



Generationen gemeinsam in Eppendorf



NEWSLETTER

Juli - September 2017



## Liebe Leserinnen und Leser,

die 9. Ideen- und Planungswerkstatt zum Thema Barrierefreiheit hat nicht nur interessierte Gruppen und Multiplikator\*innen miteinander vernetzt, sondern bereits zu Folgeaktionen geführt: so wurden die Elbphilharmonie und die U-Bahnstation Klosterstern auf ihre Zugänglichkeit getestet. Doch damit ist das Thema für MARTINierLEBEN noch lange nicht erschöpft.

Wir werden uns weiter dafür einsetzen, dass im Quartier die Wege auch für diejenigen frei werden, die nicht im Fokus der Verkehrsplanung stehen: z.B. Fußgänger\*innen und alle, die auf Rollstuhl und Rollator angewiesen sind.

In diesem Sinne, Ihnen allen ein gutes Vorankommen!  
Ihre Elisabeth Kammer und Larissa Rode

## Tempo 30 - mehr Lebensqualität!

Wem gehört die Stadt? Den Autofahrenden oder denen, die mit dem Fahrrad, dem Rollstuhl oder zu Fuß unterwegs sind?

Laut einer Neuregelung des Bundesrates werden in Zukunft mehr Zonen mit 30 km/h Höchstgeschwindigkeit in den Städten entstehen. Das ist bei dem steigenden Verkehrsaufkommen eine längst notwendige Weichenstellung. Insbesondere vor Kitas und Schulen, vor Alten- und Pflegeheimen oder Krankenhäusern soll die Geschwindigkeit demnach in der Regel auf Tempo 30 beschränkt werden. Diese Maßnahme erhöht nicht nur die Sicherheit für alle Teilnehmenden, sondern führt auch dazu, dass der Verkehrslärm verringert und die Luft verbessert wird.



Foto: Ulrike Klose

Neu ist auch, dass die Bürger\*innen einfach eine Tempo 30 Zone beantragen können. In Hamburg wenden sie sich an den Regionalausschuss des jeweiligen Bezirks oder gehen online. Dafür hat der Fahrradclub ADFC Hamburg einen Link eingerichtet: <http://hamburg.adfc.de/verkehr/themen-a-z/tempo-30/laeuft/ihr-antrag-fuer-tempo-30>

Der Eppendorfer Weg beispielsweise ist eine der ersten Straßen, in der eine Tempo 30 Zone eingerichtet wird. Dieses wollen wir auch für die Martinstraße erreichen, in der Senioren- und Pflegeheime und das UKE liegen und täglich mehr als 12 000 Fahrzeuge inklusive Busse und LKWs durchbrettern.

### Parken für Anwohner\*innen - die Lösung?

Wenn im Herbst das neue Kinderkrankenhaus des UKE seinen Betrieb aufnehmen wird, dürfte die Verkehrsdichte sogar noch steigen. Da in der Planung keine Tiefgarage vorgesehen wurde, sind noch mehr Parkplatzsuchende in der Frickestraße (die bereits jetzt jeden Tag von mehr als 400 Autos befahren wird) und den umliegenden Straßen zu befürchten. Anwohnerparken wäre eine Lösung, um hier den Suchverkehr zu minimieren. Bislang gibt es diese Möglichkeit nur für sechs Hamburger Gebiete. Eppendorf ist nicht darunter.

Ein Barmbeker startete jüngst eine Petition, die eine Ausweitung dieser Zonen auf alle Hamburger Stadtteile mit verdichteter Wohnbebauung fordert. Über 2300 Unterschriften wurden auf [www.change.org/anwohnerparken](http://www.change.org/anwohnerparken) bereits erfasst.

Eine Entlastung wäre dringend notwendig, da bereits jetzt die Wege des Quartiers durch parkende Autos überfüllt sind. Mehr noch, viele parken verkehrswidrig in zweiter Reihe oder beschneiden durch dreistes Schrägparken auf dem Bürgersteig den Raum für Fußgänger\*innen. Sehr häufig so massiv, dass Rollstuhlfahrende auf die Straße ausweichen müssen.



Schrägparken in der Frickestraße

Wir wollen das nicht mehr hinnehmen und fordern die Verantwortlichen auf, diese unhaltbare Situation in unserem Wohngebiet zu verändern. Es kann nicht sein, dass einige wenige die anderen Verkehrsteilnehmenden so extrem beeinträchtigen und sogar gefährden.

