

Gesunde Bewegungsförderung – für alle Altersgruppen!

Bereits seit vielen Jahren bietet die Lokale Vernetzungsstelle (LVS) „Gesundes Langenhorn“ Workshops und Kurse zur gesunden Bewegung an. Bisher profitierten vor allem Erwachsene, Senior*innen und kleinere Kinder davon. Angebote, die Jugendliche und Grundschulkinder „in Bewegung“ bringen und ihre Interessen treffen, waren selten. Bis jetzt!

Nun hat die LVS zwei Kursleiter gewinnen können, die mit viel Musik, Hip-Hop, Capoeira und Percussion genau diese Lücke füllen und bereits in zwei Einrichtungen aktiv Ferien-Workshops anbieten. Omed Alizadeh ist autodidaktischer Tänzer und seit über zehn Jahren in verschie-

denen Stilen aktiv, darunter Capoeira, Breakdance, Freestyle und House-Dance. Die Teilnehmer*innen in seinen Kursen und Workshops können dabei spielerisch unterschiedliche Tanzstile und Bewegungskonzepte entdecken und kreativ eigene Choreografien entwickeln. Sein Motto lautet: „Tanzen holt die versteckten Emotionen aus einem heraus und drückt diese in Bewegung aus.“ Das Angebot von Emerson Araujo will präventiv die Kindergesundheit erhalten und die wenigen Bewegungsmöglichkeiten im Alltag sowie den häufig bereits vorhandenen hohen Medienkonsum ausgleichen. Eingebaut werden physische, vokale und kulturelle Aspekte des Capoeira.

Um ihre Fähigkeiten zu entdecken und weiterzuentwickeln, werden die Kinder zunächst spielerisch an Körperwahrnehmungsübungen herangeführt, wobei stets Raum gegeben wird, sich auszuprobieren und die Selbstwahrnehmung zu stärken. Wie immer kann die LVS diese Angebote in Kooperation mit Akteur*innen im Stadtteil umsetzen. Wer diese Form der ansprechenden Bewegungsförderung also in seiner Einrichtung für seine Besucher*innen anbieten möchte, wendet sich einfach an:

Sabrina Seidensticker (KGFM HH-Nord), sabrina.seidensticker@hamburg-nord.hamburg.de; Tel: 42804-2897



Fotos: oben Omed Alizadeh
unten Emerson Araujo

Der SommerZauber 2025 war ein großer Erfolg!

Wir als Eventteam sind sehr zufrieden mit dem SommerZauber 2025. Es kam sowohl von den Gästen als auch von den ehrenamtlichen Helfer*innen die Rückmeldung, dass alles toll gelaufen ist. Angesichts der sommerlichen Temperaturen um die 30 Grad fürchteten wir, auf dem Grillgut und den Kuchen sitzen zu bleiben. Aber es kamen doch zahlreiche Besucher*innen, sodass nur wenig Reste übriggeblieben sind.

Wir haben das Café nach draußen in den Schatten der Bäume verlegt, Grills und Kuchenstand waren unter den Arkaden aufgebaut. Dazu gab es viele Info-Stände, zum Beispiel den Hausnotruf-Service, Q+Alter von der Stiftung Alsterdorf, praktische Übungen zur Sturzprophylaxe und einen Auftritt des Chors „älter & besser“, in dem Senior*innen singen.

Heidi und Ilse kümmerten sich um die Senior*innen, brachten Kaffee und Kuchen und sorgten dafür, dass sie an ihren Tischen Gesellschaft hatten. Fast die ganze Zeit spielte für uns Ona Kupciuniene auf dem Akkordeon ein sehr abwechslungsreiches Repertoire – sie ist eine großartige Künstlerin!

Der innere Bereich des Marktplatzes war den Kindern vorbehalten. Sie konnten etwas pflanzen (Radieschen, Kresse und Sommerblumen), beim Basteln war ein riesiger Andrang, die gesunden Kinder-

Snacks und Energiebällchen waren begehrt. Man konnte Blumentöpfe bemalen, einen Stock für den Balkon hübsch machen und Saatkugeln herstellen. Für den Bewegungsdrang der Kleinen gab es Dosenwerfer und einen Fahrzeug-Parcours mit Rädern, Rollern und Bobby-Cars. Das Kinderschminken von der HASPA war besonders gut besucht – wir hatten glücklicherweise fünf Schminkern am Start, sodass es keine zu langen Wartezeiten gab. Heiß begehrte und schnell ausverkauft waren auch die mit Helium gefüllten großen Folienballons.

