

RAHLSTEDT-OST

typisch
RAHLSTEDT
OST



RAHLSTEDT-OST · INFORMATIONEN · Ausgabe 03/22

Stadtteilbeirat: ein fröhlicher Sommerbeirat!

Seite 6



Zu unserem 60-jährigen Stadtteil-Jubiläum

Wir suchen Fotos & Geschichten!

Seite 3



Was für ein großartiges Stadtteilfest!

Seite 8



Fotos: Stadtteilarchiv Becker und ©pixabay (Hintergrund)

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



Kurzfilm-Spaziergang für Kinder ab 4 Jahren!

Melden Sie sich gern noch für die **Entdeckungstour „Kurzfilm-spaziergang zu Nikolaus“** am **Dienstag, den 6. Dezember** an – Erwachsene sind übrigens auch herzlich willkommen!

Wir starten **um 17.30 Uhr** am Stadtteilbüro mit „**a wall is a screen**“, einem Projektor und einer **Nikolaus-Überraschung** und erleben bei dieser **1,5-stündigen Tour** um die Häuser, wie Fassaden zu Filmleinwänden für bis zu 6 Kurzfilme werden. **Anmeldung** & mehr Infos im Stadtteilbüro oder unter **www.rahlstedt-ost.de**.

Aktuelles aus der RISE Stadtteilentwicklung

60-jähriges Stadtteil-Jubiläum: Macht alle mit! S. 3

Entdeckungstour '22, Bastel-Aktion & Lastenrad S. 4+5

Neues aus dem Stadtteilbeirat S. 6

Berichte aus Rahlstedt-Ost

Stadtteilfest im & ums Startloch S. 8

Das SelbstLernZentrum: digital im Stadtteil S. 10

Termine & Vorschau S. 12

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 Rahmenprogramms Integrierte Stadtteilentwicklung finanziert.

Vorfreude und Planung: 60-jähriges Stadtteiljubiläum 2023

Gesucht: Historische Fotos & Geschichten

Kramt alle in Fotoalben, Schubladen, Dachböden, Schränken oder unter Omas Sofa: Wir planen das **Stadtteiljubiläum 2023** und benötigen dazu **Unterstützung der Bewohnerinnen & Bewohner von Rahlstedt-Ost!**

Nächstes Jahr wird die Siedlung Rahlstedt-Ost auf eine **60-jährige Geschichte** zurückblicken können. Zur Stärkung der Quartiersidentität möchten wir im Rahmen der Integrierten Stadtteilentwicklung das Jubiläumsjahr dazu nutzen, durch eine Sequenz von Veranstaltungen, Bewohner und Bewohnerinnen sowie Akteure und Akteurinnen aus Rahlstedt-Ost einzubinden und das Quartier öffentlichkeitswirksam und hamburgweit zu präsentieren. Im Laufe des Jubiläumjahres sollen **unterschiedliche Aktionen** und zur Krönung **ein großes Stadtteilfest** stattfinden.

Ihre Hilfe wird gebraucht!

Um die Geschichte des grünen Quartiers präsentieren zu können, sind wir auf der Suche nach **historischen Fotos**, die die Entwicklung von Rahlstedt-Ost zeigen. Vielleicht leben Sie auch schon lange hier und können uns mit interessanten **Berichten aus vergangener Zeit** beschenken. Schauen Sie doch gerne mit Ihren Fundstücken bei uns im Stadtteilbüro vorbei!

Neben Fotos freuen wir uns aber auch über kurze Anekdoten, schriftliche Erinnerungen und viele Beiträge von Zeitzeugen aus Rahlstedt-Ost!



