



EINBLICKE – AUSBLICKE

OP-DE-WISCH-KLIENENZEITUNG

SOMMER 2019



HAMBURGER SOMMER

KÜNSTLERINNEN-PORTRÄT +++ EMOTIONSMONSTER +++ DAS
VOLK DER BÄUME +++ LEBEN LIEBEN LACHEN +++ ORTHOREXIE
+++ BURGEN ÜND SCHLÖSSER +++ HAMBURG GEHT BADEN +++

 Op de Wisch





Aus dem Inhalt

Sebastians Schatzkiste	4-5
Gesellschafts-ABC.....	6
Zum Ausmalen	7
Literatur-Tipps	8-10
Leben, Lieben, Lachen.....	11
Hochsensibel	12-13
Neu bei Op de Wisch	14
Besserwisserei.....	15
Presseerklärung: Vorfall mit Todesfolge	16-17
Begegnungsstätten	18-23
Op de Suurwisch	24
Hamburg geht Baden	25
Lied	26
Ratgeber	27
Presseerklärung zum Tod von William T.-M.	28-29
Wahlrecht	30
Die Künstlerin Conny Stark.....	32-33
Vermischtes	34-35
Rezept	36,39
Gemeinsame Wege zur Gesundheit	37
Adressen und Telefonnummern	38

Impressum

Redaktion: Sebastian Misseling, Peter Houffouet, Hans Wienbrandt

V.i.S.d.P.: Ute Peters, Op de Wisch e.V.

Druck: alsterpaper Hamburg

Op de Wisch e.V., Oberstr. 14b, 20144 Hamburg

redaktion@op-de-wisch.de

Wir danken allen, die mit Fotos und Texten zu dieser Ausgabe beigetragen haben. Die Redaktion behält sich eine Auswahl der eingesandten Texte vor. Die Einsender erklären sich mit Kürzungen und geringfügigen Eingriffen in Rechtschreibung und Ausdruck einverstanden. Die Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.





In eigener Sache ...

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Juni 2019 war der wärmste seit Beginn der Wetteraufzeichnung. Lassen wir uns also nicht ins Bockshorn jagen, wenn der Juli bislang eher herbstlich daherkam oder gewisse Einflüsterer uns davon abhalten wollen, unseren Planeten Erde vor immer noch mehr Zerstörung und Ausbeutung zu schützen.

Ein Artensterben sondergleichen wird prognostiziert. Dagegen können wir alle aufstehen und unsere Gewohnheiten ändern – auch im Kleinen. Ein gutes Beispiel dafür liefert uns die Künstlerin Conny Stark, die wir in dieser Ausgabe porträtieren.

Wo verbringen wir den Sommer? Ein paar Vorschläge entnehmen Sie gerne unserem Überblick von Hamburgs Badeseen. Und wie verbringen wir ihn? Vielleicht ja mit einem guten Buch (im Heft finden Sie drei Literaturvorschläge), vielleicht singend, tanzend und flirtend



Bildnachweis/Seite

SM / 4, 7; PH / 3, 5, 27, 29, 35, 36, 39;
HW / 34; UD / 15, 31; DV / 40; eA / 3,
14, 26; MS / 1, 2; CS 32, 33



auf dem CSD oder beim Schlagermove. Ganz sicher aber auf einem der Sommerfeste, die von den Begegnungsstätten von Op de Wisch veranstaltet werden.

Nach fast einem Jahr verlässt die Praktikantin Ayken Spura das Team Wandsbek. Sie wird nicht nur von den Kolleg*innen vermisst, sondern auch vom Redaktionsteam, dem sie als Fotomodel für den *Ratgeber* und als zuverlässige Korrekturleserin gedient hat. Wir von Einblicke – Ausblicke sagen danke und wünschen ihr für ihren weiteren Lebensweg von Herzen alles Gute.

Und Ihnen wünschen wir viel Spaß beim Lesen und Stöbern und einen hellen freundlichen Sommer!





Sebastians Schatzkiste Das Schloss Brissac

Das Schloss Brissac (Chateau de Brissac) ist heute ein Luxushotel. Es befindet sich im Nordwesten Frankreichs, im Département Maine-et-Loire nahe der Stadt Brissac Quincé. Es hat sieben Stockwerke und 204 Zimmer.

Das jetzige Aussehen bekam das Gebäude 1621, nachdem es im Hugenottenkrieg (1562-1598) zerstört worden war. Berühmt und berüchtigt wurde das Schloss durch die Spukgestalt „La Dame Verte“ (die grüne Dame). Sie war die Frau des Edelmanns Jacques de Bézé und die Halbschwester des Königs Lou-

is XI. Am 31.5.1477 erwischte Jacques nach einer Jagd seine Frau mit einem Jäger. Der gehörnte Ehemann geriet in solche Wut, dass er beide eigenhändig umbrachte und die Leichen verschwinden ließ. Daraufhin peinigten die Ermordeten ihren Mörder mit ständigem Stöhnen, und er verließ das Schloss. Auch Louis XI bekam von dem Mord Wind und ließ den Mörder zum Tode verurteilen. Jacques de Bézé konnte sich aber freikaufen, indem er seinen gesamten Besitz und Titel dem König überließ. Louis' Nachfolger Karl VIII hob nur drei Jahre später das Urteil auf, und Jacques de Bézé bekam Titel und Vermögen zurück.

Und die „grüne Dame“? Die spukt noch heute in dem Gebäude herum und erschreckt Hotelgäste durch ihr nächtliches Stöhnen und durch ihr furchtbares Antlitz! Denn ihr Gesicht ist das einer stark verwesten Leiche!

S.M.





Burg Houska

Die Burg Houska befindet sich in Blatce im Norden der Tschechischen Republik. Die Burg wurde von Ottokar II Premysl (1232-1278), König von Böhmen, errichtet. Ihr jetziges Aussehen bekam die Burg Ende des 16ten Jahrhunderts. Ottokar II soll die Burg nur deshalb gebaut haben, um den Eingang zur Höhle zu verschließen. Aus der Pforte der Höhle entwichen von Zeit zu Zeit Dämonen. Man versuchte Strafgefängene zu überreden, sich abzuseilen und die Höhle zu erforschen. Nur ein Mann ließ sich darauf ein. Doch wenige Sekunden nachdem man den Mann in das schwarze Loch hinunter ließ, begann er schrecklich zu schreien. Man zog ihn wieder herauf und erschauderte. Der Mann war verwirrt, hatte graue Haare und schien um 30 Jahre gealtert zu sein. Auch wenn man danach die Burg Houska über dem Höhleneingang errichtete, schafften es immer wieder unheimliche Wesen der Unterwelt zu entkommen. Eines davon sah aus wie ein riesiger Frosch. 1924 erwarben die Skoda-Autowerke die Burg. Die unheimlichen Vorgänge häuften sich. Zum Beispiel sprangen in der Nähe der Burg und im umliegenden Wald keine Autos mehr an. Unter der Burganlage hörte man Schreie wie aus der Tiefe der Höhle. Die Nazis sollen angeblich den Eingang gefunden haben und in dem unteren Bereich der Burganlage spezifizierte Experimente durchgeführt haben.

S.M.





Unser Gesellschafts-ABC

ABCDEFGHIJKLMN **O** PQRSTUVWXYZ

Orthorexia nervosa

Viele gesellschaftliche Trends, etwa zur Lebensführung oder zur Gesundheit, betreffen das Thema Ernährung. Wenn eine übermäßige Fixierung auf gesunde und hochwertige Nahrungsmittel und eine richtige Ernährungsweise zu Folgen wie Mangelernährung, Angst vor vermeintlich krank machendem Essen oder sozialem Rückzug führt, wird dies als Orthorexia nervosa bezeichnet. Orthorexie wird auch als qualitative Ess-Störung bezeichnet, ist aber nicht als eigenständige Krankheit anerkannt sondern wird häufig als Begleitsymptom von Zwangs- und Angststörungen oder Depressionen betrachtet.

Okkultismus

Bereits im Mittelalter kam der Begriff okkulte Wissenschaften (abgeleitet vom Lateinischen occultus = verborgen, geheim) für unterschiedliche Lehren auf, die sich mit wissenschaftlich nicht erklärbaren bzw. übersinnlichen Phänomenen befassten und versuchten, diese einzusetzen. Die Bandbreite reichte dabei von der Astrologie, Alchemie, Magie, Geistheilungen bis hin zu verschiedenen religiösen Strömungen. Sie verloren seit dem Zeitalter der Aufklärung an Bedeutung und werden heute überwiegend als Esoterik (aus dem Griechischen für innen, geheim) bezeichnet, während der Begriff Okkultismus einen negativen Beiklang hat und oft mit Satanismus in Verbindung gebracht wird.