Überraschenderweise hatte das Büro für Stadtentwicklung angerufen und gefragt, ob auch sie einen Stand bekommen könnten. Gleich daneben gab es einen Info-Stand des Bezirksamts zu den Themen „Klima“ und „Gesundheit“ – besondere Attraktion: ein Gewinnrad. Und das wurde denn auch fleißig gedreht! Die kommunale Gesundheitsförderung informierte zu den Spaziergängen durch den Bezirk und zur Lokalen Vernetzungsstelle „Gesundes Langenhorn“, über die auch die Sturzprophylaxe und die gesunden Kinder-Snacks angeboten werden konnten.

Es gab also ein rundes, vielfältiges Programm für Groß und Klein – und wieder war der SommerZauber ein voller Erfolg!

• Hilke Gesine Möller



Fotos: Hilke Gesine Möller

Weite. Ruhe. Grün. Und Pommes.

Mitten in Langenhorn liegt ein Juwel: das Naturbad Kiwittsmoor. Zwei riesige Schwimmbecken mit naturbelassenem Quellwasser, umgeben von weitläufigen, sonnenverwöhnten Liegewiesen und imposanten, schattenspendenden Bäumen.



Foto: M. Münstermann / Förderverein Kiwittsmoorbad

Die einen sagen noch „Moorbad“, die anderen schon „Kiwi“. Schön finden es fast alle. Für 5 Euro kommt man aufs Gelände (Kinder bis 14 Jahre zahlen 3 Euro, Familien bekommen Rabatt, und Sparfüchse kaufen Zehner- oder Saisonkarten) und kann dort – je nach Zeit und Lust – entweder einen ganzen Tag oder auch nur eine halbe Stunde eine Auszeit nehmen. Ein idyllischer Kurzurlaub für Groß, Klein, Jung und Alt. Ob ruhig, entspannt, gechillt – oder mit viel Action am Sandstrand, beim Beachvolleyball oder Fußball. Minigolf gibt es auch, und mit der „Pommes Perle“ einen Freibad-Kiosk, wie er im Bilderbuch steht. Doch wie alles Schöne ist auch dieses Freibad nicht selbstverständlich. Denn es beansprucht eine große Fläche – und

Flächen sind in einer Großstadt immer begehrt. Damit das Bad nicht eines Tages ein Schicksal erleidet wie das Sommerbad Lattenkamp und das Freibad Ohlsdorf, braucht es eine Lobby.

Der „Verein zum Erhalt des Naturbades Kiwittsmoor“ ist seit mehr als 25 Jahren als Förderverein fest an der Seite des Bades. Mit den Mitgliedsbeiträgen, Spenden und zum packender Tatkräft unterstüzt er bei der Pflege, bei Renovierungen und Anschaffungen und macht sich öffentlich für den Fortbestand des Naturbades stark. Spender, neue Mitglieder und Interessierte sind herzlich im Verein willkommen. Schon für 12 Euro im Jahr kann man dabei sein. Beitragsformular und weitere Infos unter www.foerderverein-kiwibad.de

• Thomas Kegat

Nachruf:

Bildhauerin Doris Waschk-Balz

Unsere Siedlung „Essener Straße“ wurde Anfang der 80er Jahre mit einem familiengerechten Konzept geplant. Das Attraktivste sollten die Fuß- und Wohnwege sein. Die Hauseingänge liegen in den Innenhöfen. In dieses Konzept passt die Aufstellung der Kunstwerke. 1982 erhielt Doris Waschk-Balz den Auftrag von den verschiedenen Wohnungsgeellschaften für die künstlerische Gestaltung. Zwei Jahre benötigte sie für die arbeitsintensive und aufwendige Erstellung der zwölf Bronzen. Sobald eine Figur fertiggestellt war, wurde sie auf den jeweils vorbereiteten Sockel gestellt. Als übergeordnetes Thema wählte die Künstlerin für die Betrachter*innen nachvollziehbare Dinge: Mensch und Natur. In der südlichen Achse in der Walter-Schmedemann-Straße stehen u. a. Windenblüte, Apfel und Erbsenschote, und in der westlichen Achse (Duisburger- und Dortmunder Straße) menschliche Dar-

