

quartierspost

Liebe Nachbarn,

endlich lädt uns der Frühling wieder auf den Campus, die Spielplätze und die vielen Grünflächen im Quartier ein. Für Familien mit Kindern öffnet der Quartiersverein wieder seine Spielzeugausleihe. Und für alle Quartiersbewohner haben die Quartiersmeister im Auftrag des Quartiersvereins und der Wohnungseigentümergeinschaft der Tiefgarage den Campus frühlingsfein gemacht.

Auch diese kleine Ausgabe der Quartierspost ist voll mit Terminen, Tipps und Empfehlungen zum guten Leben im Quartier und in der Nachbarschaft. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen

Ihr Quartiersverein

Flohmarkt

Junge Quartiersmeister

Tanz in den Mai

Neue Leitung INTEGRA

Überblick

Neue Saison - neues Glück

Hurra! Es ist wieder soweit! Ab sofort können die Spielsachen des Quartiersvereins wieder zu Kindergeburtstagen und anderen Festen ausgeliehen werden. Die Auswahl ist groß, z.B. Sackhüpfen, Dosenwerfen, Torwandschießen, Hula-Hoop-Reifen und vieles mehr. Und wenn Sie kein Fest haben, aber trotzdem aus der Spielekiste etwas für Ihre Kinder ausleihen möchten: Nur zu! Sie dürften in jedem Fall fündig werden. Das Prozedere ist denkbar einfach: Ein paar Tage zuvor eine Mail mit Ihrem gewünschten Ausleihetermin an info@quartier21.net, kleines Pfand hinterlegen, mitnehmen und dann viel Freude damit!





Flohmarkt Kita Rübennasen

Alles „rund ums Kind“ gibt es am Sonntag, den 17. April, von 9.00 bis 13.00 Uhr in der Kita Rübennasen am Rübenkamp 220 hinter der Asklepios Klinik Barmbek. Vorsorglich weisen die Veranstalter darauf hin, dass es zu dieser Zeit wegen des Marathons zu Beeinträchtigungen kommen kann. Bei schlechtem Wetter fällt der Flohmarkt aus. Bei Interesse an einem Stand oder Fragen bitte eine E-Mail an flohmarkt-ruebennasen@gmx.de senden.

Flohmarkt auf dem Campus

Am 29. Mai wird der Campus von 10.00 bis 12.00 wieder zum Flohmarktgelände. Und dieses Mal mit Sonnenschein satt – so hoffen wir zumindest. Große und kleine Quartiersbewohner, die gerne mit einem Stand teilnehmen möchten, sind herzlich willkommen. Eine Standgebühr wird nicht erhoben. Anmeldungen bitte per Mail an info@quartier21.net. Alle weiteren Infos folgen dann per E-Mail.



Fahrradladen an der Fuhle

Die ersten Sonnenstrahlen kitzeln in der Nase und endlich kommt der langersehnte Frühling. Die Fahrradsaison beginnt wieder und manch einer muss zunächst einmal feststellen, dass das Rad wieder fahrtüchtig gemacht werden müsste. Wer sich das nicht selber zutraut, hat Glück: Ihm kann geholfen werden. Ganz in der Nähe vom Quartier gibt es einen Fahrradladen: Hohenstein-Räder. Andreas Hohenstein hat seinen Meisterbetrieb im März 2015 an der Fuhlsbüttler Straße 468 eröffnet und erfreut sich heute bereits einer Stammkundschaft. Dass mit dem sonnigen Wetter das Thema Fahrrad wieder aktuell wird, kann Herr Hohenstein bestätigen: „Es ist wie im Eis-Café, sobald die ersten Sonnenstrahlen kommen, brummt der Laden.“ Reparaturen und Inspektionen werden getätigt und wer sich für ein neues Rad interessiert, kann hier ebenfalls fündig werden. Im Angebot sind alle möglichen Räder von vielen verschiedenen Herstellern: Kinderfahrräder, Trekkingräder, E-Bikes, Urban-Bikes, Mountain-Bikes und einiges mehr bietet das Geschäft. Und natürlich stylisches Zubehör. Vom Fahrrad ist Andreas Hohenstein seit Kindertagen fasziniert und es bis heute geblieben. Als überzeugter Radfahrer hat er das eigene Auto abgeschafft und wenn doch mal ein Auto benötigt wird, dann gibt es ja inzwischen an jeder Ecke ein Carsharing, so Andreas Hohenstein. Seine Entscheidung, sich selbstständig zu machen, hat sich für den Geschäftsinhaber und Wahl-Hamburger offensichtlich als richtig erwiesen. Der Laden brummt. Die Sonne scheint.



