnen tropft. Balkonkästen am besten nach innen hängen. Und auf keinen Fall Blumentöpfe auf das Geländer stellen. Die Absturzgefahr ist zu groß!

Kein Gift!
Verzichten Sie unbedingt auf chemische Pflanzenschutzmittel. Sie schaden nicht nur Schädlingen, sondern auch nützlichen Insekten wie Bienen. Und: Nützlinge wie Marienkäfer, Schlupfwespen oder Florfliegen bekämpfen Schädlinge auf natürliche Weise und machen chemische Mittel oft überflüssig.

Foto: iStock (egon69); Illustrationen: stock.adobe.com (7 artnazu, 1 Rubbble, 1 Mahakali)

ZAHLEN ERZÄHLEN



Flächenkäufe und -verkäufe der Stadt Hamburg

In 2023 hat der Landesbetrieb Immobilienmanagement und Grundvermögen (LIG) eine Fläche von mehr als 200 Fußballfeldern gekauft, aber nur etwa so viel wie vier Fußballfelder verkauft – so die aktuelle Flächenbilanz des LIG. Etwa die Hälfte der angekauften Flächen benötigt die Stadt für den Natur- und Landschaftsschutz sowie für den Hochwasserschutz.

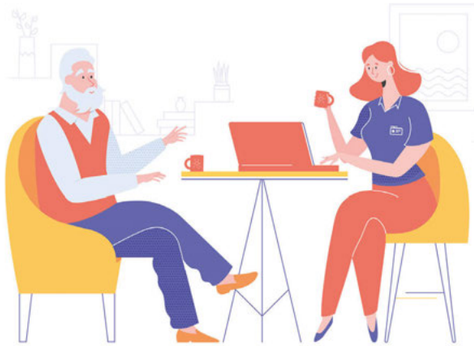
Mit der Übernahme einzelner Gebäude will die Stadt Einfluss auf die Entwicklung in den Stadtteilen nehmen. Finanzsenator Dr. Andreas Dressel sagte dazu: „Der Anteil städtischer Flächen wächst langsam, aber stetig – das ist ein Beitrag fürs Gemeinwohl und gegen Bodenspekulation. Ziel der städtischen Bodenpolitik ist es, langfristige Gestaltungs- und Entwicklungsmöglichkeiten für die Stadt von morgen zu erhalten – so haben es Senat und Bürgerschaft mit der Volksinitiative Boden und Miete vereinbart. Mehr Grund und Boden in öffentlicher Hand und ein Vorrang des Erbbaurechts sichern uns Handlungsoptionen für die nächsten Jahrhunderte."

Die Hinwendung zur Erbpacht wird seitens der Genossenschaften kritisch gesehen. Bereits 2019 hatte der Verein Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. in einem offenen Brief die Grundstücksvergabe allein in Erbpacht angeprangert. Ohne die Chance Grundstücke zu kaufen, sei es für die Genossenschaften zunehmend schwieriger, bezahlbares Wohnen zu ermöglichen.

GUT ZU WISSEN

Der Hamburger Hausbesuch ist ein kostenloses Angebot der Sozialbehörde, durchgeführt vom Albertinen-Haus. In einem persönlichen Gespräch mit einer geschulten Besuchskraft können sich Seniorinnen und Senioren über unterstützende Angebote in ihrem Umfeld informieren, und wenn gewünscht, Hilfe bei der Kontaktaufnahme erhalten. Gesprächsthemen können sein: soziale Kontakte, sich abzeichnende Unterstützungs- und Pflegebedarfe, Angehörigenpflege, Wohnen oder Mobilität.