## Eine Frage der Philosophie

Im Normalfall braucht Ernst Irion nur wenige Minuten, um festzustellen, ob sich die Reparatur eines Gerätes auch lohnt. Die nötige Erfahrung bringt er aus seinen Berufsjahren als Nachrichtentechniker und Elektromechaniker mit. Früher war Ernst in ganz Europa unterwegs, um die Tonstudios von Frank Farian (dem Produzenten von Boney M), Kraftwerk oder der experimentellen Gruppe CAN einzurichten und zu betreuen. Er hat sich in der Szene immer wohlgeföhlt, nicht



Foto: MARTINierLEBEN

nur weil er selbst Elektrogitarre gespielt hat, sondern auch wegen der teils philosophischen Gespräche im Studio. Die Tatsache, dass bei heutigen Geräten der Verschleiß sozusagen vorprogrammiert ist, bereitet ihm Bauchschmerzen. Und als er vor einigen Jahren in Rente ging, hat er sich nach Möglichkeiten umgeschaut, diesem Trend der Kurzlebigkeit entgegenwirken und ist auf die Repair-Café-Bewegung gestoßen. Zwar wohnt er in Wandsbek, wenn er jedoch analoge Highendgeräte repariert, dann hauptsächlich im Repair-Café in Eppendorf. Seine erste Besucherin an einem eher herbstlichen Tag im April hat einen Walkman dabei, der leiert. Ernst legt eine Prüfkassette ein und nimmt seine Kopfhörer aus einem kleinen schwarzen Koffer. Schnell stellt er fest, dass sich um ein mechanisches Problem handelt: der Treibriemen müsste erneuert werden. Doch erst muss das passende Ersatzteil beschafft werden.

Was er mit seinem Engagement erreichen möchte, ist ein Beispiel für ein „bescheidenes“ Leben: reparieren und wiederverwerten statt immer neu kaufen und wegschmeißen. „Früher wollte jeder Junge Radio-Fernsehtechniker werden, heute haben sich die Werte verschoben,“ sagt Ernst, „Wenn alle eine akademische Laufbahn anstreben, geht die handwerkliche Komponente verloren.“ Gegen diese Schiefelage möchte er ebenfalls ankämpfen und sein Wissen und Geschick im Repair-Cafés einsetzen. Und wenn er Menschen gegenüber sitzt, die sich auf ein persönliches Gespräch einlassen, zum Beispiel über den extra eingebauten Verschleiß von technischen Geräten, umso besser. Es hat also fast schon einen philosophischen Hintergrund, warum er seine freie Zeit im Repair-Café verbringt.

In unserem Kalender finden Sie unsere eigenen Veranstaltungen sowie Angebote von ausgewählten Institutionen aus der Nachbarschaft. Sofern nicht anders angekündigt, sind alle Angebote kostenfrei. Spenden sind jederzeit willkommen.

## regelmäßige Termine

1. Dienstag im Monat, 15:00 - 17:00

### **MARTINlerLEBEN-Café: Austausch, Info und Kultur**

An jedem ersten Dienstag des jeweiligen Monats stellt beim MARTINlerLEBEN-Café ein Gast ein interessantes Thema vor. Den jeweiligen Inhalt des Vortrags finden Sie auf den folgenden Seiten.

**Veranst.:** MARTINlerLEBEN

**Ort:** Begegnungsstätte Martinistr. 33

Jeden Mittwoch im Monat, 10:00 - 12:00

### **Boule-Gruppe**

Bei gutem Wetter sind alle zum Mitspielen auf dem Bouleplatz willkommen. Spiel und Platz sind barrierefrei, also auch für Rollstuhlfahrende geeignet.

**Veranst.:** MARTINlerLEBEN, **Info Tel.:** 46 01 799

**Ort:** Weg am Bauspielplatz im Eppendorfer Park

Jeden Donnerstag, ab 15:30

### **Spieltreff**

In geselliger Runde kommen Brettspiele, Karten und Co. zum Einsatz.

**Veranst.:** Leben im Alter

**Tel.:** 48 78 39, **Leitung:** Astrid Spiecker

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistraße 33



3. Donnerstag im Monat, 17:00 - 20:00

### **Eppendorfer Masche**

Gemeinsam stricken, häkeln, oder handarbeiten: Einfach Strickzeug bzw. eigene Handarbeit mitbringen. Für Anfänger\*innen haben wir Nadeln und einiges an Wolle zum Ausprobieren da. Fachfrauen helfen gern mit Tipps und Tricks.