stellungen. Das sitzende Baby erfreut sich besonderer Beliebtheit. Alle Werke werden in der Mitte auf dem Marktplatz als große Gruppe zusammengeführt. Diese Wiederholung als Ensemble verdeutlicht die Zusammengehörigkeit des ganzen Wohngebiets und hebt den Marktplatz als Ort der Begegnung hervor. Im Rahmen des Förderprogramms „Aktive Stadtteilentwicklung“ und dem Projekt „auf die platzfertig KUNST“ erklärte die kreative Bildhauerin 2007 Interessierten die Entstehung ihrer Kunstwerke bei einem Rundgang. Sie war erfreut darüber, dass ihre Kunst so gut angenommen wird. Doris Waschk-Balz ist am 8. März 2025 im Alter von 82 Jahren verstorben. Ihre Spuren findet man an vielen Orten in Hamburg und Schleswig-Holstein. Der Torbogen mit den zwei Frauen am Spritzenplatz in Ottensen und der Springbrunnen mit Wendeltreppe am Großneumarkt sind wunderschöne Beispiele ihres Schaffens. • Birgit Bück



Foto: Birgit Bück

GEWINNSPIEL

Dieses Mal verlosen wir einen Gutschein für den Barfußpark und Maislabyrinth im Wert von 32 € und eine Ausgabe von „Hamburg vor der Haustür“.

Beantworte uns hierfür folgende Frage:

Wann findet der nächste Flohmarkt auf dem Käkenhof statt?

Schicke die Antwort mit dem Betreff „Gewinnspiel STZ“ an stadtteilella@mookwat.de

Teilnahmeschluss ist der 01.09.2025.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Land un Lüüd



Foto: Karolin Nebermann

Von Todesfelde nach Rotherbaum – Ausflugsziele für die ganze Familie

itten in der Natur befindet sich der Barfußpark KIWEBU – ein Ort zum Durchatmen, Entdecken und Entschleunigen. Auf einem rund 1000 Meter langen Pfad kann man entspannt barfuß laufen und dabei die vielfältige Natur mit allen Sinnen erleben. Gleich zu Beginn geht es durch das kühle Kneippbecken, das für einen erfrischenden Start sorgt. Auf den abwechslungsreichen Pfad befinden sich zahlreiche Mitmachstationen sowie Informationschilder zur heimischen Flora und Fauna. Ein besonderes Highlight ist der Spielbereich mit bodentiefem Trampolin, Boulderwand und einem Wasser-Matsch-Bereich. Für das leibliche Wohl sorgt eine Gastronomie mit süßen und herhaften Speisen. Auch Kindergeburtstage und Firmenevents können im KIWEBU gefeiert werden. Wer die Natur übrigens nachhaltig unterstützen möchte, kann eine Baumpatenschaft übernehmen. Das ganze Jahr über finden immer wieder abwechslungsreiche Events statt – und ab September öffnet das beliebte Maislabyrinth. Hunde sind im KIWEBU leider nicht erlaubt.

gibt es eine kostenfreie Garderobe (für die Schließfächer wird 1 Euro benötigt). Das Museum bietet ebenso zahlreiche Veranstaltungen, Vorlesungen, Sonderausstellungen, sowie Führungen an. Zum Museum gehört ebenso die Abteilung Geologie (mit Urpferden, Fossilien und spannende Einblicke in die Geologie Hamburgs). Dieser Bereich befindet sich in der Bundesstraße 55 und hat von montags bis freitags von 10:00-17:00 Uhr geöffnet. Die Abteilung Mineralien in der Grindelallee 48 bietet einen Einblick in die Welt der Edelsteine. Diesen kann man ausschließlich mittwochs und sonntags von 10:00-17:00 Uhr besuchen.

Adressen:

Kiwebu e.V. Barfußpark
Am Sportsplatz · 23826 Todesfelde

Öffnungszeiten:

Mo-So: 10:00-18:00 Uhr

Eintritt:

Erwachsene 9,50 EUR, Kinder 6,50 EUR
Maislabyrinth Erwachsene 8,00 EUR,
Kinder 6,00 EUR

Kontakt:

<https://kiwebu.de>

Museum der Natur Bereich Zoologie,
Bundesstr. 52 · 20146 Hamburg

Öffnungszeiten:

Di-So 10:00-17:00 Uhr

Eintritt:

kostenlos (in allen drei Abteilungen)

Kontakt:

<https://hamburg.leibniz-lib.de/de/ausstellungen.html>

Ein Thema - zwei Perspektiven

Thema: Kartenzahlung



Über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein – aber nicht, wenn man in einem Ferienflieger sitzt und etwas essen oder trinken möchte.