Ombudstelle

Bereits im frühen 19. Jahrhundert wurde in Schweden ein Ombudsmann als unabhängige Beschwerdestelle eingesetzt, die jeder Bürger bei Streitfragen mit der öffentlichen Verwaltung anrufen konnte und die dann eine Schlichtung herbeiführen sollte. Mittlerweile gibt es auch in der BRD Ombudsleute bzw. Schieds- und Schlichtungsstellen sowohl für den privatwirtschaftlichen Bereich (z. B. Banken, Versicherungen) als auch für öffentliche Verwaltung. Ombudsstellen arbeiten kostenfrei und sollen Konflikte außergerichtlich beilegen. In Hamburg gibt es u. a. Ombudsstellen für Flüchtlinge, für Schüler, für die Kinder- und Jugendhilfe, für die die Inklusion oder auch für die Eingliederungshilfe (LAG Hamburg).





Zum Ausmalen



19

Sommer 2019





Literatur

Das Volk der Bäume von Hanya Yanagihara

Vor ihrem Welterfolg „Ein wenig Leben“ hatte Yanagihara in den USA mit „Das Volk der Bäume“ reüssiert, das nun auch auf deutsch vorliegt.

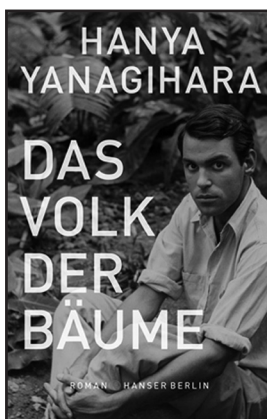
Auf gut 500 Seiten verwebt sie Themen, die die Kritikerin Sigrid Löffler (DLF Kultur) treffend unter den Slogan „Vergewaltigung von Mensch und Natur“ zusammenfasst. Ein Forscherteam bestehend aus zwei Anthropolog*innen und einem Arzt erforschen auf einer kleinen Inselgruppe in der Südsee ein Volk. Dabei machen sie eine unglaubliche Entdeckung: nach dem Verzehr vom Fleisch einer bestimmten Schildkrötenart werden Menschen Hunderte von Jahren alt. Als Pharmakonzerne davon erfahren, erlebt die Inselgruppe eine Invasion. Auf der Jagd nach der Schildkröte wird der Wald gerodet, das Volk sich entfremdet, Not und Elend breiten sich dort aus, wo vorher paradiesische Zustände herrschten. Das alles wird auf geradezu barocke Art und Weise geschildert. Yanagihara stellt sich als Meisterin heraus, was die Beschreibung von üppiger Natur und fremdartigen Lebensformen betrifft.

So weit, so gut. Der Clou des Romans ist neben dem Detailreichtum aber ein ganz anderer. Die Geschichte des Arztes

und (wegen seiner Entdeckung) späteren Nobelpreisträgers Norton Pereira enthält schon im Vorwort einen enormen Schuldvorwurf – bekanntgegeben durch einen Wissenschaftler, der Pereira fast bedingungslos ergeben ist und seinen Helden zum Schreiben seiner Biographie erst ermuntert hat. Pereira, der im

Laufe vieler Jahre und angesichts des Niedergangs und der Verrohung der Insel über 40 Kinder adoptiert hatte, soll sich an einigen von ihnen vergangen haben. Dieser am Anfang des Romans in den Raum gestellte Verdacht wird danach über Hunderten von Seiten durch die autobiografischen Auslassungen Pereiras geradezu wie unter einem Beet aus Blumen und üppig wuchernden Gewächsen überdeckt. Durch kleinste Andeutungen wird der Zweifel allerdings wachgehalten, bis erst ganz am Schluss die ganze Wahrheit über Pereira ans Licht kommt. Ein Paukenschlag!

Ein weiteres kurioses Stilmittel, das Yanagihara verwendet, sind Einlassungen des Wissenschaftlers/Herausgebers, die den gesamten Text in Form von Fußnoten begleiten und dem Roman einen quasi wissenschaftlichen Anstrich verleihen. Ein Grund mehr für den Leser, sich selbst Gedanken zu machen! P.H.





Das Ende von Eddy

von Édouard Louis

Dieser Roman ist nicht nur ein autobiografischer Rückblick auf die ersten Lebensjahre des Autors, sondern auch eine soziologische Studie.

Édouard Louis ist derzeit einer der angesagtesten französischen Literaten. Zu recht. In einer sehr einfachen Sprache beleuchtet er das heutige Frankreich. Dabei spielt sich die Geschichte nicht, wie so häufig, in Paris ab, sondern in der Provinz, die geprägt ist von den einfachen Leuten, von harter Arbeit (sofern vorhanden) und von wenig Zukunftsperspektive.

Eddys Eltern, ja im Grunde alle Menschen, die Eddy kennt, sind Arbeiter. Die Männer verdienen ihr Geld in Fabriken, die Frauen, sofern es ihnen erlaubt wird, an Supermarktkassen, in Frisiersalons. Es handelt sich um harte Arbeit. Arbeit, die mit Schmerzen verbunden ist, egal, ob sie am Fließband, auf dem Bau oder an der Kasse geleistet wird.

Das Nest, in dem Eddy aufwächst, hat wenig zu bieten. Die Jugendlichen treffen sich an der Bushaltestelle und führen die Rituale ihrer Väter fort. Ein „echter Kerl“ zu sein, ist unumstößliches Gesetz. Ein „echter Kerl“ säuft und haut dem anderen auf die Fresse. Ein „echter

Kerl“ bringt das Geld nachhaus. Louis beschreibt damit nicht die 1950er Jahre, sondern die Zeit vor der Jahrtausendwende.

Wer dem „Kerlsein“ nicht entspricht, sieht alt aus. Schon auf der ersten Seite wird der Grundschüler Eddy von wenig älteren Jungs geschlagen, bespuckt, schikaniert, weil Eddy genügend Angriffsfläche bietet, weil er eben irgendwie anders ist, als ein Junge zu sein hat. Diesen ersten erniedrigenden Ritualen folgen Hunderte weitere. Das führt dazu, dass Eddy sich selbst und seine Gesten, die er nicht steuern kann, zu hassen und von seinem Selbst abzuspalten beginnt.



Als Leser leidet man mit dem Heranwachsenden mit und wagt kaum daran zu glauben, dass es für den „Sonderling“ so etwas wie Rettung geben kann. Letztenendes mag es Glück sein, dass Eddy zu sich selbst und damit Befreiung findet. ... Aus Eddy wird Édouard. Und der ist heute bekanntlich einer der angesagtesten französischen Autoren! P.H.

»... ICH BEMÜHTE MICH, ES ZU VERBERGEN, UNBEFANGEN ZU WIRKEN. ALS ICH NACH HAUSE KAM, WEINTE ICH ...« S. 149





Johannes Kram

Ich hab nichts gegen Schwule, aber ...

Demnächst werden wieder in ihrer großen Parade Schwule, Lesben, Transgender – kurz: queere Menschen durch Hamburgs Innenstadt laufen, um u.a. für ihre gesellschaftliche Gleichberechtigung Flagge zu zeigen. Das könnte manche Zeitgenossin dazu veranlassen zu fragen, ob das denn überhaupt noch nötig sei. Schließlich wurde im letzten Jahr die „Ehe für alle“ in deutsches Recht umgesetzt. Es gibt Bürgermeister, die sich zu ihrem Schwulsein bekannt haben. In den Europa-Wahlwerbespots von SPD und anderen Parteien wurden lesbische Paare gezeigt. Die Deutschen sind doch echt offen gegenüber sexuellen Minderheiten.

Sind sie nicht. Zumindest nicht die meisten. Und selbst diese verraten sich mit Äußerungen wie eben dieser: „Ich habe nichts gegen Schwule, aber ...“

In Johannes Krams detailliert beschriebenen Beobachtungen, die auf seinem „Nollendorfblog“ basieren, wird unangenehm deutlich, wie auch in links-liberalen Kreisen sich eine neue Art von Feindlichkeit gegenüber queeren Menschen breit macht. Er dokumentiert penibel, wie u.a. Vorzeige-Linke, Künstler und Talkshow-Moderatorinnen sich in ihren Statements verraten. Jürgen von

der Lippe, Harald Martenstein, Dieter Nuhr, Sandra Maischberger, Bully Herbig und andere kriegen ihr Fett weg.