Fotos: Stadtteilarchiv Becker



Es gab viel zu entdecken & erleben für Klein & Groß...

alle Fotos: Lawaetz-Stiftung



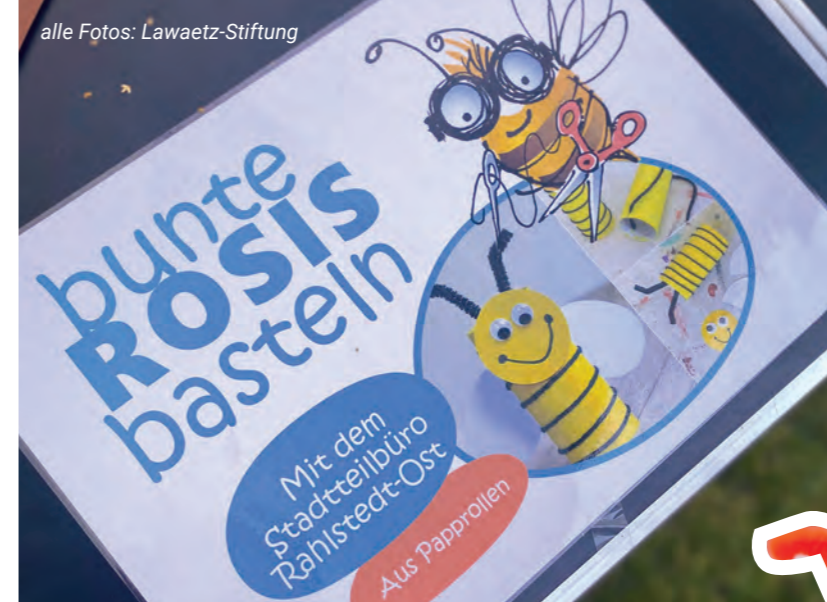
Mitmach-Spiel: „Fliegen wie ein Schmetterling“



Entdeckungstouren 2022: Natur-Führung mit Spielen & Forschen



alle Fotos: Lawaetz-Stiftung

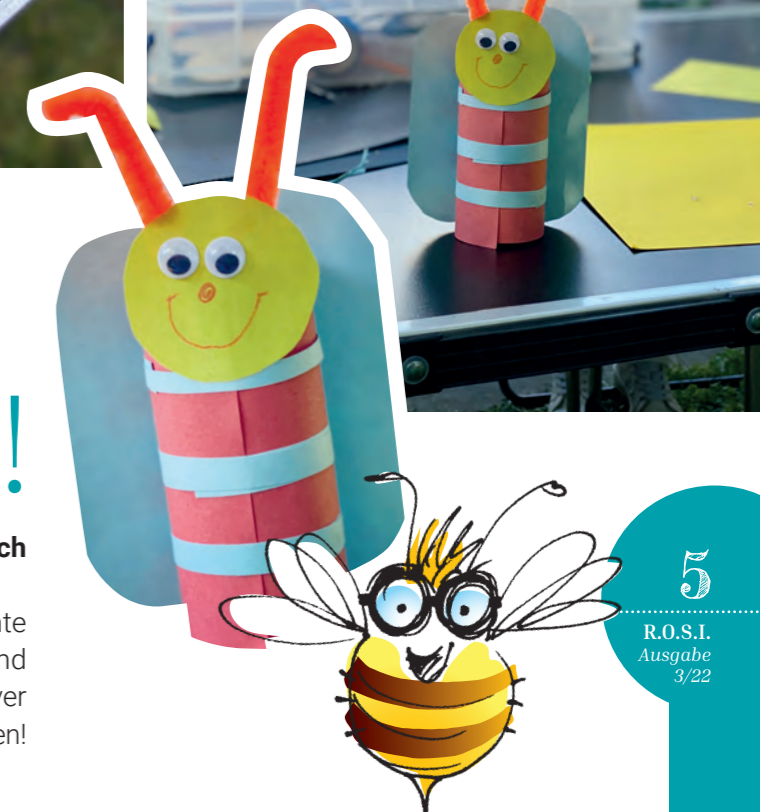


Stadtteilstiftung in Rahlstedt-Ost

So viele bunte Rosi's!

Am 3. September hat das **Stadtteilstiftung im und ums Startloch** stattgefunden und wir waren dabei (siehe S. 8).