Terminvereinbarung: montags bis donnerstags jeweils von 10 bis 12 und von 14 bis 16 Uhr sowie freitags von 10 bis 12 Uhr. Telefon: (040) 55 81-47 25, E-Mail: ***hamburger-hausbesuch@hamburg.de***



KLINGT KOMPLIZIERT? IST ES NICHT

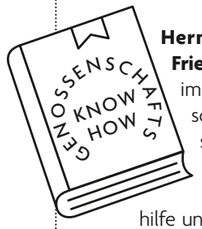
Urbane Resilienz

Der Begriff „Resilienz" hat in den vergangenen Jahren Karriere gemacht. Er wird inzwischen häufig in der Psychologie und der Ratgeberliteratur verwendet, um Kompetenzen wie Dankbarkeit, Werte- und Lösungsorientierung und Optimismus zusammenzufassen, die uns dabei helfen, schwierige Lebensphasen gut zu bewältigen. Ursprünglich stammt das Wort aus der Materialkunde. Dort beschreibt Resilienz die Fähigkeit eines Materials, immer wieder in seine Ursprungsform zurückzukehren. Was bedeutet nun „urbane Resilienz"? Die potenziellen Risiken, denen Städte im 21. Jahrhundert ausgesetzt sind, sind vielfältig: extreme Wetterereignisse, Terroranschläge, Stromausfälle, Wirtschaftskrisen oder Pandemien. Urbane Resilienz beschreibt die Fähigkeit eines städtischen Systems (Verwaltung, Politik, Unternehmen) und seiner Bevölkerung (Individuen und Zivilgesellschaft), bei Krisen oder Katastrophen widerstandsfähig zu reagieren, und sich dabei zugleich anzupassen und sich hinsichtlich einer nachhaltigen Stadtentwicklung umzugestalten. Mehr Infos unter ***nationale-stadtentwicklungspolitik.de***

Illustration: Nadezhda Fedrunova – istockphoto.com

Geschichte und Gegenwart
Diesmal:

Sind Genossenschaften eine deutsche Erfindung?



Hermann Schulze-Delitzsch und Friedrich Wilhelm Raiffeisen haben im 19. Jahrhundert die genossenschaftliche Idee hierzulande entscheidend vorangebracht. Schon früh erkannten die beiden Gründerväter, dass vor allem Selbsthilfe und Eigenverantwortung die Situation von Menschen nachhaltig verbessern.

Gelebte Praxis seit dem Altertum

Die Kulturform der Genossenschaften ist jedoch nicht allein in Deutschland entstanden. „Die beiden Genossenschaftspioniere haben das Konzept nicht erfunden – sondern „nur" eine sehr viel ältere Idee weiterentwickelt", schreibt der Berliner Wirtschaftshistoriker Marvin Brendel. „Was einer allein nicht schafft, das erreichen viele zusammen – dieses Kooperationsprinzip kannte man schon im Altertum, etwa bei altägyptischen Handwerkern oder in der babylonischen Landwirtschaft." Germanische Sippen arbeiteten bei der Viehhaltung zusammen. So entstand übrigens das Wort Genossenschaft. Wer Anteile an Vieh oder Weiden besaß, wurde althochdeutsch als „Ginoz" bezeichnet, daraus wurde später „Genosse".

Kulturerbe der Menschheit

In Deutschland haben Genossenschaften heute mehr als 21 Millionen Mitglieder. Weltweit sind es 800 Millionen in über 100 Ländern. Die Vereinten Nationen erklärten 2012 erstmals zum Internationalen Genossenschaftsjahr, um auf dieses Modell der solidarischen Selbsthilfe hinzuweisen. 2025 ist erneut ein „Internationales Jahr der Genossenschaften". Seit 2016 sind Idee und Praxis der Genossenschaften auf der UNESCO-Liste des Immateriellen Kulturerbes der Menschheit eingetragen. Hier vor Ort bündelt der Verein Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. die Aktivitäten von 30 Mitgliedsgenossenschaften in der Hansestadt.

SERVICE

Was wir übers Wetter wissen sollten

Eine Kampagne der Umweltbehörde informiert über Extremwetter. Auch individuelle Vorsorge wird wichtig.