Die CDU hat jahrzehntelang die Gleichstellung von Homosexuellen hintertrieben. Die „Ehe für alle“ ist für die meisten Christdemokraten ein Unfall und ihre überfällige Einführung hat ein Echo in unserer Gesellschaft hervorgerufen, das einem lauen Lüftchen gleicht. Hey, es ging dabei um die Umsetzung essenzieller Bürgerrechte!

Mittel, Schwule ins Abseits zu stellen, sind die Reduzierung auf Sexualität und das Lächerlichmachen. Und ein Beispiel, das das auf komische

(?) Weise illustriert, stammt von Stefan Raab, der bestimmt nichts gegen Schwule hat. Auf das medienwirksame Coming-out des ehemaligen Fußballprofis Thomas Hitzlsperger sagte der „Comedian“: „Erwarten Sie jetzt bitte keine billigen Schwulenwitze von mir. (...) Ein verdienter Fußballspieler: VfB Stuttgart hat er gespielt, Zenit St. Petersburg, Erzgebirge Aua, Manfister United und so weiter. Mehr brauche ich nicht zu sagen.“ Da ist ihm Recht zu geben. Seine *schrecklich nette Homophobie* hat er damit auf den Punkt gebracht. P.H.





Leben, Lieben, Lachen

eine Betrachtung von Oliver Heß

Ein Küster hört, denkt und lacht über sich und die Welt. Bei einer Hochzeit vernahm er die biblischen Worte:

Die Liebe ist langmütig, / die Liebe ist gütig. / Sie ereifert sich nicht, / sie prahlt nicht, / sie bläht sich nicht auf. Sie handelt nicht ungehörig, / sucht nicht ihren Vorteil, / lässt sich nicht zum Zorn reizen, / trägt das Böse nicht nach. Sie freut sich nicht über das Unrecht, / sondern freut sich an der Wahrheit. Sie erträgt alles, / glaubt alles, / hofft alles, / hält allem stand. Die Liebe hört niemals auf.

und dachte: Liebe macht frei, Freiheit ist Liebe, Liebe ist die höchste Freiheit. – Gerade weil sie bindet, öffnet sie Herz und Geist im höchsten Maße – und lässt Seele und Geist unermesslich wachsen.

So scheint Liebe Ausdruck von Egoismus zu sein, doch das täuscht. Weil Liebe die Selbstliebe einschließt, überwindet sie das Selbst. Weil sie auch das Selbst liebt, kann sie alles lieben. Selbst Hass, Verzweiflung und Ohnmacht vermag sie zu lieben und so die Dunkelheit in Wärme, Zuneigung und Vergebung einzuschließen. – So schrecklich es auch anmuten mag: Die Liebe liebt selbst Hitler, Stalin, Thatcher, Putin und Trump. Ja, selbst Merkel und Obama. Vermutlich sogar Seehofer und Söder ...

Nicht neu und dennoch – oder gerade deshalb wahr: Ohne Liebe ist alles nichts.

Und im Zweifelsfall muss gelten: Liebe ist Lachen! Sie offenbart sich im Lachen, denn Lachen öffnet das Leben. – Um Missverständnissen vorzubeugen: Echtes Lachen liebt, kann gar nicht gehässig sein. Echtes Lachen lacht mit den Menschen und den Dingen, nie über sie. Leben muss voller Lachen sein, um wirklich Leben zu sein.

Wenn im tiefsten Tal der Verzweiflung ein Lachen Dir Tränen in die Augen treibt, bist Du noch nicht tot und kannst gar nicht anders als wieder aufzuerstehen!

Mensch! Mag sein, Du kennst die Liebe nicht.

Wenn Du aber lebst und leben willst, wirst Du sie kennenlernen, ob Du willst oder nicht, Du entgehst ihr nicht! Wenn Du denn lebst. Wenn Du wandelst auf Erden oder fliegst im Himmel oder im All – und hast die Liebe nicht, so bist Du nichts, und lebst auch nicht wirklich.

Wenn Du aber wandelst auf Erden oder fliegst im Himmel oder im All – und lebst dabei, dann hast du Liebe in Dir, ob Du willst oder nicht.

Leben ist Lieben ist Lachen.





Ich bin hochsensibel

Wenn die Emotionsmonster über einen herfallen

Wohl jeder von uns kennt das: Jemand sagt etwas, meldet sich nicht mehr, man bekommt eine Nachricht, wird belogen, hintergangen, etwas wird über den eigenen Kopf hinweg entschieden etc. Und dann, im Bruchteil einer Sekunde, scheint ein bedrohlich großes emotionales Monster über einen herzufallen, um einen gefühlt mit all seiner Macht einzunehmen und zu verschlingen. Wo man sich bei schönen Gefühlen darüber freut, ja sogar hofft, dass dieses Monster einen nie wieder loslassen möge, sieht das bei unangenehmen Emotionen doch ganz anders aus. Warum eigentlich?

Von einer Sekunde auf die andere fühlen wir uns klein, angegriffen, wütend, ängstlich, traurig. Es schnürt einem fast die Luft ab, man kriegt Beklemmungen, Herzrasen, Schweißausbrüche. Dabei ging es einem eben doch noch so gut. Gerade hochsensible Menschen fühlen sich diesen emotionalen Schwankungen mehr als andere ausgeliefert, da sie Gefühle intensiver empfinden – und das leider in beide Richtungen. – Seit ich mir erlaube, mich dem Gedanken, dass einfach alles im Leben einen Sinn hat, vertrauensvoll immer mehr hinzugeben, fällt es mir zunehmend leichter, mich in zuvor ausweglos wirkenden Situationen nicht mehr lange zu verirren. Ich weiß mittlerweile, dass es NUR Gefühle sind. Nicht mehr und nicht weniger.

Gerade die unangenehmen Gefühle sind aber jene, die so wertvoll sind. Sie zeigen einem, wo noch etwas nicht geklärt ist, wo noch alte Verletzungen schlummern, die angeschaut werden wollen. Sie wollen uns nichts Böses, sie warten nur schon so lange darauf beachtet und als das Gesehen zu werden, was sie sind, um einem das mitteilen zu dürfen, was sie schon so lange vergeblich immer wieder versucht haben. Wenn man sie weiter igno-

riert und immer wieder verdrängt, bleibt ihnen nichts anderes übrig, als sich zu einem späteren Zeitpunkt in einer anderen Situation wieder und wieder zu zeigen. Dann aber noch ein bisschen heftiger, so lange, bis man stehenbleibt, sich umdreht, sich ihnen zuwendet, sie anlächelt, sich Zeit für sie nimmt und ihnen respektvoll zuhört. Ich habe früher nie verstanden, wenn mir jemand sagte, ich solle dann erst mal einen Schritt zurückgehen und die Situation aus einer Beobachterperspektive betrachten. Mittlerweile habe ich meinen eigenen Umgang damit gefunden: Ich versuche mich zeitnah aus der mich in dem Moment überfordernden, angespannten Situation zurückzuziehen, um das Ganze noch mal objektiv zu beleuchten. Das kann ich am besten, wenn ich ganz alleine bin, in die Stille gehe und Ruhe habe.

Dies ist grade für hochsensible Menschen ein MUSS, da sie sich sonst in ein emotionales Chaos verirren und komplett darin verlieren. Da sie meist ein Problem mit der eigenen Abgrenzung haben, da sie nie gelernt haben, ihre Grenzen klar und deutlich zu spüren, geschweige denn sie zum Ausdruck zu bringen, fühlt sich dieser Prozess am Anfang sehr





befremdlich, unsicher und falsch an. Man kommt sich egoistisch vor und macht sich zusätzlich selbst noch Vorwürfe, die andere Person nun so behandelt oder im Unklaren einfach stehen gelassen zu haben. Dies ist aber der einzige und gesündeste Weg für uns und im Nachhinein für alle Beteiligten, unsere Grenzen überhaupt kennenzulernen und in der Lage zu sein, gesunde zwischenmenschliche Beziehungen entstehen zu lassen. Wenn man aus der Angst vor Zurückweisung jedoch weiter lieber den Mund hält und brav alles herunterschluckt, so wie man es gelernt hat, gibt man weder sich noch seinem Gegenüber die Chance, sich ehrlich zu begegnen, was zu Spannungen und Frust führt.