Gemeinsam mit uns, dem Team des Stadtteilbüros, konnte die **Biene Rosi** – Namensgeberin der Stadtteilzeitung und **Quartiersmaskottchen** – gebastelt werden. Mit Hilfe kreativer Köpfe und fleißiger Hände sind so viele bunte Rosi's entstanden!



5

R.O.S.I.
Ausgabe
3/22

Auf der wilden Wiese...

Was lebt & krabbelt denn da in den **Wildblumenwiesen im Grünzug-Süd**? Und wie fühlt es sich an, wenn man mit **Insektenaugen** sehen könnte? Diese & viele weitere spannende Fragen gab es auf der **zweistündigen Naturführung** zu erforschen.

Im Rahmen der **Integrierten Stadtteilentwicklung** planen und organisieren wir die sogenannten „**Entdeckungstouren Rahlstedt-Ost**“. Für 2022 haben wir den Bewohnerinnen und Bewohnern in Rahlstedt-Ost ein buntes Programm zusammengestellt.

Forschen, Spielen & ein Wiesen-Picknick!

Eine dieser Touren führte die großen und kleinen Teilnehmenden auf eine zweistündige Tour für **Familien und alle Natur-Neugierigen** in die faszinierende Welt einer wilden Wiese. Durch die Tour führte die zertifizierte **Naturpädagogin Jutta Tschierske** – mit ganz viel Spielen & neuen Sinneswahrnehmungen im Gepäck und jeder Menge Zeit zum For-

suchen. Klein & Groß durften mal mit allen Sinnen und ganz viel Spaß erleben, was es Spannendes in einer Wiese zu entdecken gibt! Dabei ging es durch den **Grünzug-Süd**, der im Rahmen der Integrierten Stadtteilentwicklung umgestaltet worden ist. Voller Freude und Neugier wurde mit Lupen nach Krabbeltieren gesucht, durch Insektenaugen geguckt, wie ein Schmetterling geflogen – und auch eine kleine Picknick-Pause gab es zur Stärkung zwischendurch.

Zum Abschluss durften Groß & Klein ihre eigenen **Forscherkarten zum Mitnehmen** mit kreativen Insekten aus selbst gesammelten Naturmaterialien gestalten. Die wurden richtig bunt & schön...!



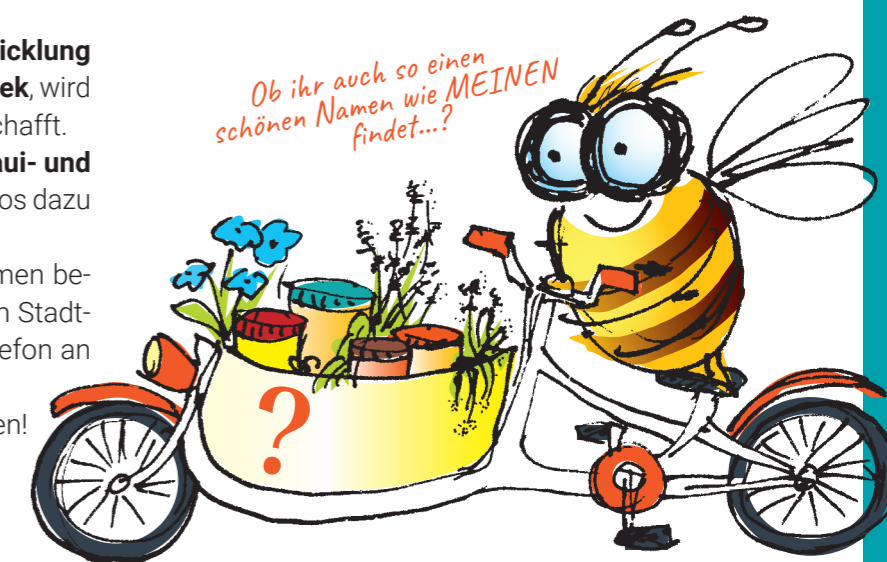
Ein Name wird gesucht: macht alle mit!