Früher war ein kleiner Imbiss im Ticketpreis enthalten, heute kostet alles extra. Speisen, Snacks und Getränke müssen bezahlt werden – die Preisliste steckt meist in der Sitztasche. Die Karte verspricht: Zahlung per Karte oder bar. Doch wer bar zahlen möchte, wird enttäuscht. Die freundliche Flugbegleiterin erklärt, Barzahlung sei zwar vorgesehen, werde aber nicht praktiziert – wegen fehlendem Wechselgeld. Nur noch Plastik zählt. Und wo bleibt da die Freiheit?

Auch am Boden sieht es nicht besser aus. Im Norderstedter Stadtpark, etwa im Freizeitzentrum „Spotz“ mit Gastronomie, Wakeboard-Park und Adventure-Golf, ist nur Kartenzahlung oder Zahlung

per Smartphone möglich (Hamburger Abendblatt vom 29.4.). Gastronomiebetriebe – ob Kneipe oder Sternerestaurant – wollen Gewinn machen, erfüllen aber auch eine Versorgungsfunktion: Sie bieten Waren des täglichen Bedarfs an. Kartenzahlung zu bevorzugen ist legitim, aber Bargeld komplett abzulehnen, schließt vor allem ältere Menschen aus. Viele zahlen aus Unsicherheit oder Gewohnheit lieber bar – haben aber ebenso Hunger und Durst. Diesem Personenkreis sollte Zeit gegeben werden, sich umzustellen. Sonst bleibt ihnen nur, Orte wie den Stadtpark zu meiden.

Und es gibt auch praktische Gründe: Ende April fiel in Spanien, Portugal und Südfrankreich stundenlang der Strom aus. Kartenzahlung war unmöglich – wer Bargeld hatte, konnte seinen Durst stillen.

• Werner Hansen

Ein oft genanntes Hauptargument für die Kartenzahlung ist die Sicherheit.

Ladenbesitzer*innen können sicher sein, dass das Geld ankommt – sofort und ohne Risiko. Fehler beim Herausgeben von Wechselgeld oder gar Unterschlagungen durch Mitarbeitende entfallen. Zudem ist Kartenzahlung buchhaltungssicher: Jeder Zahlungsvorgang ist transparent und leicht nachzuvollziehen – für Steuerberater*innen wie auch fürs Finanzamt. Anders als Bargeld, das leichter „verschwinden“ oder bewusst nicht verbucht werden kann.

Ein weiteres praktisches Problem ist das Einzahlen von Bargeld: Viele Banken – vor allem Onlinebanken – bieten kaum noch kostenlose Einzahlungsmöglichkeiten, meist nur in Großstädten. Doch Bargeld hilft wenig, wenn es nicht auf dem Konto ist und Überweisungen anstehen.

Natürlich verstehe ich auch die andere Seite. Nicht alle fühlen sich im digitalen Raum wohl. Gerade ältere Menschen brauchen Unterstützung – etwa durch kostenfreie Einführungskurse zu digitalen Bezahlsystemen. Denn mit ein wenig Hilfe zeigt sich schnell: Kartenzahlung ist kein Hexenwerk, sondern oft bequemer, schneller und stressfreier.

Viele Ängste und Vorbehalte ließen sich durch bessere finanzielle Bildung abbauen. Und davon würden letztlich alle Generationen profitieren – heute wie in Zukunft.

• Karolin Nebermann

Dich beschäftigt ein Thema und du würdest gerne deine Perspektive hierzu schildern?

Dann schreibe uns gerne deine Sichtweise an: stadttellella@mookwat.de

TERMINE IM QUARTIER

Donnerstag, 24.07. | 18:00 Uhr

Odysseus und die Windbeutel

Lesung mit Schattenspiel (ab 8 Jahren) Mit Anna-Maria Schlemmer & Saskia Junggeburth
Veranstaltungsort: Bauspielplatz, Essener Straße 87
Eintritt: Spende nach Selbsteinschätzung

Montag-Freitag, 18.-22.08. | 10:00-17:00 Uhr

Ferienworkshop talentCAMPus

„Streetart im Großstadtdschungel“ für Kinder von 9–14 Jahren
Anmeldung über die Hamburger Volkshochschule:
E-Mail: talentcampushamburg@vhshamburg.de
Keine Kursgebühr

Donnerstag, 21.08. | 19:00 Uhr

Das Rollende Sofa - Konzert

Markus Baltensperger
(Jazz, Pop, Soul, Latin)

Veranstaltungsort: Bauspielplatz, Essener Straße 87
Eintritt: 5 Euro
Anmeldung und Kartenvorverkauf im ella

Samstag, 23.08. | 15:00-17:00 Uhr

Was Schumacher sich gedacht hat ...