Ich habe bis vor kurzem auch immer gedacht, weil es von klein auf so von mir erwartet wurde, dass ich immer sofort eine Entscheidung treffen müsste. Dadurch habe ich mich einem unbeschreiblichen Druck ausgeliefert gefühlt. Jetzt habe ich aber herausgefunden, dass ich meine Zeit brauche, um für mich wichtige Entscheidungen zu treffen. So räume ich mir immer häufiger das Recht ein, dies deutlich zu kommunizieren und mir die Zeit zu nehmen, die ich dafür brauche. Wenn das dem anderen nicht passt, ist seine Ungeduld sein, aber nicht mein Problem.

WICHTIG für Hochsensible: Auch starke positive Empfindungen benötigen ausreichend Raum und Zeit nachzuwirken, um verarbeitet zu werden, da es sonst zu einer Überforderung durch Reiz-Überflutung kommen kann.

Wenn man einmal angefangen hat auszuprobieren, wie es sich anfühlt und wie gut es einem damit nach einigen anfänglich noch etwas unbeholfenen Versuchen geht (ein Kind lernt auch nicht an einem Tag das Laufen), wird man auch sehr schnell erkennen, dass die Menschen darauf gar nicht so ablehnend reagieren, wie man es befürchtet hatte. Das Gegenteil war bei mir bisher der Fall. Auch die Erkenntnis, wie gestärkt man aus Situationen herausgeht, vor denen man zuvor vielleicht weggelaufen ist, ist überwältigend, unerwartet und neu.

Mich haben vor einiger Zeit die kleinsten Dinge für mehrere Monate völlig aus der Bahn geworfen. Mittlerweile hole ich mich, ohne groß darüber nachzudenken, in ein paar Tagen aus einem Sumpf wieder heraus. Ich habe auch das Gefühl, dass meine Sümpfe gar nicht mehr so tief werden. Klar habe ich immer noch Angst davor, dass es mich irgendwann wieder richtig runterreißt, dafür bin ich auch noch nicht stabil und gestärkt genug. Aber es wird von Erfahrung zu Erfahrung leichter in diesem Prozess, und nur durch Erfahrungen haben diese Monster dann auch irgendwann die Chance gehen zu können, weil sie sehen, dass ihre Arbeit nicht mehr benötigt wird und das kleine Kind nun als erwachsene Person eigenverantwortlich auf eigenen Füßen stehen und laufen kann.

Sandra Daniela Seemann





Neu bei Op de Wisch Wolfgang Nacken

Ich heiße Wolfgang Nacken und bin seit Mitte Juni 2019 im Kinder- und Jugendhilfeteam. Seit mehr als 20 Jahren arbeite ich als Pdagoqe in Hamburg, seit einiger Zeit mache ich eine Ausbildung zum Paar- und Familientherapeuten.

In meiner Freizeit liebe ich es, mit meinem kleinen Segelboot über Schlei und Ostsee zu gleiten – am besten bei mittlerem Wind und gutem Wetter! Außerdem verbringe ich gerne Zeit mit meinen beiden Kindern und meiner Frau.



Kurzvorstellung der neuen KlientInnen-SprecherInnen (KSP) für die Amtszeit 2019-2020

Liebe Mit-KlientInnen, mit ganz vielem Dank dafür, dass ihr uns euer Vertrauen geschenkt und als eure neuen KlientInnen-SprecherInnen gewählt habt, möchten wir uns in dieser Ausgabe unserer Op-de-Wisch-KlientInnen-Zeitung kurz vorstellen (ausführlichere Darstellungen können wir aus Termingründen leider erst in der nächsten Ausgabe nachliefern – dann gibt es auch die Auswertung der Gruppenarbeiten an den Stellwänden auf der diesjährigen KlientInnen-VV vom 18.05.2019). Auf dieser VV wurden als neue KlientInnen-SprecherInnen gewählt **Andrea**, **Gabriel**, **Marcelle** und **Matze** (aus Gerechtigkeitsgründen alphabetisch sortiert ;-). Die *aktuell* amtierenden KlientInnen-SprecherInnen werden übrigens zu eurer Information ja auch immer am Ende der Zeitung aufgeführt. Eines ist aufgefallen: Gleich als wir gewählt waren, sind sofort Anfragen an uns gestellt worden und wir haben uns auch umgehend damit beschäftigt. Gut zu wissen: Gespräche mit uns sind vertraulich! Und noch eines, das uns wichtig ist: Bei der Vertretung eurer/unserer Interessen geht es zu allererst nicht darum, dass eine (Konflikt-)Partei unbedingt Recht bekommt, sondern es muss immer darum gehen, einen Ausgleich, eine Einvernehmlichkeit oder eine Übereinkunft herzustellen, die für alle annehmbar ist. **In diesem Sinne** möchten wir für *unser aller* Wohlergehen tätig sein.

Eure neuen KlientInnen-SprecherInnen **Andrea, Gabriel, Marcelle** und **Matze**





Besserwisserei Ross und Reiter

Mobilität in ihren vielfältigen Facetten ist derzeit Thema in der öffentlichen Diskussion. Allerdings erfolgte die Fortbewegung über Jahrhunderte hinweg nicht mit motorgetriebenen Fahrzeugen, sondern Pferde spielten für Reisen und Transporte bis in das 20. Jahrhundert hinein eine immens wichtige Rolle. Das spiegelt sich natürlich auch in zahlreichen Redensarten wider. Weil der Sommer in vielen Städten den Wunsch weckt, die urbane Umgebung einmal zu verlassen und sich in die Natur zu begeben, liegt es nahe, wenn die Redaktion dazu einen Ausflug zum Reitprojekt von Op de Wisch empfiehlt. Das ist natürlich nicht vom Pferd erzählt, also keine verfälschte oder täuschende Geschichte, wie sie aus der Legende um das Trojanische Pferd entstanden ist. Auf der Reitanlage kann man einfach nur die Seele baumeln lassen, einfach mal abschalten und das Denken den Pferden überlassen, die haben schließlich den größeren Kopf. Oder man kann sich mit kleineren Arbeiten beschäftigen und dabei die Natur genießen. Aber machen wir die Pferde nicht scheu – arbeiten wie ein Pferd muss dort niemand. Schließlich springt ein gutes Pferd nur so hoch wie es muss, also immer ruhig mit den jungen Pferden. Weitere Attraktionen, quasi Zugpferde, sind die Feste und Aktivitäten auf der Pferdeweide, für die sich alle Beteiligten mächtig ins Zeug legen. Und falls jemanden beim Feiern die Gäule durch-

gehen – man hat ja schon Pferde vor der Apotheke kotzen sehen – wissen die MitarbeiterInnen von Op de Wisch, wie sie die Zügel anziehen müssen, damit sie diejenigen, die sich vergaloppiert haben, im Zaum halten können. Übrigens: Die Redewendung von den kotzenden Pferden bezieht sich nicht etwa auf unverträgliche Produkte der Pharmaindustrie, sondern weist auf etwas Unwahrscheinliches bis Unmögliches hin, da Pferde aufgrund ihrer Anatomie nicht erbrechen können. Aber das war das Pferd von hinten aufgezümt. Auf der Reitanlage trifft man eigentlich nur nette Leute, und vielleicht sogar jemanden, mit dem man sich so gut versteht und auf den man sich so sehr verlassen kann, dass man mit ihr oder ihm Pferde stehlen könnte. Einen Pferdefuß gibt es aber: weil das Reitprojekt am Stadtrand angesiedelt ist, dürfte der Weg dorthin für Besucher zu weit sein, um ihn mit Schusters Rappen (also zu Fuß) zu bewältigen. Dennoch sind alle LeserInnen eingeladen zu prüfen, ob das Glück dieser Erde wirklich auf dem Rücken der Pferde liegt.

H.W.





Presseerklärung

Zum Vorfall mit Todesfolge am UKE



Genesungsbegleitung und
Peerberatung Hamburg (GBPH) e.V.
Nebendahlstraße 7
22041 Hamburg
Tel.: 0176 / 54 82 00 62
FAX: 040 / 35 67 69 53
info@gbph.de
www.gbph.de

Presseerklärung

Zum Vorfall am 21.04.2019 am Hamburger UKE, welches den Tod des Menschen Herrn Tonou-M zur Folge hatte

Am 21.04. kam es zu einem Übergriff seitens der Sicherheitskräfte vom UKE auf den Patienten Herrn Tonou-M. Herr Tonou-M hat sich freiwillig in die Behandlung des UKE begeben und dort Hilfe und Unterstützung gesucht. Laut Medienberichten zur Folge soll Herr Tonou-M zum Zeitpunkt des Zugriffs/Übergriffs friedlich im Außengelände gesessen haben und sich bei einer Zigarette versucht haben, zu entspannen. Weiterhin wird von rassistischen Äußerungen des Personals während des Vorfalls gemutmaßt. Nach den uns vorliegenden Informationen soll zu diesem Zeitpunkt kein Beschluss nach dem Hamburger PsychKG vorgelegen haben. Lediglich von einer Anregung zu einem Beschluss soll angedacht gewesen sein. Seit diesem Übergriff lag Herr Tonou-M im Koma auf der Intensivstation des UKE.