Wie soll unser aller Lastenrad heißen?

Aus Mitteln der **Integrierten Stadtteilentwicklung** und den **Klimamitteln des Bezirks Wandsbek**, wird ein **E-Lastenrad für Rahlstedt-Ost** angeschafft. Betreut und verliehen wird es dann vom **Bau- und Aktivspielplatz Rahlstedt-Ost** – weitere Infos dazu werden folgen.

Das **Lastenrad für uns alle** soll einen Namen bekommen – kreative Ideen können gerne im Stadtteilbüro abgegeben oder per Mail oder Telefon an uns herangetragen werden.

Wir sind schon jetzt gespannt auf Ihre Ideen!



**Aktuelles
vom Stadtteilbeirat
Rahlstedt-Ost**



Fröhlicher Austausch beim Sommer-Beirat!



Zuerst die Tagesordnung – dann das Vergnügen...

6

R.O.S.I.
Ausgabe
3/22

Einmal im Jahr findet die Beiratssitzung in Form eines **Sommerbeirates** statt. Die Beiratsmitglieder und interessierte Gäste treffen sich dabei in geselliger Runde. Das Motto nach der Tagesordnung hieß diesmal: „Wir schmeißen den Grill an – und die Holzklötze um...!“

Nach einer Sommerpause im Juli traf sich der **Stadtteilbeirat am 25. August** im Rahmen des Sommerbeirates im „Garten Hegen“ – mitten im neugestalteten Grünzug-Süd zwischen dem Schwarzenbeker Ring und Rehwinkel. Das Stadtteilbüro stellte die geplanten Projekte für die zweite Jahreshälfte vor – darunter die anstehende filmische **Entdeckungstour „Kurzfilmspaziergang“ am 6. Dezember** oder die **Entwicklung eines Stadtteilplans** unter Beteiligung der Bewohnerschaft aus Rahlstedt-Ost.

Im Juni haben Jugendliche aus dem Startloch bereits von ihrer **Projektidee** für eine **Jugendveranstaltung im Startloch** berichtet – im August haben sie mit Unterstützung des Startloch-Leiters **Jörn Stronkowski** den entsprechenden Antrag an den Verfügungsfonds gestellt. Der Antrag wurde mit großer Begeisterung von den stimmberechtigten

Beiratsmitgliedern genehmigt – der selbstorganisierten Feier stand damit nichts mehr im Wege!



Beim Wikinger-Schach gab es einen spannenden Kampf um jeden „Holzklötz“!

BEIRATS- TERMINE '22

... bis Ende des Jahres

24. November **08. Dezember**
(Weihnachtsbeirat)

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

Aus aktuellem Anlass haben die letzten Sitzungen in hybrider Form stattgefunden.

Für aktuelle Informationen erkundigen Sie sich bitte **im Stadtteilbüro** oder auf unserer Internetseite **www.rahlstedt-ost.de**



Im Anschluss an den formellen Sitzungsteil folgte ein **gemütliches Beisammensein** und ein fröhlicher Austausch. Die Mitglieder des Gemeinschaftsgartens „Garten Hegen“ stellten ihren Grill samt Grillkünste zur Verfügung – das Stadtteilbüro besorgte Grillwürstchen, die Mitglieder und Gäste leisteten einen leckeren Beitrag zum Buffet. Auf die Nascherei folgte leichte sportliche Betätigung - die Mitglieder zeigten ihr Können beim **Wikinger-Schach**.

In der **Sitzung am 29. September** stand das **Integrierte Entwicklungskonzept** (kurz IEK) als Hauptthema auf der Tagesordnung. Das **IEK** ist zu Beginn der Gebietsentwicklung Rahlstedt-Ost erstellt worden und wird aktuell etwa zur Mitte der Förderlaufzeit fortgeschrieben bzw. um neue Maßnahmen und Projektideen ergänzt. Zudem wurde der bisherige Entwicklungsprozess bilanziert bzw. bewertet. Die Ergebnisse dieser Zwischenbilanzierung und Fortschreibung stellten die Gebietsentwicklerinnen des Stadtteilbüros vor.