Starkregen, Hochwasser oder Hitze: Extremwetterereignisse nehmen zu, auch in Hamburg. Die Umweltbehörde lädt alle Bürgerinnen und Bürger ein, sich über die verschiedenen Kanäle (Flyer, Instagram, Website) der „Werde wetterwach!"-Kampagne darüber zu informieren. Überall erhalten Sie wertvolle Hinweise und Tipps, etwa, welche Apps Sie rechtzeitig vor Flut, Regen oder Hitze warnen und woran Sie denken sollten, wenn es zu Extremwetterereignissen kommt. „Jeder und jede Einzelne kann durch gute Vorsorge und richtiges Handeln einen wichtigen Beitrag zum Selbstschutz leisten. Gemeinsam wappnen wir uns so besser gegen die Herausforderungen des Klimawandels", so Jens Kerstan, Senator für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft. Mehr Infos unter ***extremwetter.hamburg***

Individueller Schutz

Extremes Wetter gefährdet nicht nur die Gesundheit. Vor allem Wassermassen und Stürme entwickeln im ungünstigen Fall eine enorme Zerstörungskraft. Wer zahlt bei Schäden, etwa, wenn die Keller volllaufen? Welche Versicherungen sind für Genossenschaftsmitglieder relevant? Wichtig zu wissen: Die Gebäudeversicherung der Genossenschaften deckt nicht die Schäden am privaten Eigentum ab. Eine normale Hausratversicherung greift bei Starkregen in der Regel ebenfalls nicht. Daher ist individuelle Vorsorge seitens der Mitglieder wichtig. Der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) unterstreicht die im Zuge des Klimawandels wachsende Wichtigkeit einer Elementarschadenversicherung. Mit ihr werden Schäden versichert, die durch das Wirken der Natur hervorgerufen werden, etwa Überschwemmungen. Wenn Sie also Wertvolles im Keller lagern, kann es sinnvoll sein, Ihre bestehende Hausratversicherung um eine Elementarschadenklausel zu ergänzen. Musterbriefe an Versicherungen sowie unabhängige Beratung bieten die Verbraucherzentralen an. Mehr Infos unter ***vzhh.de***

LESEFESTIVAL

Neues Kapitel

Im Sommer 2025 feiert das Hamburger VorleseVergnügen sein 10-jähriges Bestehen. Die Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. sind seit Beginn engagierter Partner des Lesefestivals. Nun wurde der Vertrag über die weitere Zusammenarbeit unterschrieben. Darüber freuen sich Michael Wulf, Peter Kay, Jörg Tondt und Matthias Saß vom Vorstand der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V. und das Orga-Team Cornelia Franz, Maren Strobel, Katja Reider, Kai Pannen und Andreas Schlüter. So können auch in Zukunft Kinder und Jugendliche bei Lesungen und Workshops den Spaß am Buch entdecken und ihre Lieblingsautorinnen und -autoren kennenlernen – in den Nachbar-Treffs der Genossenschaften und vielen anderen Leseorten in ganz Hamburg.

UNSERE MITBEWOHNER

Der Silberfisch

Wo leben sie? Silberfischchen (Lepisma saccharina) besiedeln fast ausschließlich Häuser, nur selten sind sie in der freien Natur anzutreffen. Sie stechen nicht und übertragen auch keine Krankheiten – daher gelten sie nicht als Schädlinge, sondern als Lästlinge. Die lichtscheuen, flügellosen Insekten mit silberner Schuppung verbergen sich tagsüber in Ritzen und Spalten, hinter Fußleisten oder Tapeten.

Wo treffen wir sie? Schaltet man nachts das Licht in Badezimmer, Küche oder Flur ein, sieht man sie rasch ins Dunkel flüchten. Sie fühlen sich bei einer hohen Luftfeuchtigkeit von über 80 Prozent und Wärme am wohlsten, in Küchen, Bädern und Toiletten. Nicht mangelnde Hygiene, sondern eher das Gegenteil, sehr häufige Feuchtreinigungen, locken die Tiere aus der Kanalisation und den Abflussrohren ins Haus.