Junge Quartiersmeister

„Nanu?“ werden sich die Brüder Anton und Jakob gedacht haben, als unser offizieller Quartiersmeister Holger Wendt plötzlich mit zwei großen Päckchen vor ihnen stand. Herr Wendt hat mit seiner Überraschung ins Schwarze getroffen. Er hat die Jungs mit einem richtigen Quartiersmeister-Outfit überrascht! Wie kommt es denn dazu? „Bereits am Neujahrstag 2014 kam ein Junge auf mich zu, der seine Hilfe anbot“, so berichtet Herr Wendt. Es ging nicht lange, da kam auch der jüngere Bruder dazu. Auch er wollte helfen. Die beiden wurden von Herrn Wendt mit Müllsäcken ausgestattet, verlangten noch einen Besen und arbeiteten fleißig mit. „Wann immer es im Quartier ein Fest gibt: die Jungs sind dabei und bieten ihre Hilfe an“, erzählt Herr Wendt sichtlich beeindruckt. Jetzt fand es unser Quartiersmeister an der Zeit für ein kleines Dankeschön und hat für seine jungen Helfer kurzerhand Westen und T-Shirt anfertigen lassen. Passt wie maßgeschneidert. Der Vergleich vorher (Bild oben) und nachher (Bild unten) zeigt, dass Kleider „Quartiersmeister“ machen.



Fit mit Baby

Ab April bietet MeridianSpa in Kooperation mit Ergobaby ein neues Kursformat an, mit dem sich Fitness und Zweisamkeit wunderbar verbinden lassen. Beim „Workout mit Baby powered by Ergobaby“ können frischgebackene Eltern sowohl etwas für ihren Körper als auch für die Entwicklung ihres Kindes tun.

Das Workout zielt speziell auf die Bedürfnisse von Frauen nach der Geburt ab. Aber auch Neu-Papas sind mit ihrem Kleinen herzlich eingeladen zu trainieren. Ziel des klassischen Ganzkörpertrainings mit dem Schwerpunkt Kraftausdauer ist es, die Muskulatur zu kräftigen und wieder in Form zu bringen. Das Besondere: Die Babys können mit der Komforttrage „Ergobaby“ bei den Übungen eingebunden werden – eine Teilnahme ohne Kind ist jedoch ebenfalls möglich. Leihtragen werden für das Kursformat kostenlos zur Verfügung gestellt. Der Kurs wird auch für Nicht-Mitglieder angeboten und die Teilnahmegebühr beträgt in diesem Fall acht Euro pro Trainingseinheit. Im MeridianSpa Barmbek findet der Kurs jeden Donnerstag von 9.15 bis 10.15 Uhr statt.

Tag der offenen Tür

Seit nunmehr über einem Jahr stemmen Fitness- und Wellnessfans in unserer Nachbarschaft Gewichte, schwitzen in der Sauna und entspannen im Pool. Zur Feier seines ersten Geburtstags öffnete das Meridian Spa Barmbek am 27. Februar 2016 seine Tore zum Tag der offenen Tür. Von der Saunaführung bis hin zu sportlichen Tests konnten die rund 200 Besucher viele Angebote anschauen, ausprobieren und sich ein Bild vom Ergebnis der Bauarbeiten im denkmalgeschützten Wasserturmpalais des Quartiers 21 machen. Manche Mitglieder brachten Freunde mit, die neugierig waren, wo und wie in der 4.200 Quadratmeter großen Anlage trainiert wird. Partner, wie etwa das Sanitätshaus Stolle, der Biomarkt Denny oder das Carsharing-Unternehmen car2go, begleiteten das Event über den Tag. Auch die Pizzeria Simply Food war vor Ort und ließ die Gäste Antipasti probieren. Besonders verführerisch war die köstliche Geburtstagstorte – wenn die Veranstalter da mal nicht einen Hintergedanken hatten... Denn vielleicht wurde ja manch ein Gast, der ein Tortenstück zuviel genascht hatte, schneller zum neuen Meridian Spa-Mitglied als gedacht.



Tanz in den Mai im Q21 Quartier

Tanz in den Mai

Es ist wieder soweit: Das Gasthaus Q21 veranstaltet auch in diesem Jahr wieder seinen inzwischen schon legendären „Tanz in den Mai“. Am 30. April um 18.00 Uhr wird das Maibuffet eröffnet, dann darf ausgiebig geschlemmt werden. Für gute Stimmung und tanzbare Takte sorgt der DJ vom Gasthaus. Der Kartenvorverkauf hat bereits begonnen. Karten für 24,90 Euro pro Person können direkt beim Gasthaus Q21 erworben werden.