Darüber hinaus wurden zwei weitere Anträge für eine **zweite Trommelgruppe** und einen **Erste-Hilfe-Kurs** in Rahlstedt-Ost vorgestellt und genehmigt.

bislang aus dem Verfügungsfonds

GEFÖRDERTE PROJEKTE '22

1. **(Outdoor-) Spiele für den Spieletreff**
Antragsteller: Andreas K., Bewohner
2. **Kurzfilmspaziergang**
Antragsteller: Vorbereitungsgruppe Kurzfilmspaziergang
3. **Frühlingsfest und Mehr**
Antragstellende: Gartengruppe „Garten Hegen“
4. **Lachyoga**
Antragstellerin: Maren Seemann
5. **Trommeln für Anfänger*innen**
Antragstellende: Trommelgruppe „Drum the World“
6. **Ferientrubel**
Antragsteller: Aktiv- und Bauspielplatz
7. **Stadtteilfest 2022**
Antragsteller: Verein zur Förderung der kulturellen und politischen Bildung in Rahlstedt e.V.
8. **Ü16-Veranstaltung im Startloch**
Antragsteller: Verein zur Förderung der kulturellen und politischen Bildung in Rahlstedt e.V.
9. **Erste-Hilfe-Kurse**
Antragsteller: Lokale Vernetzungsstelle für Prävention und Gesundheitsförderung
10. **Zweite Trommelgruppe**
Antragsteller: Trommelgruppe „Drum the World“
11. **Auftritt Kirchenchor**
Antragsteller: Dankeskirche

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**

7

R.O.S.I.
Ausgabe
3/22

von Jörn Stronkowski

3. September 2022: Unser buntes Stadtteilstfest Rahlstedt-Ost im & ums Startloch

Was für ein großartiges Fest!

Lange genug gedauert hat es ja, weil Corona und die damit einhergehenden Verordnungen uns ein kleines Püschchen gönnten, aber am 3. September 2022 war es endlich soweit: zack, schnell aufgebaut und dann stieg auch schon die Spannung: hält das Wetter, kommen die Leute, klappt alles, wird es ein gutes Fest?

Neben einer sorgfältigen Planung waren auch die Gelder des **Verfügungsfonds** und eine Spende von **Rahlstedter Netzwerk e.V.** die Basis, um das Fest angemessen umsetzen zu können. Dankeschön dafür, auch für das Engagement der Beteiligten von **Streetlife e.V.**, vom **Baui Rahlstedt-Ost**, von der **GBS der Rudolf-Ballin-Stiftung**, von **Familienhelden e.V.**, vom **Stadtteilbüro** und bevor ich mich vergess', den **Mitarbeiter*innen vom Startloch** sowie **allen ehrenamtlichen Helfer*innen**. Ohne Euch wäre das Spektakel natürlich nie in Rahlstedt-Ost gestartet!

Auch mit dabei die Sonne, sie trug mit angenehmen Temperaturen samt Flyern, Hauswurfsendungen und Plakatstellwänden maßgeblich dazu bei, dass wir einen so hohen Zulauf hatten: Expert*innen sprechen von **mehr als 500 Menschen**, die sich zwischen 14 und 20 Uhr auf dem Startlochgelände tummelten. Und denen wurde es auf keinen Fall langweilig!

Es gab vielerlei Möglichkeiten aktiv zu sein!

Wem der Baui-Fahrzeugparcours nicht reichte, das Bungee Trampolin oder das Bullriding zu lasch waren, konnte sich am Waffelstand oder Kaffee- und Kuchenstand vordrängeln oder sich am Grillstand über Senfmangel beschweren...