Was tun? Einige wenige Exemplare sind in jedem Haushalt normal. Eine unerklärliche, starke Zunahme kann ein Hinweis darauf sein, dass Feuchtigkeit von außen eindringt und sich Schimmel gebildet hat. Oder auf falsches Lüften! Sind die Wände gedämmt und alte Fenster durch abgedichtete ersetzt, ist bewusstes und regelmäßiges Stoßlüften doppelt wichtig, damit die Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen nicht zu hoch wird.

STRASSENGESCHICHTEN

Ingeburg-Morgenstern-Stieg

Mit der 1940 erlassenen „Anordnung über die Beschäftigung von Frauen auf Fahrzeugen“ war es Frauen behördlich untersagt, öffentliche Verkehrsmittel wie zum Beispiel Straßenbahnen oder Busse zu steuern – erst 1971 wurde diese Anordnung überarbeitet. Die damals 41-jährige Ingeburg Morgenstern meldete sich umgehend zur Ausbildung als Busfahrerin an. Sie und zwei Kolleginnen starteten 1972 als erste Busfahrerinnen der BRD in den Hamburger Verkehr. Ihr zu Ehren ist im Stadtteil Barmbek-Süd der 143 m lange Weg, der von der Weidestraße abgeht, in Ingeburg-Morgenstern-Stieg benannt. Solche „Erinnerungspunkte im öffentlichen Raum“ (Kultursenator Carsten Brosda) halten wach, dass manches, was uns heute selbstverständlich erscheint, vor wenigen Jahrzehnten noch ein gesellschaftliches Novum war. Heute haben die rund 2900 Hamburger Busfahrer etwa 400 weibliche Kolleginnen. „Immer noch zu wenig. Deshalb sind wir bemüht, mehr Frauen für diesen Beruf zu begeistern“, sagt Hochbahn-Sprecher Christoph Kreienbaum.

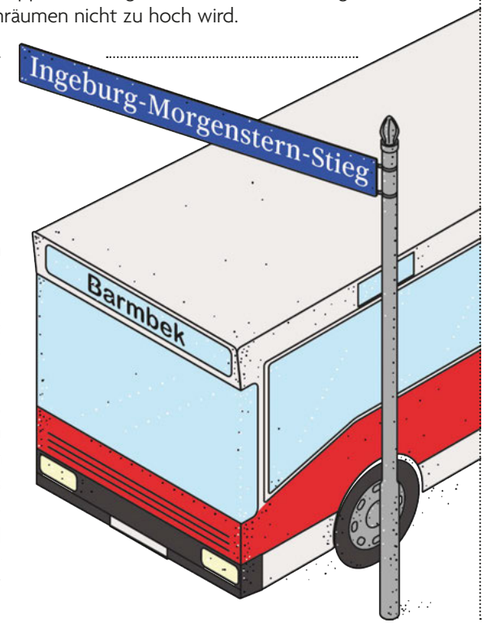


Foto: Julia Ebke; Illustration: Kristian Kutschera/barelkutschera.de, nounproject

GRÜNES HAMBURG – UNSERE FREIZEIT-FLÄCHEN

Haus am See Beliebtes Ausflugsziel (wieder ab April): das Bootshaus am Außenmühlenteich.

Perle im Süden

Vielseitig und voller Möglichkeiten: Der ***Harburger Stadtpark*** *ist ein Naturereignis mitten in der Großstadt. Hinfahren lohnt sich!*

Der Park liegt auf einem Ausläufer der Harburger Berge. Hügelrücken und schmale Täler wechseln sich ab. Er sei in „anspruchsvollem Terrain“ angelegt worden, so heißt es im landschaftsplanerischen Deutsch. Für die Menschen, die den heute 90 Hektar (rund 127 Fußballfelder) großen Harburger Stadtpark durchwandern, bedeutet „anspruchsvolles Terrain“, dass sie auf dem insgesamt rund 16 Kilometer langen Wegenetz des Parks bis zu 30 m Höhenunterschied (herrliche Ausblicke!) bewältigen müssen. Und sie können den 25 Hektar großen Außenmühlenteich (im 16. Jahrhundert für eine Wassermühle angestaut) umrunden.