Am Freitag den 26.04.2019 erlag Herr Tonou-M den Folgen dieses Übergriffes.

Der Verein Genesungsbegleitung und Peerberatung Hamburg (GBPH) e.V. ist bestürzt über diesen Vorfall und den sich nun gezeigten Folgen. Wir trauern mit den Angehörigen um den Verlust dieses Menschen.

Wir vom Verein GBPH e.V. verurteilen aufs Schärfste die Vorgehensweise seitens des Sicherheitsdienstes des UKE! Wir fordern eine lückenlose Aufklärung dieses Vorfalls!

Aus uns vorliegenden Betroffenen-Berichten, soll dieses am UKE kein Einzelfall gewesen sein. Uns liegen Informationen vor, nach denen das Sicherheitspersonal einer jungen Frau gewaltsam in den „Rücken gesprungen“ ist, sie zu Boden drückte und die Ärzte mittels Spritze die junge Frau ruhig gestellt haben.

Genesungsbegleitung und
Peerberatung Hamburg (GBPH) e.V.
Nebendahlstr. 7
22041 Hamburg
Tel.: 0176 / 54 82 00 62
FAX: 040 / 35 67 69 53
info@gbph.de
www.gbph.de
Vereinsregister Hamburg-Nord 17/431/15275

Konto:
Inhaber: Genesungsbegleitung und Peerberatung Hamburg e.V.
Bank: Hamburger Sparkasse
IBAN: DE26 2005 0550 1343 1278 15
BIC: HASPDEHXXX





Folgende Fragen stellen sich uns:

- Ist es am UKE (und in anderen Hamburger Kliniken) üblich, dass Sicherheitspersonal unterstützend hinzugerufen wird, um das Klinikpersonal bei Maßnahmen durch das PsychKG zu helfen?
- Ist dieses Sicherheitspersonal geschult im Umgang mit Menschen mit einer psychiatrischen Erkrankung?
- Haben die Sicherheitsmitarbeiter Schulungen erhalten in deeskalierenden Maßnahmen?
- Wer entscheidet bei Maßnahmen nach dem Hamburger PsychKG?
- Ist es das medizinische Personal oder agiert das Sicherheitspersonal eigenverantwortlich?
- Wann und durch wen wird die Polizei bei solchen Vorfällen hinzugezogen?
- Wie werden solche Vorgänge, die im Rahmen des PsychKG geschehen, dokumentiert?

In diesem Zusammenhang möchten wir gerne unser Ehrenmitglied Dorothea Buck zitieren. Sie hat ihr ganzes Leben für eine bedürfnisangepasste Psychiatrie gekämpft und wurde dafür mehrfach ausgezeichnet.

Sie erhielt zwei Klassen des Bundesverdienstkreuzes: 1997 das Verdienstkreuz 1. Klasse, 2008 das Große Verdienstkreuz. Im Februar 2017 verlieh ihr der Senat der Hansestadt Hamburg die Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes in Silber.

Ihr liegt es bis heute sehr am Herzen, dass in der Psychiatrie mit den Menschen gesprochen wird und sie einen würdevollen und menschlichen Umgang erfahren, damit sie ihre Lebenskrisen ohne Schaden überwinden können.

Sie sagt: „Solange wir miteinander reden, bringen wir uns nicht um“

Ihr ist es zu verdanken, dass wir in Hamburg das dialogische Psychose-Seminar am UKE haben, in dem sich die Menschen (Betroffene, Angehörige, Ärzte, Psychologen) regelmäßig austauschen und unterstützen. Auch an anderen Orten gibt es diverse dialogische Veranstaltungen, weil man gemerkt hat, dass diese den Menschen helfen und für mehr Verständnis sorgen.

Dorothea Buck unterstützt die aktiven Genesungsbegleiter mit Rat und ihren eigenen Erfahrungen und es ist ihr sehr wichtig, dass Genesungsbegleiter ein fester Bestandteil im psychiatrischen System werden und dafür auch eine wertschätzende Entlohnung erhalten.

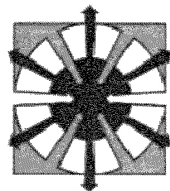
Hamburg, den 27.04.2019

Der Vorstand

Bernd Andreas Czarnitzki

Rita Frömming

Reiner Ott



Sommer 2019



Wochenplan für den Standort Altona

Altona | Op de Wisch e.V. | Projekte Psycho-Sozialer Begleitung

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
12:00-13:00	Gitarrengruppe Anfänger und Fortgeschrittene	Frauen-Schwimmen Festland, Holstenstraße 30. Eigenanteil für Klientinnen € 2,-	Glückskeksgruppe Eigenanteil € 1,-	Offenes Frühstück Kielar Straße 60, Eigenanteil € 1,50	Angebotsberatung 10:00-12:00	Keine Angebote	Sonntags-Frühstück Eigenanteil € 1,50; jeder 4. Sonntag
10:00-12:00	Angebotsberatung		Offener Treff/Spielgruppe Kielar Straße 60	Ohrakupunktur nach NADA Kielar Straße 60, Eigenanteil € 2,-	Sozialberatung Kielar Straße 60; wenn möglich bitte mit Anmeldung.		n. Absprache Kulturgruppe Findet sporadisch statt; Termine werden vorher mitgeteilt
14:00-18:00	Schnackbar Immer ein Teller frische, vegetarische Suppe, Kaffee & Kuchen. Im Anschluss: Spiel und Spannung. Treffpunkt: Kielar Straße 60			Wohn & Sozialberatung Bitte mit Anmeldung. Eimsbüttenfelder Straße 95	Genesungsbegeleiter-Sprechstunde Termine nach Vereinbarung		n. Absprache Ausflugsguppe Findet sporadisch statt; Ziele und Kosten werden vorher mitgeteilt

Wochenplan für den Standort Eimsbüttel

Eimsbütteler Jugend e.V. | Projekte & Soziales

Mo	Di	Mi	Do	Fr
<p>9:45-11:30 Wassergymnastik & Schwimmen Kaifu, Eigenanteil € 2,- für Klientinnen</p>	<p>13:15-15:15 Spielegruppe</p>	<p>10:00-12:00 Peer-Beratung</p>	<p>10:00-13:00 Offener Treff mit Frühstück Eigenanteil € 1,50</p>	<p>11:30-15:00 Kochgruppe Für Vertragsklientinnen, bitte mit Anmeldung eine Woche vorher. Eigenanteil € 1,50</p>
<p>10:30-13:00 Malgruppe</p>	<p>16:00-17:30 PC-Kurs</p>	<p>10:00-12:00 Angebotsberatung</p>	<p>13:00-15:00 Lösungsorientierte Lebensberatung</p>	<p>16:00-18:00 Café zum Wochenende</p>
<p>13:00-15:00 Englischkurs</p>		<p>11:30-15:00 Kochen und Deutsch lernen</p>	<p>13:00-15:00 Wi snack platt</p>	
<p>15:30-17:00 Singen</p>		<p>16:00-18:00 Chaosgruppe Jeden 2. und 4. Mittwoch</p>	<p>15:30-17:00 Rhythmusgruppe</p>	
		<p>14:30-18:30 Stadterkundungsgruppe Jeden 1. & 3. des Monats</p>		