Rundgang im Quartier mit Geschichtswerkstatt

Der Quartiersverein lädt die historisch interessierten Bewohner des Quartiers 21 am Samstag, den 30. April, von 14.00 bis 16.00 Uhr ein zu einem Spaziergang durch das Quartier mit Rainhard Otto von der Geschichtswerkstatt Barmbek. Der Treffpunkt ist um

14.00 Uhr auf dem Campus beim Denkmal. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, deshalb wird um Anmeldung bis zum 21. April unter info@quartier21.net gebeten.

Neue Einrichtungsleitung bei INTEGRA

Ursprünglich hatte Marion Hildebrandt vor, lediglich als Interimsleitung zu fungieren, denn eigentlich war ihr Arbeitsplatz bei einem INTEGRA Seniorenpflegezentrum im Rheinland. Doch Pläne ändern sich. Das Seniorenwohnheim im Quartier 21, seine Bewohner und das Team von INTEGRA sind ihr schnell ans Herz gewachsen, von der Stadt Hamburg ist sie sowieso begeistert und nun ist es beschlossene Sache: Sie bleibt. Die neue Einrichtungsleiterin freut sich, dass sie mit Diana Lesche und Susanne Uhlig gleich zwei engagierte Pflegedienstleiterinnen zur Seite hat. Ehrenamtliche Helfer werden bei INTEGRA übrigens gerne gesehen und es gibt auch schon einige Menschen, die sich hier in ihrer Freizeit einbringen. „Es könnten aber noch ein paar mehr ehrenamtliche Mitarbeiter sein“, fügt Frau Hildebrandt augenzwinkernd hinzu. Welche Voraussetzungen mitgebracht werden müssen, um sich ehrenamtlich bei INTEGRA einzubringen? „Freude

am Umgang mit Menschen“, fasst es die Einrichtungsleiterin knapp zusammen. Ansonsten findet sich für jedes Interesse etwas: Vorlesen, Spiel-, Bastel-, oder Malgruppe oder Begleiten von Ausflügen. Haben Sie weitere Ideen oder würden Sie sich gerne ehrenamtlich bei INTEGRA engagieren, möchten sich aber erst einmal einen Eindruck verschaffen? Dann nutzen Sie doch die Veranstaltungstermine von INTEGRA, um erste Fragen zu stellen und Kontakte zu knüpfen. Es ist deutlich herauszuhören: Frau Hildebrandt und ihr Team freuen sich auf eine gutes Miteinander hier im Quartier und auf eine weitere gute Zusammenarbeit mit dem Quartiersverein.



Termine

Flohmarkt Kita Rübennasen

17.04.16, 9.00-13.00 Uhr

Bei Interesse an einem Stand bitte eine Mail senden an: flohmarkt-ruebennasen@gmx.de.

Hamburg Marathon

17.04.16, ganztägig

Start ist um 9.00 Uhr an der Hamburger Messe. Über Ansporn von Zuschauern freuen sich die Läufer. Wo? Entlang der Fuhlsbüttler Straße, direkt am Quartier.

Rundgang Geschichtswerkstatt

30.04.16, 14.00-16.00 Uhr

Rainhard Otto von der Geschichtswerkstatt Barmbek führt an diesem Nachmittag durch das Quartier 21. Um Anmeldung, mit Angabe der Teilnehmerzahl, wird bis zum 21.04.16 gebeten unter info@quartier21.net.

Tanz in den Mai

27.04.16, 15.00-16.30 Uhr

INTEGRA Seniorenpflegezentrum

Bitte bis zum 13. April bei INTEGRA, Tel. 040-86 007-0, anmelden.

30.04.16, ab 18.00 Uhr

Gasthaus Q21, Kartenvorverkauf läuft bereits.

Akkordeonmusik & Grillfest

16.05.16, ab 16.00 Uhr

INTEGRA Seniorenpflegezentrum

Bitte bis zum 2. Mai bei INTEGRA, Tel. 040-86 007-0, anmelden.

Flohmarkt im Quartier

29.05.16, 10.00-12.00 Uhr

Der Flohmarkt findet wieder auf dem Campus statt. Anmeldungen für einen Stand bitte per E-Mail an info@quartier21.net.