Angelegt wurde der Harburger Stadtpark ab den 1920er-Jahren. Der damalige Gartenbaudirektor Georg Hölscher, der mit der Planung beauftragt war, gestaltete den Park ganz im Sinne der Volksparkidee jener Jahre – in derselben Zeit entstanden der Hamburger Stadtpark in Winterhude und der Volkspark in Bahrenfeld. Hölscher setzte sich zum Ziel, in dem Park die unterschiedlichen norddeutschen Landschaften wie etwa Heideflächen, Wälder, Moorlandschaften und Wiesentäler zu zeigen. Und wer die Frage: „Und was ist das für ein Baum?“ endlich sicher beantworten möchte, schlendert vom Schulgarten durch den Apothekergarten und schaut sich in der angrenzenden Dendrologischen Sammlung (Dendrologie = wissenschaftliche Lehre von Bäumen und Gehölzen) des Parks mit rund 80 verschiedenen Exemplaren und Schautafeln um.

Seine heutige Größe erreichte der Park erst nach dem Zweiten Weltkrieg, als die Stadt nach und nach weiteres Gelände hinzukaufen konnte. Heute bietet der Park Raum für Entspannung, Naturerlebnisse, den Genuss von Gartenkunst und für Bewegung, Yoga, Walken, Wassersport. Wermutstropfen: Das beliebte Freizeitbad „MidSommerland“ ist bis 2027 wegen einer umfangreichen Renovierung geschlossen. Hinkommen? Anfahrt ÖPNV: Von der S-Bahn-Station Harburg Rathaus mit dem Bus 245 bis Marmstorfer Weg (Nord).

Foto: Susanne – stockadobe.com

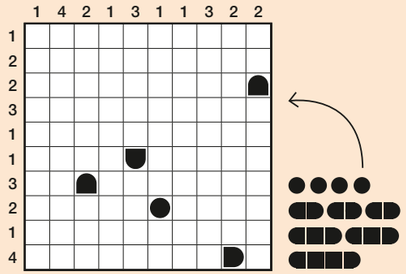
FAMILIEN-RÄTSELSPASS

Auf die Rätsel, fertig, los!

Auf diesen Seiten dürfen sich Groß und Klein amüsieren und gemeinsam knobeln. Mit ein bisschen Glück wartet sogar ein Gewinn! Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir 3x das Outdoor-Spiel Kubb von goki nature. Das Geschicklichkeitsspiel aus FSC-zertifiziertem und chemisch unbehandeltem Buchenholz sorgt garantiert für Spaß in Garten oder Park. **Viel Vergnügen beim Miträtseln!**

Folge dem Kompass

Welches Ziel erreicht man vom Fragezeichen aus, wenn man den Kompassangaben unten folgt?



NAUTILUS Finde die rechts abgebildeten zehn Schiffe. Die Zahlen am Rand verraten, wie viele Schiffsteile in der jeweiligen Zeile oder Spalte zu finden sind. Die Schiffe dürfen sich nicht berühren. Jedes Schiff ist von Wasser (leeren Kästchen) umschlossen.