Wochenplan für den Standort Mitte

Mitte | Op de Wisch e.V. | Projekte Psycho-Sozialer Begleitung

Mo Di Mi Do Fr Sa So

<p>9:00-11:00 Angebotsberatung</p>	<p>13:30-15:30 Angebotsberatung</p>	<p>15:00-18:00 Afrikanische Gruppe</p>	<p>10:00-12:00 Offenes Frühstück</p>	<p>Genesungsbegleiter-Sprechstunde Termine Mo bis Fr nach Vereinbarung</p>	<p>Keine Angebote</p>	<p>11:00-14:00 Offenes Frühstück Jeden letzten Sonntag im Monat. Eigenanteil € 1,50</p>
<p>13:00-15:00 Papierdilemma - Sortieren und Ablegen von Papieren Jeden 1. Mo auch auf Farsi/Dari. Jeden letzten Montag im Monat zus. auf Twi/Englisch</p>	<p>16:00-19:00 Frauen-Schwimmen Festland, Holstenstraße 30. Eigenanteil für KlientInnen € 2,-</p>	<p>16:00-18:00 Offener Treff</p>	<p>12:00-14:00 Sozial- und Integrationsberatung Jeden 1. (Dari/Farsi) und 3. (Arabisch) Do. Jeden 2. Do zus. Twi/Englisch</p>	<p>13:00-15:00 Resilienzgruppe 14-tägig mit Anmeldung</p>		
<p>16:30-18:30 Angehörigen-Beratung Mit Anmeldung</p>			<p>12:00-15:00 Kreativgruppe Jeden 3. Do.</p>			
<p>16:00-18:00 Bewegung & Entspannung</p>			<p>14:00-17:00 Beratungscafé Koop.-Angebot, bitte Adresse erfragen</p>			
			<p>15:00-18:00 Orientalische Kochgruppe</p>			

Mo	Di	Mi	Do	Fr
<p>14:00-15:00 Psychologische Beratung Termine gerne nach Absprache</p>	<p>12:30-14:30 Sozialberatung</p>	<p>09:30-11:00 Warm up - gemeinsamer Spaziergang Jeden 2. und 4. im Monat</p>	<p>10:00-12:00 Sozialberatung</p>	<p>13:00-13:30 Kaffee-Tafel Nur für Klientinnen</p>
<p>16:00-18:30 B-K-D: Beratung - Kochen - Deutsch (Lern) Café Angebot für afrikanische Flüchtlinge</p>	<p>13:00-16:00 Spaßkantine Mittagessen plus Freizeitangebot</p>	<p>13:30-15:30 Kreativer Mittwoch Jeden 2. und 4. im Monat</p>	<p>10:00-12:00 Frühstücksgruppe Eigenanteil € 1,50</p>	<p>13:30-14:20 Verteilung Hamburger Tafel Nur für Klientinnen</p>
<p>17:30-19:00 Genesungsgruppe Jeden 1. und 3. Montag im Monat</p>		<p>14:00-16:00 Angebotsberatung Gerne mit Terminabsprache</p>	<p>12:00 - 14:00 Angebotsberatung Gerne mit Terminabsprache</p>	<p>14:30-17:30 Kochgruppe Nur für Klientinnen</p>
			<p>16:00-17:00 Genesungsgleiter-Sprechstunde Termine gerne nach Absprache</p>	

Legende

- Beratung.** Unsere Beratungstermine sind Einzelgespräche mit einem oder einer unserer MitarbeiterInnen und stehen sowohl unseren KlientInnen wie auch sonstigen InteressentInnen offen.
Einige Termine erfordern eine Anmeldung, die meisten Beratungstermine sind jedoch unangemeldet möglich und finden bei uns in den Begegnungsstätten statt. Wir bieten zu vielfältigen Themen Beratungen an.
- Gruppenangebot mit Anmeldung.** Wir sind zusammen aktiv! Nach vorheriger Anmeldung können KlientInnen und andere InteressentInnen in einer unserer Begegnungsstätten oder einem verabredeten Ort an einer gemeinsamen Aktivität teilnehmen.¹
- Gruppenangebot ohne Anmeldung.** Diese Gruppen können ganz ohne Anmeldung von unseren KlientInnen und anderen InteressentInnen besucht werden. Gemeinsam und mit Betreuung durch unsere MitarbeiterInnen bieten wir ganz unterschiedliche Aktivitäten an.¹
- Offener Treff.** Alle Interessierten sind bei dieser gemeinsamen Aktivität in einer unserer Begegnungsstätten oder einem verabredeten Ort willkommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.¹

¹ Eine eventuell genannte geringe Zuzahlung ist für die Deckung unserer Zusatzkosten bestimmt

Wochenplan für den Standort Wandsbek

Mo	Di	Mi	Do	Fr
9:30-11:30 Sozialbera- tung	12:30-15:00 Theatergrup- pe	14:00-16:00 Angebotsbera- tung	10:00-12:00 Frühstück Eigenanteil € 1,50	13:30-15:30 Beratung "Rund ums Geld"
12:00-15:00 Mittagstisch Eigenanteil € 2,-	16:00-18:00 Entspannen und Genießen Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat	16:00-19:00 Tischtennis Bewegung mit Spaßfaktor und Kaffeepausen	10:00-12:00 Angebotsbera- tung	16:00-17:30 Rhythm Fever Afrikanisches Trommeln
15:00-18:00 Aus-Tausch- Café	16:00-18:00 Literaturgrup- pe Am 2. Dienstag im Monat		12:30-13:30 Genesungsbe- gleiter-Sprech- stunde	
16:00-18:00 Zeitungsgrup- pe	16:00-18:00 Debattier-Club Am 4. Dienstag im Monat		15:00-17:00 Sozialbera- tung	
			16:00-18:00 Offener Treff	

Reitprojekt Op de Wisch

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00						
11:00					9-18 Uhr Einzelstunden Reiten	11-16 Uhr Soziale Integration mit Hilfe von Pferden, Körperwahrnehmungs- schulung
12:00		12-13 Uhr Frühstück auf der Weide		12-14 Uhr UKE Jugendhilfe Kinder mit Pferden stark machen	Möglichkeit des offenen Treffs	
13:00		13-18 Uhr Einzelstunden Reiten		14-17 Uhr Trauma-Arbeit mit Frauen mit Hilfe von Pferden	Erfahrung zur Selbst- wirksamkeit , Körper- wahrnehmungs- schulung	
14:00						
15:00		Erfahrung zur Selbst- wirksamkeit Körper- wahrnehmung				
16:00						
17:00						
18:00						

Agenda:

Rot: Einzelstunden reiten nach vorheriger Anmeldung, Möglichkeit des offenen Treffs von 12-17 Uhr bzw. 9- 18 Uhr (Freitag)

Blau: sozialintegrative Einzelarbeit

Gelb: weitere Kapazitäten



Op de Suurwisch

Eine Art Gedicht von Oliver Heß

Letzten Dienstag habe ich Meryl getroffen.
Auf der Reitanlage.
Und ich war froh und glücklich.

Dann kam auch Ronja.
Erst habe ich mich gefreut,
Aber dann war ich traurig,
Weil es ihr schlecht ging.

Larry ging es gut.
Darüber war ich froh.

Froh war ich auch, auf Findus zu reiten,
Dabei mit Steffi zu sprechen
Und ihre Anleitung
Durch die Atemübungen zu genießen ...

Die Reitanlage in Duvenstedt macht mich glücklich!

Ich liebe das Leben! Die Eichen, die Enten, die Hühner, die Katzen
und die Pferde.

Die Enten,
Es sind nur noch drei, nicht mehr vier.
Eine humpelt. Das ist traurig.
Aber auch das gehört zum Leben ...

Ich ritt auf Findus.
Ich hörte Steffis Worte
Und sah die schwarze Libelle.
Sie flog ins Gebüsch.

Ich war glücklich.
Die ganze Zeit.
Auch als ich traurig war.
Wie geht das?





Hamburg geht baden

Ein kleiner Überblick

Stadtparksee

- viele seichte Stellen für Nichtschwimmer*innen
- Freibad (1,60/3,20 €, Kind/Erw.) nebenan
- gute Wasserqualität
- Liegewiesen
- zentral gelegen
- U3 Boweg, S1 Alte Wöhr

Allermöher See

- Baggersee mit teils recht tiefem Uferbereich (Achtung!)
- extra Nichtschwimmerbereich
- Sandstrand, Spielplatz, Badesteg
- Felix-Jud-Ring/Ecke Wilhelm-Osterhold-Stieg
- S21 Allermöhe

Öjendorfer See

- Nähe Vogelschutzgebiet
- Sandstrände und Liegewiesen
- diverse Freizeiteinrichtungen
- Nichtschwimmerbereich
- Driftredder
- Bus 432 Salomon-Petri-Ring

Boberger See

- Dünenlandschaft
- Sandstrand im weitläufigen Naturschutzgebiet
- viele Freizeitmöglichkeiten
- Billwerder Billdeich
- Bus 12/232 bis Kirchsteinbek

Hohendeicher Badeseesee

- in den Viermarschlanden gelegen
- Sandstrand und Liegewiese
- Achtung: gefährliche Abbruchkanten!
- kein separater Nichtschwimmerbereich
- Achtung: auch von Surfern genutzt
- am Elbdeich gelegen
- Overwerder Hauptdeich/Overwerder Weg
- Bus 12/223 bis Oortkatenufer





Der Extremist Lied von Houffouet

Warum sind deine Augen, deine Augen überdeckt?
Weil aus ihrer Tiefe die Bosheit leckt?
Schützt der schwarze Balken mich vor Gefahr,
der die junge Mutter zuerst erlegen war?