Für alle, die eigentlich schon hübsch genug waren, ging doch noch was!! Sich die Nägel machen oder schminken lassen und wer das persönliche Mode- oder Wohnaccessoire anreichern wollte, hat Jute

gebeutel, Rosis gebastelt oder Blumentöpfe bemalt und bepflanzte. Für die Lütten hatte auch dieses Jahr wieder **Heidi die Clownsfrau** Luftballonschlösser und -tierchen gebaut!!

Und es gab ordentlich was „auf die Ohren“

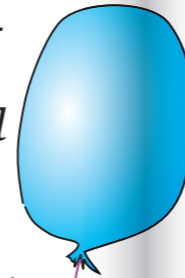
Denn da gab es noch die Bühne mit Künstler*innen des Hauses und Artist*innen aus der großen weiten Welt, die dem Publikum Jubelschreie, Tanzeinlagen und heftigsten Applause entlockte.

Den Auftakt machte eine Gruppe aus dem Startloch, die „**Hollabackz**“, sieben junge Frauen, die



alle Fotos: Lawaetz-Stiftung

„Die Lütten“ sorgten an den Basteltischen für wirklich bunte & gelungene Erinnerungen an dieses Stadtteilstfest!



eine eigene Choreografie aus der Sparte **HipHop Clipdance** präsentierten. Kreative Elemente, souverän und synchron vorgetanzt, das brachte schon einmal Stimmung in die Zuschauermenge.

Rockige und poppige Sounds lieferten dann **Justines Delight**. Die drei alten Knaben bringen mittlerweile zusammen über 170 Jahre auf die Bühne. Sie spielten bereits Anfang der 80er zum Punkrock auf – und boten Songs aus den 70ern, 80ern & das Beste von Gestern.

Erstmalig waren dann Klänge einer **Tabla** zu **traditionellem afghanischen Gesang** in Rahlstedt-Ost zu vernehmen. Eine Bereicherung! Herkunft, Hautfarbe und Religion spielten auch dann keine Rolle mehr, als **Oded & Camilo** trommelten: da groovte & tanzte man mit und ließ sich von den technisch brillanten Eigenkompositionen verzaubern.

Der Abschluss gehörte traditionell **Iva**, der ungekrönten **Singerqueen-RO**. Sie liefert Topqualität in Sachen Jazz, Pop & Soul und wurde diesmal von **Ivo's** virtuosem Tastenspiel begleitet.

Große Vorfreude auf eine Fortsetzung in 2024

Und trotz wirklich intensiver Vorbereitung, konnten wir einen derartigen Besucherstrom nicht erahnen, wodurch ein kleiner Wermutstropfen auf die langen Wartezeiten insbesondere beim Catering niederschlug.

Aber wir lernen ja immer noch dazu und so werden wir **nach unserer Bauphase** im Jahr 2023 für **2024** ein Fest anstreben, bei dem es – obwohl kaum möglich – noch geiler wird als dieses Jahr...!

Egal ob Bungee-Trampolin, Leckereien genießen, den Klängen von der Bühne lauschen oder mal Klönschnack: die Sonne strahlte auf alle Gäste!



Oben: Die Warteschlangen an den Aktions-Tischen waren teils richtig lang – aber lohnten sich richtig...

Links: Die Gruppe Hollabackz aus dem Startloch sorgte mit ihrem HipHop-Clipdance für einen mitreißenden Auftakt für unser Fest!





von Karin Bauermeister



Das SelbstLernZentrum unterstützt bei Fragen zu Smartphone, Laptop & Co.

Digital im Stadtteil



Einen Termin im Bezirksamt vereinbaren? Ein Auto neu anmelden? Das aktuelle Kino-Programm ansehen? Vieles ging früher direkt vor Ort, heute wird **alles digital**. Und eigentlich ist es **auch ganz praktisch**, das nächste Rezept beim Arzt online zu bestellen und nicht mehr selbst vorbeigehen zu müssen. **Doch wie geht das alles?**

Gerade für Menschen, die nicht mit digitalen Medien aufgewachsen sind, ist der Einstieg in Smartphone, Laptop und Co. manchmal schwierig. Die eigenen Kinder sind zu ungeduldig, die Enkel haben keine Zeit. Und die Angst, etwas falsch zu machen, ist dann doch zu groß.