Gewinnspiel

schweizerisch: Aperitif		Staat der USA	gezierte Haltung	Hahnenfußgewächs	ugs.: toll, großartig		Riesenschlange	nicht außen	Schienentriebfahrzeug (Kurzw.)
Fahrzeug des Papstes	▶					9			
Triebfahrzeug der Bahn (Kurzw.)	5				griech. Vorsilbe: allein... ▶				
Sitzgelegenheit im Grünen	▶			11					7
10					Epos von Homer		Frauengestalt aus „Don Carlos“		steif; unbeugsam
adlig, vornehm	Mittelmeerinsel Italiens		nur, speziell / Kraftfahrzeug ▶					6	
Briefversand per Computer (engl.)	▶	4				samt, inklusive		Windschattenseite	
⚑			3	Stadt bei Bologna (Italien) ▶				2	
matt, schwach	1	kurzer Filmausschnitt (engl.) ▶							8
Kurzwort: Abonnement	▶			männliches Rind	▶				

s1010-5

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Teilnahmebedingungen:

Lösungswort per E-Mail an: gewinnspiel@beiuns.hamburg oder per Post (unter Angabe der angehörenden Genossenschaft) an Torner Brand Media, Lilienstraße 8, 20095 Hamburg.

Das Los entscheidet, die Gewinnerin oder der Gewinner wird kurzfristig benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns kann nicht erfolgen.

Einsendeschluss ist der 30.5.2025

Lösungen:

IMPRESSUM

bei uns – Wohnen mit Hamburger Genossenschaften
erscheint im Auftrag der Mitglieder des Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften e. V.

fluwog
Baugenossenschaft FLUWOG-NORDMARK eG

Herausgeber:
Baugenossenschaft FLUWOG-NORDMARK eG
Wiesendamm 9, 22305 Hamburg
Telefon 040 531091-0
wohnen@fluwog.de
www.fluwog.de
Unternehmensseiten fluwog: S. 1-17
Redaktion: Sonja Voskuhl, Jörg Tondt, Benjamin Schatte
Text & Layout: mitra.hamburg

Erscheinungsweise:
4x jährlich
(März, Juni, September, Dezember)
Verlag und Redaktion:
Torner Brand Media GmbH
Lilienstraße 8, 20095 Hamburg
www.torner-brand-media.de
redaktion@beiuns.hamburg
Verlagsgeschäftsführer: Sven Torner
Gestaltung: Kristian Kutschera (AD), Inés Allica y Pfaff
Redaktion/Mitarbeit: Mirka Döring, Oliver Schirg, Almut Siegert, Elisabeth Tebbe, Schlussredaktion.de (Schlussredaktion)
Litho & Herstellung: Daniela Jänicke
Redaktionsrat: Astrid Bauermann, Silke Brandes, Alexandra Chrobok, Charlotte Knipping, Oliver Schirg, Mirko Woitschig
Für Beiträge und Fotonachweise auf den Unternehmensseiten sind die jeweiligen Genossenschaften verantwortlich.
Druck:
Meinders & Elstermann GmbH & Co. KG, Weberstraße 7, 49191 Belm
Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.
Hinweise: Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung und Kürzung von Leserbriefen vor. An Rätseln und Gewinnspielen dürfen nur Mitglieder der Hamburger Wohnungsbaugenossenschaften teilnehmen.

DIE WOHNUNGSBAU GENOSSENSCHAFTEN HAMBURG
wohnungsbaugenossenschaften-hh.de

Info-Telefon: 0180/2244660
Mo.–Fr.: 10–17 Uhr
(6 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise können abweichen)

Illustrationen: Sascha von Pander, Foto: PR

Illustration: Kristian Kutschera/barelkutschera.de

HAMBURG GRAFISCH

Im Museum

Bilder, Beute und Besucherrekorde.

60 Museen
gibt es in Hamburg. 16 davon sind staatliche Einrichtungen, dazu kommen etwa 45 private Ausstellungshäuser und Erlebniswelten.

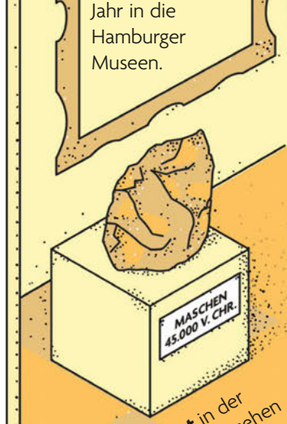
1.400.000
Besucher und Besucherinnen strömen jedes Jahr in die Hamburger Museen.