Ich seh außer dem Balken deine Nase, deinen Mund
ich sehe Haut, ich sehe Haar
ich sehe nicht den Grund

Hab ich mit meinen Augen, meinen Augen dich erschreckt?
Weil aus ihrer Tiefe Begierde leckt?
Schützt der schwarze Balken dich vor Gefahr,
deren erstes Opfer als junger Mensch ich war?

Ich seh außer dem Balken deine Nase, deinen Mund
Haut und Haar und unter mir
verlier ich festen Grund

Egal, was du auch denkst
egal, was du auch glaubst
du bist so schön
so jung
und viel zu schön





Ratgeber

Korrekte Benutzung mobiler Geräte

Nach Befolgung der ersten sieben Lektionen dieses Ratgebers leben Sie besser. Dass Sie immer noch nicht optimal sozial verkehren, liegt an Ihrer Handysucht.

Folge 8/365: Über die korrekte Benutzung mobiler Geräte Sie haben beim Blick auf Ihr Handy bereits schmerzvoll die Unnachgiebigkeit von Laternenpfählen geprüft? Sie sind beim Checken neuer Nachrichten schon an einen Fußgänger, einen Kinderwagen, einen Abfallkorb gerasselt? Sie verdanken der Anziehungskraft Ihres mobilen Displays Prellungen, Hautabschürfungen, Beschimpfungen?

Dann können Sie von großem Glück sprechen. Bereiten Sie sich vor auf das, was Ihnen noch alles zustoßen kann, und lesen Sie, wen oder was der Gerichtsmediziner Klaus Püschel so alles auf seinem Seziertisch vorfindet. Besonderen Eindruck hinterließ bei mir die bis zuletzt gut informierte Zeitgenossin, die dank gebannten Blicks auf ihr Mobiltelefon bei einfahrendem Zug in den U-Bahn-Schacht stürzte und angesichts des eintretenden Ablebens nichts mehr davon mitbekam, dass ihre abgetrennten Hände das Telefon noch hielten.

Ja, liebe Mitbürger*innen, das Visuelle kann Sie dermaßen in den Bann ziehen, dass Sie selbst das lautstarke Kreischen der Bremsen nicht mehr wahrnehmen. Mit dem neuesten Tweet, dem letzten Post, der aktuellsten Nachricht vor Augen grüßen Sie Gevatter Tod. Okay, nicht immer zahlen Sie mit dem Leben, weil Sie auf dem Lau-

fenden gehalten werden wollen. Bislang sind Sie dem Tod von Schippe gesprungen, weil beim Abrufen einer neuen Meldung



Sie alles um sich herum vergessen haben und dank der Vollbremsung des heranrauschenden Lastwagenfahrers Ihnen das Leben gelassen wurde. Aber kaum dass Sie mit dem Schrecken davongekommen sind, können Sie dem Vibrieren Ihres Telefons schon wieder nicht widerstehen und starren drauf und rennen die alte, auf ihren Rollator gestützte Frau über den Haufen. Und nachdem Sie – das Gerät ist ja gerade in Betrieb – den Rettungswagen herbeigerufen haben, fällt Ihnen ein, dass Sie ja schleunigst noch einem ihrer 155 Facebookfreunde zum Geburtstag gratulieren müssen. Und schon pflastert eine neues Opfer Ihren Weg.

Wenn Sie Ihre Sucht nicht in den Griff kriegen, werden Sie, glauben Sie mir, sehr bald auf dem kalten Seziertisch von Gerichtsmediziner Püschel liegen! Doch davon bekommen Sie dann nichts mehr mit!





Presseerklärung

Zu den Umständen des Todes von Herrn William T.-M.

Der Tod des Studenten aus Kamerun, der in der Klinik für Psychiatrie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf stationär behandelt wurde und am 25. April 2019 infolge bisher nicht im Detail geklärt Umstände im UKE verstorben ist, hat sowohl in Hamburg als auch deutschlandweit große Bestürzung ausgelöst.

Der Verein GBPH hat von Anfang an kontinuierlich den Stand der Ermittlungen und die bisher eher zögerliche Veröffentlichung von Ermittlungsfortschritten im Hinblick auf die genauen Abläufe und Verantwortlichkeiten verfolgt. Wir haben nicht nur Gespräche mit unterschiedlichen Personen (Zeugen, Klinikmitarbeiter*innen, Parteiangehörige) geführt. Wir haben zudem die bisher vorliegenden Veröffentlichungen des UKE (Aktuelle Informationen der Pressestelle des UKE vom 25. 04., 26. 04. und 29. 04. 2019) im Hinblick auf ihren Informationsgehalt hin überprüft.

Unsere sachliche Analyse und Auswertung der uns zugänglichen schriftlichen Informationen lässt sich folgendermaßen zusammenfassen:

1. Das UKE selbst zeigt sich in dieser Angelegenheit bisher wenig „auskunftsfreudig“.
2. Der Einsatz des Sicherheitsdienstes innerhalb der Psychiatrie ist offensichtlich ein Spezifikum der Klinik für Psychiatrie des UKE.¹

Wir sind der Meinung, dass bisher erst

wenige Anhaltspunkte im Hinblick auf die Aufklärung des Todes von Herrn Tonou-Mbobda am UKE vorliegen. Wir fragen uns daher,

- welche „Not- und Gefahrensituation“ in diesem Fall vorgelegen haben mag, sodass drei Personen des Sicherheitsdienstes eingesetzt wurden.
- welche Fachkraft am UKE das Vorliegen einer solchen Situation mittels des Einsatzes welcher Methoden festgestellt hat.

Unklar bleibt auch, wer überhaupt befugt war, die Aufforderung zum „Eingreifen und Abwenden“ dieser „Not- und Gefahrensituation“ zu erteilen.

Vor diesem Hintergrund fordern wir vorrangig die Klärung und Beantwortung folgender Fragen:

- Warum wurde der Sicherheitsdienst bei Herrn Tonou-Mbobda hinzugezogen?
- Welche Rolle spielte das ärztliche und pflegerische Fachpersonal bei dem Studenten aus Kamerun im Rahmen der letztendlichen Eskalation mit Todesfolge?
- Über welchen fachlichen und zeitlichen Erfahrungshintergrund (Art der Fachausbildung und Jahre an ausgewiesener Berufserfahrung) verfügt das in diesem Fall tätig gewesene Fachpersonal?
- Weshalb wurde der Wunsch von Herrn Tonou-Mbobda, seine seelische Krise ohne die Einnahme von Medikamenten zu bewältigen, nicht respektiert?





- Wer war für die Veranlassung der gewaltsamen Verabreichung von Medikamenten und für die Fixierung des Patienten verantwortlich?
- Wer trägt bei Anwendung der gegenwärtigen gesetzlichen Regelungen die eigentliche Verantwortung?
- Herr Tounou-Mbobda wurde später auf der Intensivstation des UKE behandelt und verstarb dort. Welchen Anteil hatte das laut Zeugen offensichtlich brutale Vorgehen der Sicherheitskräfte an seinem Tod?
- Wird bei der Untersuchung des Vorgehens der Sicherheitskräfte ebenfalls ermittelt, ob und in welchem Ausmaß bei einer Person (oder bei mehreren Personen) rassistische und fremdenfeindliche Motive eine Rolle gespielt haben?
- Warum wurde die Obduktion des Leichnams am UKE selbst durchgeführt und nicht – wie z. B. von der Partei Die Linke angeregt – an einem externen Institut?
- Warum wurde nicht zumindest die Anregung des gesundheitspolitischen Sprechers der Fraktion der Partei Die Linke aufgegriffen, ein zweites rechtsmedizinisches Gutachten einzuholen?

Bei der rechtlichen Klärung der genauen Todesursache fordern wir die Berücksichtigung von Urteilen des Bundesgerichtshofes über vergleichbare „Fälle“.

Einen dringenden Handlungsbedarf im Hinblick auf die Beschleunigung der Aufklärung der genauen Todesumstände von Herrn Tonou-Mbobda sehen wir insbesondere bei der Klinikleitung des UKE, der Leitung der Klinik für Psychiatrie, der Wissenschaftsbehörde und der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz.