Zur Planung und Entstehung der Fritz-Schumacher-Siedlung
Studio TaLa 181, Tangstedter Landstraße 181
(Eingang neben dem GZWL)

Freitag, 29.08. | 16:30-18:00 Uhr

Bewegt ins Wochenende

Outdoorfitness mit Carsten Peckmann
Treffpunkt: vor dem ella Kulturhaus
Keine Anmeldung erforderlich, Spende willkommen

Samstag, 30.08. | 14:00-16:30 Uhr

Rundgang Kiwittsmoor der GZWL

Treffpunkt: Ausgang U1-Bahnhof Kiwittsmoor

Themen: Siedlungen, Schwimmbad, Kaserne, Kanzler-Reihenhaus, Diekmoor, Kiwittsmoor

Mittwoch, 03.09. | 18:00 Uhr

Stadtteilrat Quartier Essener Str. „Sommerrat“

vor dem LEiLA Stadtteilbüro, Käkenflur 16 H, 22419 Hamburg

Sonntag, 14.09. | 12:00-15:00 Uhr

Flohmarkt auf dem Käkenhof

Adresse: Käkenflur 16H, 22419 Hamburg
Anmeldung: ella-kulturhaus@mookwat.de

Sonntag, 14.09. | 14:00-16:00 Uhr

Tag des offenen Denkmals

Rundgang durch die Fritz-Schumacher-Siedlung
Treffpunkt: Rosenbeet gegenüber U1-Haltestelle Langenhorn Nord

Regelmäßige Angebote

Stadtteilsprechstunde

Mit Stadtteilkoordinator Adrian Piprek
Jeden Dienstag, 15:00-17:00 Uhr
Stadtteilbüro LEiLA, Käkenflur 16H

Offenes Stadtteilbüro

jeden Mittwoch und Donnerstag, 14:00-18:00 Uhr
Stadtteilbüro LEiLA, Käkenflur 16H

Offene Tür im GZWL

Jeden Donnerstag, 16:00-18:00 Uhr
Ohne Anmeldung und Eintritt
Tangstedter Landstraße 179
(Bus 192, Haltestelle Timmerloh)

Plattdüütsch-Krök

Jeden dritten Dienstag im Monat, 16:00 Uhr
Mit Marlies Seyer im Studio,
Tangstedter Landstraße 181
Nächste Termine: 15. Juli, 19. August, 16. September, 21. Oktober



So., 14. September auf dem Käkenhof. Standbetreiber*innen gesucht!

Am Sonntag, dem 14. September, findet wieder ein Flohmarkt auf dem Käkenhof statt. Von 12 bis 15 Uhr kann dort nach Herzenslust gestöbert, gefeilscht und geshoppert werden. Dieses Mal gibt es zusätzlich Aktionen und Unterhaltung für Kinder und Familien.

Sie möchten selbst einen Stand betreiben? Dann melden Sie sich per E-Mail an: ella-kulturhaus@mookwat.de – bitte mit vollständigem Namen und Telefonnummer. Standgebühr: 5 € pro 2 Meter oder ein selbstgebackener Kuchen (bitte bei der Anmeldung angeben, falls ein Kuchen mitgebracht wird). Kinder mit einer Decke zahlen keine Standgebühr.

Das ella Kulturhaus und Stadtteilbüro LEiLA Leben in Langenhorn e.V. freuen sich auf die gemeinsame Veranstaltung und jede Anmeldung. Genauer Standort des Marktes: Käkenflur 16H, 22419 Hamburg.

Kronkorkensammelaktion beendet!



Bitte keine Kronkorken mehr im Kulturhaus und Stadtteilbüro LEiLA abgeben. Vielen Dank an alle die mitgesammelt haben!



Autor*innen gesucht!

Das Redaktionsteam der Stadtteilzeitung freut sich über weitere Autor*innen und neue Mitglieder. Egal, ob Hobbyautor*in oder erfahrene/r Texter*in – alle sind herzlich willkommen. Wir freuen uns außerdem über spannende Gastbeiträge mit Stadtteilbezug. Melde dich einfach per Mail unter stadttellella@mookwat.de und vielleicht ist dein Artikel schon in der nächsten Ausgabe dabei.