Superstar
Den berühmten „Wanderer über dem Nebelmeer“ von Caspar David Friedrich erwarb die Kunsthalle 1970 für 600.000 D-Mark.

HAMBURGER GENOSSENSCHAFTS-MUSEUM
Die Ausstellung im Gewerkschaftshaus am Besenbinderhof erzählt die Genossenschaftsgeschichte seit 1844. Mehr Infos unter *genossenschaftsmuseum.hamburg*

Kunstraub für eine Woche
Der Schock am 30. Juli 1978 war groß: ein offenes Fenster und 22 leere Bilderrahmen! Gemälde im Wert von rund 1,5 Millionen D-Mark – futsch! Eine Mitarbeiterin in der Kunsthalle half der Polizei mit einem Tipp, den Fall binnen sieben Tagen aufzuklären.

Wussten Sie, dass es…
…in Hamburg ein Polizei-Museum (Alsterdorf), ein Maler- und Lackierer-Museum (Billstedt), ein Gefängnismuseum (Norderstedt), ein Schulmuseum (St. Pauli), ein Bunker-Museum (Hamm), ein FC St. Pauli-Museum (St. Pauli) und ein HSV-Museum (Bahrenfeld) gibt?



Das **älteste Exponat** in der Stadt ist ein Faustkeil. Zu sehen ist das „Schweizer Messer der Steinzeit“ im Archäologischen Museum in Harburg.

Besucherrekord
600.000 Menschen strömten 1981 in die Tutanchamun-Ausstellung im Museum für Kunst und Gewerbe, um 55 Originalstücke aus dem Grab des ägyptischen Pharaos zu bewundern.

VON OBEN
Die Ausstellung „Hamburg von oben“, Aufnahmen aus den Jahren 1956 bis 1969 des Fotografen Günther Krüger („Luftbild-Krüger“), läuft noch bis zum 23. März 2025 im Stadtmuseum Harburg, Infos unter *amh.de*

HINGEHEN In den 16 staatlichen Museen ist für unter 18-jährige der Eintritt frei. Und jedes Jahr am Reformationstag lädt der Großteil aller Hamburger Museen die Hamburger und Hamburgerinnen und Hamburger #seeforfree zu einem kostenlosen Besuch ein.

Am **26. April 2025** können Sie bis 1 Uhr morgens durch Hamburgs Ausstellungen flanieren. Schnell von A nach B? Kein Problem: Das LANGE-NACHT-Ticket berechtigt gleichzeitig zur Nutzung des HVV. *langenachtdermuseen-hamburg.de*

VON UNTEN
Bunker, Tunnel, Katakomben: Ein Verein bietet Besichtigungstouren durch Hamburgs Unterwelt an. Infos unter ***hamburgerunterwelten.de***

10%

Ermässigung auf die Buchung

Wir führen Sie in die grundlegenden Techniken des Kerzenziehens und -färbens ein. Ihre Unikate können Sie natürlich behalten. Reservieren Sie online mit dem **Rabattcode "beiuns2024"** einen Platz in unserem Kerzencafé im Papijo Hamburg Eilbek und erhalten Sie einmalig 10% Rabatt auf die Buchung.

KERZENCAFÉ IM PAPIJO HAMBURG EILBEK
Wielandstrasse 3
22089 Hamburg
Telefon: 0160/960 120 24
www.papijo.de/kerzen-cafe

Öffnungszeiten:
alle 2 Wochen
Dienstag & Donnerstag
15:00–19:00 Uhr

GÜLTIG BIS 20.03.2025

papijo

8€

Rabatt auf eine Tour mit dem HafenCity RiverBus

Bus ahoi! Hamburg an Land und vom Wasser aus entdecken: Der HafenCity RiverBus nimmt Sie mit auf eine einzigartige amphibische Stadtkreuzfahrt durch die historische Speicherstadt, die exklusive HafenCity und zu einigen Hidden Places. Einlösbar per Mail oder am Telefon mit dem **Rabattcode "bei uns"**.