**Veranst.:** MARTINlerLEBEN

**Ort:** Kulturhaus Eppendorf, Bistro



## Juli

Samstag, 1. Juli, ab 15:30

### Sommerfest der Generationen

Seit September 2016 machen die Vorschulkinder der Marie-Beschütz-Schule und der Kita Martinistraße mit Senior\*innen des Elim Seniorenzentrum Eppendorf und aus dem Stadtteil gemeinsam Musik. Um dies zu feiern, laden wir zum Sommerfest ein. Die Kinder und Senior\*innen sowie die Rhythmik- und Musikgruppe der Begegnungsstätte St. Martinus werden etwas vorführen und im Anschluss werden wir mit allen, die Lust haben, gemeinsam Singen und Musizieren. Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

**Veranst.:** MARTINlerLEBEN, Kulturhaus Eppendorf, ELIM Seniorenzentrum

**Ort:** ELIM Seniorenzentrum Eppendorf, Frickestraße 22

**Anmeldung Tel.:** 46 06 34 -11

Dienstag, 4. Juli, 15:00 - 17:00

### MARTINlerLEBEN-Café: Line Dance

Line Dance ist ein Gruppentanz, bei dem die Tänzer\*innen in Reihen neben- und hinter einander stehen. Claudia Lemm von der Begegnungsstätte St. Martinus wird über diesen Tanz und seine Verbreitung in- und außerhalb der Country-Musik-Szene berichten und hat auch leichte Choreographien zum Ausprobieren dabei. Wer mag, darf also das Tanzbein schwingen.



Foto: Sebastian ter Burg

**Veranst.:** MARTINlerLEBEN

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistr. 33

Sonntag, 09. Juli, 16:30 - 18:30

### Führung: „Eppendorf – wie aus dem Dorf ein Stadtteil wurde“

Entlang einer der ältesten Wege Eppendorfs befinden sich zahlreiche Spuren der Vergangenheit. Gemeinsam suchen wir auf diesem Rundgang die vielen historischen Plätze auf und zeigen, wie sich die Straße zur Lebensader des Stadtteils entwickelt hat.

**Veranst.:** Stadtteilarchiv Eppendorf

**Treffpunkt:** Kirche St. Johannis, Ludolfstraße 66

**Kostenbeitrag:** 6,-

Montag, 10. Juli, 14:15 - 15:15

## Musik bewegt

Unter der Anleitung der Musikpädagogin Franziska Niemann stehen an diesem Nachmittag das Tanzen im Sitzen, das Singen und die Rhythmik im Mittelpunkt – auch unter Verwendung von Orff Instrumenten.

**Veranst.:** Leben im Alter

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistraße 33

**Kostenbeitrag:** 2,50 €



Mittwoch, 26. Juli, ab 9:00

## Runter vom Sofa - zu Natur und Kultur

Wanderung zum Leuchtturm Bunthäuser Spitze. Kosten entstehen für Fahrt, Museumseintritte, Führungen und Kaffeebesuch.

Lunchpaket mitnehmen.

**Veranst.:** Leben im Alter

**Treffpunkt:** Begegnungsstätte, Martinistr.33

**Info und Anmeldung Tel.:** 48 78 39

## August

Dienstag, 1. August, 15:00 - 17:00

## MARTINIERLEBEN-Café: Wer war Oda Schottmüller? Geschichte eines Straßennamens

Maria Koser erzählt an diesem Nachmittag aus dem Leben der Tänzerin, Bildhauerin und Widerstandskämpferin Oda Schottmüller.

Im November 2014 wurde die Schottmüllerstraße umgewidmet. Ursprünglich erinnerte sie seit 1937 an den Bakteriologen und Direktor am Universitätskrankenhaus Prof. Dr. Hugo Schottmüller, jetzt an Oda Schottmüller.

**Veranst.:** MARTINIERLEBEN

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistr. 33

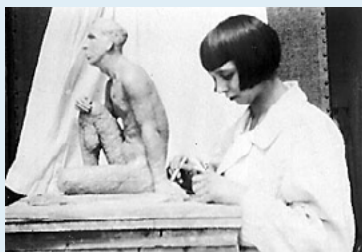


Foto: © N.N./ EMPORE



Donnerstag, 10. August, 15:30 - 18:30

## Workshop Kinaesthetics

Kinaesthetics ist eine Bewegungslehre, die Menschen aller Altersgruppen in ihrer Bewegungswahrnehmung sensibilisiert und ihre Bewegungskompetenz stärkt. Die Kinaesthetics-Trainerin (Stufe 2) Karola Hermes vermittelt die grundlegenden Prinzipien von Bewegung und zeigt, anhand einiger leicht zu erlernender Übungen, neue Verhaltens- und Bewegungsmuster, welche die Gesundheit positiv beeinflussen.