„Diese Scheu zu nehmen und sich auch mal trauen, irgendwo draufzudrücken, das ist das Ziel in diesem Kurs“, erklärt **Herr Dettmann**, der die Smartphone-Sprechstunde vom **SelbstLernZentrum** leitet. Donnerstags von 11 bis 13 Uhr sind die Türen des Stadtteilbüros geöffnet für Menschen, die Fragen zu ihren Smartphones haben. Anfängerinnen und Anfänger sind hier herzlich willkommen.

„Der Umgang mit digitalen Geräten wird heute leider nahezu vorausgesetzt“, beschreibt **Karin Bauermeister** die Situation. Sie koordiniert die Angebote und Kurse des **SelbstLernZentrums in Rahlstedt-Ost**. „Wer kein Smartphone hat, ist bei immer mehr Dingen des alltäglichen Lebens außen vor. Das fängt schon beim Kontakt mit der eigenen Familie an, wenn Bilder von der letzten Geburtstagsfeier geschickt werden sollen.“

Wussten Sie schon?

- Die Angebote des SelbstLernZentrums sind **kostenlos**.
- Das Kursprogramm wird **nach Ihren Wünschen** und Ideen gestaltet.
- Das SelbstLernZentrum gehört zur Hamburger Volkshochschule.

Auch in Zukunft soll es weitergehen

Seit Januar 2022 gibt es dieses Angebot bereits. „Wir sind da, solange das Gebäude steht“, scherzt Karin Bauermeister. In der Tat ist es so, dass die **Smartphone-Sprechstunde** sehr gut angenommen und nachgefragt wird.

Doch die Zukunft ist ungewiss, stehen doch die Baumaßnahmen im Quartierszentrum und damit auch der Abriss des Gebäudes an.

Auch der **Computer-Treff** ist davon betroffen. Dieses Angebot findet direkt im Anschluss an die Smartphone-Sprechstunde statt. „Die Fragen im Computer-Treff sind sehr unterschiedlich. Manche Teilnehmenden haben sich ihren ersten Laptop gekauft, andere haben spezielle Fragen zu Emails, Textverarbeitung oder Datenablage. Das ist sehr bunt an Themen“, berichtet Herr Dettmann, der auch dieses Angebot leitet. „Die beiden Kurse werden gut angenommen und wir halten schon jetzt Ausschau nach neuen Räumen dafür hier im Stadtteil“, ergänzt Karin Bauermeister.

Ein vielfältiges Angebot

Die Angebote zu digitalen Themen gehören zum Programm des SelbstLernZentrums in Rahlstedt-Ost und entstanden auf Anfrage von Anwohnerinnen und Anwohnern. Das **Freizeit- und Lernangebot** ist vielfältig. Es gab bereits Deutsch-Gesprächskreise, Gedächtnistraining, Nordic Walking, Fahrrad fahren lernen für Frauen oder SchwimmLern-Kurse für Erwachsene. Finanziert wird das SelbstLernZentrum aus Mitteln des **Europäischen Sozialfonds** und der **Stadt Hamburg**.

Am Ende der Smartphone-Sprechstunde strahlen die Teilnehmenden, dass sie sich nach dem Kurs bei Problemen mit dem Smartphone ohne Angst auch selbst helfen können.

„Die Freude der Teilnehmenden über ihr neues Können ist die schönste Bestätigung!“

Rüdiger Dettmann, Kursleiter im SelbstLernZentrum

Sie haben eine Idee für einen neuen Kurs? Prima!

Dann erzählen Sie es Karin Bauermeister vom SelbstLernZentrum.