HAFENCITY RIVERBUS
Telefon: 040/76 75 75 00
hamburg@hafencityriverbus.de
www.*hafencityriverbus.de*

Start und Ziel:
Brook 2, 20457 Hamburg

Taktung:
ca. alle 90 Minuten

GÜLTIG BIS 17.04.2025

HAFENCITY RIVERBUS

1€ | 50 Cent

Rabatt für Erwachsene | **Rabatt für Kinder**

Ein Selfie mit Taylor Swift, Udo Lindenberg, oder Barbara Schöneberger? Das gibt es im Panoptikum in Hamburg! Erleben Sie die Faszination zwischen Wachs und Wirklichkeit und treffen Sie mitten auf St. Pauli über 120 Wachsfiguren. Einfach **Coupon an der Kasse vorlegen.** Gratis Audioguides und Quizhefte für junge Besucher gibt's vor Ort.

PANOPTIKUM
Spielbudenplatz 3
20359 Hamburg
Telefon: 040/511 75 34
www.panoptikum.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag und Sonntag
10:00–20:00 Uhr
Samstag
10:00–20:00 Uhr

GÜLTIG BIS 30.06.2025

PANOPTIKUM
DAS WACHSFIGURENKABINETT

2€

auf den regulären Eintrittspreis

Erleben Sie ein faszinierendes Minigolf-Erlebnis in einer außergewöhnlichen Location rund um das Thema Kino und Filme – direkt in der Hafencity am Überseequartier. Tauchen Sie ein in eine glamouröse Welt. Stilecht natürlich auch mit Popcorn und Softdrinks. **Coupon einfach an der Kasse vorlegen.**

MOVIE GOLF HAMBURG
Am Grasbrookpark 1
20457 Hamburg
www.moviegolf.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
12:00–22:00 Uhr
Samstag: 10:00–22:00 Uhr
Sonntag: 10:00–20:00 Uhr

GÜLTIG BIS 30.09.2025

MOVIE GOLF

2 für 1

Einzelticket für das Spicy's Gewürzmuseum

Das Spicy's Gewürzmuseum in der Speicherstadt hat es sich zur Aufgabe gemacht, Ihnen vom Anbau bis zum Fertigprodukt den gesamten Verarbeitungsprozess anhand von teils antiken Geräten und Maschinen näherzubringen. Es stehen über 100 Gewürze und Kräuter zum Probieren zur Verfügung. **Coupon an der Kasse vorlegen.**

SPICY'S GEWÜRZMUSEUM
Am Sandtorkai 34
20457 Hamburg
Telefon: 040/36 79 8
mail@spicys.de
www.spicys.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag
10:00–17:00 Uhr

GÜLTIG BIS 31.12.2025

SPICY'S
Gewürzmuseum GmbH

10%

auf alle Gruppen- und Einzelangebote

Erleben Sie ein einzigartiges Soundbath mit meinen Alchemy Crystal Bowls – eine 60-minütige Reise zur inneren Ruhe und Harmonie. Die heilenden Klänge unterstützen Sie dabei, Stress abzubauen, Blockaden zu lösen und Ihre Energie in Einklang zu bringen. Schenken Sie sich selbst einen Moment der Erholung und Transformation mit dem **Rabattcode "bei uns"**.

YOUR TIME
Ayurveda & Yoga
Sierichstraße 118
22299 Hamburg

Terminanfrage über:
Instagram: raisa_neumann
Raisaneumann@web.de

Meine Angebote:
Soundbath mit den Crystal Bowls oder Gong und Reiki-Behandlung

GÜLTIG AM 24.05.2025

R. Neumann
SOUNDBATH · REIKI · MEDITATION

DIGITALE LESER:IN? EINFACH COUPONS AUSDRUCKEN UND EINLÖSEN