**Veranst.:** MARTINierLEBEN

**Ort:** Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13a

**Anmeldung Tel.:** 46 77 93 25

**Kostenbeitrag:** 15,- €

Samstag, 19 August, 14:00 - 17:00

## Repair-Café Eppendorf - Wegwerfen? Denkste!

Reparaturannahme von elektronischen Geräten bis ca. 16:00 Uhr. Bei einem großen Andrang behalten wir uns vor, die Annahme bereits früher zu beenden.

Zwei linke Hände? Keine Angst - mit unserer Hilfe schaffen Sie das! Im Repair-Café Eppendorf reparieren Ehrenamtliche gemeinsam mit den Gästen defekte Gegenstände und Textilien. Hier können Möbel, elektrische Geräte, Fahrräder, Spielzeug, Kleidungsstücke und vieles mehr wieder instand gesetzt werden. Ersatzteile sollten nach Möglichkeit mitgebracht werden.



Foto: Jan Ehlers

Mit Kaffee und Kuchen lässt sich die Wartezeit entspannt überbrücken. Wir freuen uns über Spenden.

Für den Elektrobereich suchen wir fortlaufend Reparaturprofis. Bitte bei Elisabeth Kammer melden unter Tel.: 46 77 93 25.

**Veranst.:** MARTINierLEBEN

**Ort:** Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13a



Dienstag, 22. August, 15:00 -17:00

## Was kommt, wenn wir gehen - Umgang mit Tod und Trauer

In der Gewissheit, dass jeder Mensch im Sterben gleich ist, und andererseits in der tiefen Überzeugung, dass jedes Sterben und jedes Trauern einzigartig ist, informiert und berät sie Raphaela Winkler über die Facetten von Abschied und Neubeginn in Gesellschaft und Familie.

**Veranst.:** Hamburgische Brücke

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistraße 33

**Anmeldung:** 040-46 20 22

## September

Dienstag, 5. September, 15:00 - 17:00

### MARTINIERLEBEN-Café: Flüchtlingsarbeit Eppendorf

Die Initiative „Welcome to Eppendorf“ tritt seit vielen Monaten dafür ein, dass Geflüchtete auch nach Eppendorf kommen und befürwortet die geplante Folgeunterkunft an der Loogestraße. Maritta Grebe-Senner (Kulturhaus Eppendorf, Welcome to Eppendorf und Bündnis Hamburger Flüchtlingsinitiativen) berichtet über den aktuellen Stand, bisherige und zukünftige Aktivitäten der Initiative sowie Möglichkeiten der Unterstützung.



**Veranstalter:** MARTINIERLEBEN

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistr. 33

Sonntag, 17. September, 13:00 - 16:00

### Schenkvergnügen: Schenken und beschenkt werden

Alle dürfen Dinge und Taten verschenken, die anderen Freude bereiten. Einfach Dinge mitbringen, die Ihr verschenken möchtet und womit Ihr euch beschenken lassen wollt.

Alles ist willkommen, was die Gemüter erfreut. Größere oder sperrigere Sachen kann man fotografieren. Kleidung bitte möglichst der Jahreszeit entsprechend mitbringen. Wir behalten uns vor, Dinge abzulehnen, z.B. wenn sie funktionsuntüchtig, beschädigt oder schmutzig sind. Was übrig bleibt, schenken wir dem Umsonstladen in der Stresemannstraße 150 in Altona.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Wir freuen uns über Spenden.

**Veranst.:** MARTINierLEBEN und wellYunit

**Anspr.:** Sabine Siehl, **Tel.:** 42 93 53 66

**Ort:** Begegnungsstätte, Martinistr. 33



Foto: Hülya Souk

Mittwoch, 22. September, 10:00 - 19:00

### „Mit Schirm, Charme und Demenz“



Ein buntes Kulturprogramm im Rahmen der Aktionswoche Demenz bietet Ihnen der Bezirk Nord. Stimmungsvoller Ausklang wird ein Candle-Light-Dinner im Restaurant Martini sein. Machen Sie sich schick und genießen Sie einen wunderbaren Tag mit Musik, Theater und Tanz.

**Veranst.:** Hamburgische Brücke

**Ort:** Bethanien-Höfe Eppendorf  
Martinistraße 41-49

### In eigener Sache

Präsentieren Sie Ihr Unternehmen in einem passenden Umfeld und unterstützen Sie damit unsere Arbeit. Wir schicken Ihnen auf Nachfrage selbstverständlich eine aktuelle **Anzeigen**-Preisliste zu. Kontaktieren Sie uns unter [info@martinierleben.de](mailto:info@martinierleben.de) oder telefonisch 46 77 93 25

Liebe Freund\*innen von MARTINierLEBEN, wir brauchen helfende Hände, die diesen **Newsletter** dort verteilen, wo sie einkaufen, Kaffee trinken, zum Arzt gehen oder Bücher ausleihen - gerne auch in anderen Stadtteilen. Vielen Dank!