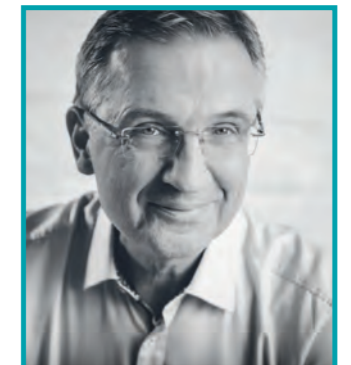
Sie findet dann einen geeigneten Raum im Stadtteil und eine Kursleitung.

Wann Ihr Wunschkurs startet, erfahren Sie über Aushänge im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost, aus der aktuellen R.O.S.I. und im Internet!

Melden Sie sich an oder kommen Sie einfach vorbei!



Karin Bauermeister



Rüdiger Dettmann, Kursleiter für die Smartphone- & Computer-Kurse

Ihr Weg zu uns:

Persönlich: donnerstags 13 - 15 Uhr im Stadtteilbüro Rahlstedt-Ost

Telefon: 0176 - 42 86 85 10

E-Mail: k.bauermeister@vhs-hamburg.de oder **online** unter:

https://padlet.com/SelbstLernZentrum/RahlstedtOst



November

So • 6. November, 18 Uhr
Erhöhtes Unerhöhtes –
GEWONNENE ZEIT
 Konzert mit Werken unterschiedlicher Länder & Kulturen, u.a. von den Komponisten Leo Brouwer und Tilman Hübner
 Dankeskirche, Kielkoppelstraße 51

Mo • 14. November, 16.30 Uhr
Laternenfest mit Umzug
 Dankeskirche, Kielkoppelstraße 51

Do • 24. November, 18 - 20 Uhr
Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost
 Hybride Sitzung: im Stadtteilbüro und online (Zoom-Link auf Nachfrage), Hegeneck 7-9

So • 27. November, 10 Uhr
Kantate „Nun komm, der Heiden Heiland“ von Georg Philipp Telemann

Es singt der Kirchenchor im Rahmen des Gottesdiensts
 Dankeskirche, Kielkoppelstraße 51

Dezember

Di • 6. Dezember 18 - 17.30 Uhr
Entdeckungstour:
Kostenloser Kurzfilmspaziergang für Kinder & Familien
 Treffpunkt: wird bekanntgegeben
Anmeldung:
rahlstedt-ost@lawaetz.de

Do • 8. Dezember, 18 - 20 Uhr
Stadtteilbeirat Rahlstedt-Ost Weihnachtsbeirat
 Hybride Sitzung: im Stadtteilbüro und online (Zoom-Link auf Nachfrage), Hegeneck 7-9

Sa • 24. Dezember, 15 Uhr
Familien-Gottesdienst an Heiligabend
 Mit Pastor Wüstefeld
 Dankeskirche,
 Kielkoppelstraße 51



Prosit Neujahr!



regelmäßige Termine

immer montags • ab 17 Uhr
Treffen der Gartengruppe „Garten Hegen“
 im SAGA-Grünzug zwischen Schwarzenbeker Ring und Rehwinkel
 Kontakt: Kloenschnack@Garten-Hegen.de
 Wilfried Ring: 040/42 666 97 43

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

NEU: immer mittwochs • 14.30 - 16.30 Uhr
Beratung: Fitness, Gesundheit & Ernährung
 Kostenloses Angebot mit Jonas Küppershaus
 Termin vereinbaren unter:
jonas.kueppershaus@googlemail.com

Nächste Ausgabe:
März 2023
Redaktionsschluss:
1. Februar 2023

*... und tschüss,
 Leute – kommt alle
 gesund ins
 Neue Jahr!*



immer mittwochs • 17 - 18.30 Uhr & 18.45 - 20.15 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
SelbstLernZentrum
dazu immer donnerstags • 13 - 15 Uhr

Computer-Treff
 Hilfe im Umgang mit dem Computer · Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
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