Unser **NachbarNetz** können Sie auch weiterhin online finden. Falls Sie etwas anbieten möchten oder etwas suchen, können Sie uns gern anrufen oder auf unserer Website ein Kontaktformular ausfüllen.

Über aktuelle Themen rund um den Verein und das Martini-Quartier informieren wir Sie regelmäßig auch auf dem **Blog**: [www.martinierleben.blogspot.de](http://www.martinierleben.blogspot.de)

# MARTINlerLEBEN Verein

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Verein  
**MARTINlerLEBEN**  
**Generationen gemeinsam in Eppendorf e.V.**

- Einfaches Mitglied\***, € 25,- /Jahr
- Einmalige Spende**, € \_\_\_\_\_
- Fördermitglied\***, (Mindestbeitrag/Jahr € 30,-)  
jährlicher/monatlicher Beitrag € \_\_\_\_\_
- \*Kündigung der Mitgliedschaft ist zum Jahresende möglich.

---

Name, Vorname

---

PLZ, Ort

Straße, Haus-Nr.

---

Telefon

E-Mail-Adresse

---

Ort, Datum

Unterschrift

- Den Beitrag zahle ich jährlich im ersten Quartal auf das Konto des Vereins: Hamburger Sparkasse  
BIC HASPDEHHXXX  
IBAN DE68200505501234136404

- Ich ermächtige den Zahlungsempfänger MARTINlerLEBEN e.V. (Gläubiger ID: DE43ZZZ00000896348, Mandatsreferenz: \_\_\_\_\_ vom Zahlungsempfänger auszufüllen) den Mitgliedsbeitrag bei Fälligkeit von meinem Konto einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger von meinem Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.  
**HINWEIS:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Beitrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Bei einer Rücklastschrift gehen anfallende Gebühren zu meinen Lasten.

---

Kreditinstitut

---

IBAN

---

Ort, Datum

Unterschrift

MARTINlerLEBEN, Julius-Reincke-Stieg 13a, 20251 Hamburg

# MEIN RECHTER, RECHTER PLATZ IST FREI!



## FREIE PLÄTZE IN UNSEREN BETREUUNGSGRUPPEN FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Sie begleiten und pflegen mit unermüdlichem Einsatz Ihren Angehörigen mit Demenz? Sie wünschen sich, einmal wieder durchatmen zu können und hin und wieder auf andere Gedanken zu kommen?

Das Demenzdock lädt Sie ein, unsere Frühstücksgruppe in Eppendorf kennenzulernen. Unser Motto „**Gemeinsam statt einsam**“: Begegnungen, Unternehmungen und neue Eindrücke.

**WO?** Begegnungsstätte Martinistraße,  
Martinistraße 33

**WANN?** Jeden Montag und Mittwoch  
von 10:00 - 13:00 Uhr

Kommen  
Sie  
an Bord!

„Schnuppern“ Sie ganz unverbindlich bei uns herein – Wir freuen uns auf Sie!

**Infos unter 040-460 21 58 oder [bst@hamburgische-bruecke.de](mailto:bst@hamburgische-bruecke.de)**  
**HAMBURGISCHE BRÜCKE – Gesellschaft für private Sozialarbeit e. V.**

Die Betreuungsgruppen können über die Pflegekassen finanziert werden – fragen Sie nach, wir beraten Sie gerne!

## MARTINierLEBEN Sprechzeiten

Dienstags 10:00 - 13:00 Uhr, und nach Vereinbarung  
Raum 4 im Kulturhaus Eppendorf

Julius-Reincke-Stieg 13a, 20251 Hamburg

**Tel.:** 040 - 46 77 93 25, [info@martinierleben.de](mailto:info@martinierleben.de)



Rampe an der Rückseite des Gebäudes  
Rollstuhlfahrer\*innen-Toilette

Wenn Sie unseren Newsletter erhalten oder abbestellen möchten, rufen Sie uns gern an oder schreiben Sie uns eine Email.

**Redaktionsschluss** für den Newsletter  
Oktober - Dezember 2017 ist der 31.08.2017

*Text/Layout: Larissa Rode u. Elisabeth Kammer*



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

[www.martinierleben.blogspot.de](http://www.martinierleben.blogspot.de)

[www.facebook.com/MARTINierLEBEN](https://www.facebook.com/MARTINierLEBEN)

[www.twitter.com/MARTINierLEBEN](https://www.twitter.com/MARTINierLEBEN)