Unser tiefes Mitgefühl gilt weiterhin besonders den unmittelbaren Angehörigen von Herrn William Tonou-Mbobda und den Menschen in seinem sozialen Umfeld. Wir hoffen, dass die wöchentlich stattfindenden Mahnwachen vor dem Gebäude W 37 des UKE und die dadurch zum Ausdruck gebrachte mitmenschliche Anteilnahme insbesondere der Familie des Studenten aus Kamerun Trost spenden können.

Der Vorstand: Bernd Andreas, Czarnitzki, Rita Frömming, Reiner Ott (V.i.S.d.P.)
Hamburg, den 15. Juni 2019

Autorin: Dipl. Soz. MPH Gabriele Morin Elias, Mitglied des Vereins GBPH e. V.

¹ Infolge der schriftlich zum Ausdruck gebrachten Forderungen der beiden Parteien Die Linke und FDP zur Klärung der Befugnisse des Sicherheitsdienstes im UKE hat der Senat gemäß seiner schriftlichen Antwort vom 03. 05. 19 bis dahin Folgendes in „Erfahrung bringen“ können (Drucksache 21/17007, S. 2 und 3): Innerhalb der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie des UKE wird der Sicherheitsdienst auf „Anforderung hin bei notwendig werdenden Deeskalierungs- und Sicherheitsmaßnahmen“ unterstützend aktiv, „soweit die erforderlichen Maßnahmen durch das anwesende medizinische Personal allein nicht mehr zu gewährleisten sind“.





Wahlrecht

Wahl-Assistenz für Menschen mit Behinderung / Beschluss

Wahl-Assistenz für Menschen mit Behinderung

Menschen mit Behinderung können sich künftig bei Abgabe ihrer Stimme zu Bundestags- und Europawahlen helfen lassen. Der Bundesrat billigte am 7. Juni 2019 einen entsprechenden Gesetzesbeschluss des Bundestages zur Änderung des Wahlrechts.

Assistierte Stimmabgabe

Das Gesetz gilt zum Beispiel für Personen, die nicht lesen können oder sonst aufgrund ihrer Behinderung nicht in der Lage sind, ihre Stimme in der Wahlkabine abzugeben. Ihnen darf künftig eine andere Person Hilfe leisten.

Vollbetreute und Sicherungsverwahrte nicht mehr ausgeschlossen

Außerdem sind behinderte Menschen, die in allen Angelegenheiten von einer Hilfsperson betreut werden, nicht mehr pauschal von den Wahlen ausgeschlossen. Gleiches gilt für schuldunfähige Straftäter, die in einem psychiatrischen Krankenhaus untergebracht sind. Weiterhin nicht wählen dürfen Bürgerinnen und Bürger, denen dieses Recht per Richterspruch entzogen wurde – zum Beispiel nach einer Verurteilung wegen Landesverrats oder Wahlfälschung.

Höchstrichterliche Rechtsprechung

Der Bundestagsbeschluss setzt die aktuelle Rechtsprechung des Bundesverfassungsgerichts zum Wahlrecht um. Karlsruhe hatte die bisher geltenden generellen Ausschlüsse für Menschen in Vollbetreuung oder in Sicherungsverwahrung für verfassungswidrig erklärt.

Inkrafttreten im Juli

Das Gesetz wird nun über die Bundesregierung dem Bundespräsidenten zur Unterzeichnung zugeleitet und danach im Bundesgesetzblatt verkündet. Es soll zum 1. Juli 2019 in Kraft treten.

Formulierung zu zulässigen Assistenz überprüfen

In einer begleitenden Entschließung bittet der Bundesrat die Bundesregierung, die konkrete Formulierung zur zulässigen Assistenz in zwei Punkten noch einmal zu überprüfen – und gegebenenfalls zu einem späteren Zeitpunkt zu ändern.

Stand: 07.60.2019
zugehörige Drucksachen [<https://www.bundesrat.de/bv.html?id=0215-19>]

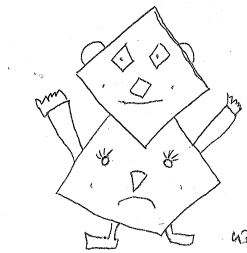




Miniatur

Es ist alles geordnet,
alles durchdacht
alles strukturiert
bis in den letzten Winkel deines Körpers
alles paletti, denkst du
und hast doch die Angst
dass du trotzdem mal tief fällst
Retten dich dann deine durchstrukturierten Pläne ???
Aber wenn nicht - wer oder was kann dann helfen ??

U.D.



Apropos

Der Tüftler und Erfinder des rot-weißen Flatter-Absperrbandes **Werner Sporleder** ist im Mai im Alter von 93 Jahren gestorben. Eine weitere seiner zahlreichen Erfindungen ist die Wasserbombe gegen Waldbrände. +++ Ab Januar 2022 wird **Burnout** offiziell als anerkannte Krankheit aufgeführt werden. **Transsexualität** hingegen gilt laut ICD nicht mehr als solche! +++ Bereits im Langenscheidts Großwörterbuch aus dem Jahr 1989 erfuhren wir Visionäres, nämlich die Bedeutung des Wortes **Trump**: *erdichten, sich etwas aus den Fingern saugen* +++ Der Erfinder von **Sebastians Schatzkiste** wurde im August 1969 in Baden-Baden eingeschult. +++ Ebenfalls vor 50 Jahren, am 20. Juli 1969 fand die erste **Mondlandung** statt. +++ Acht Wochen später wurde das legendäre **Woodstock-Festival** veranstaltet. +++ **João Gilberto**, der neben Antônio Carlos Jobim als Erfinder der Bossa Nova gilt, ist am 6. Juli 2019 in Rio de Janeiro mit 88 Jahren gestorben. +++ Am 14. August 1919 trat die **Weimarer Verfassung** in Kraft.

Sommer 2019





Die Künstlerin Conny Stark Mehr als ein Ausstellungshinweis

Im Alter von 14 Jahren bereits wusste Conny Stark, dass sie Künstlerin werden würde. Beim Besuch der Hamburger Kunsthalle berührten sie die Werke von Max Liebermann so, „als würde eine Flamme in mir aufgehen.“ Am 1. September zeigt sie eigene Werke in der Dankeskirche.

„Die Postkarten, die ich von Max Liebermann gekauft hatte, ließen mich nicht mehr los. Den ganzen Nachmittag saß ich in der Küche und malte. Es war wie ein Rausch.“ Auch wenn sie lieber Kunst studiert hätte, machte sie zunächst eine Lehre zur Schaufenstergestalterin, später zur Grafikerin. Privat nahm sie Mal- und Zeichenunterricht. Es folgten zahlreiche Ausstellungen.

Eine Art Weckruf erlebte sie, als sie in einem Hospiz Menschen kennen lernte, „die großes Bedauern äußerten, weil sie

in ihrem Leben nicht dem nachgegangen waren, wofür sie wirklich brannten“. Eine der Patientinnen forderte Frau Stark dazu auf, „dass Sie nur noch malen sollte. Nicht nur nebenbei.“ Dieser Appell rüttelte sie auf. Doch anstatt nun richtig loszulegen, versetzte sie eine ärztliche Diagnose in Alarm, die ihre künstlerischen Pläne über den Haufen zu werfen drohte. Aber anstatt sich aufzugeben, entschied sich Frau Stark dazu, die (ihr bleibende) Zeit zu nutzen. „Ich nahm an Fortbildungskursen der Internationalen Sommerakademie für Kunst



links die Künstlerin Conny Stark; rechts: ein Gast auf dem Balkon (Ausschnitt); nächste Seite: „Ein Abgesang“.





und Design teil. 2009 wurde ich im Verband der bildenden Künstler aufgenommen und als Künstlerin anerkannt. Seitdem hatte ich Ausstellungen im In- und Ausland und absolvierte zwei Stipendien.“ Zu ihrer Kunst sagt Frau Stark: „Ich male, zeichne oder fotografiere Motive, die ich besonders liebe wie z.B. Natur, Vögel oder Gesichter von Menschen“, wobei sie bei letzterem in erster Linie die Spuren interessieren, die das Leben hinterlassen hat. Daneben macht Frau Stark keinen Hehl daraus, dass sie besonderen Trost, innere Ruhe und große Inspiration in der Beobachtung von Vögeln findet. Jeden Tag erfreut sie sich an den gefiederten Wesen, die ihren

Balkon bevölkern. „Die Verhaltensweisen zu entdecken, die Eigenheiten der Vögel, das Miteinander und Vertrauen, dass mir die Tiere schenken, berührte mich zutiefst. Zudem kamen Vögel auf meinen Balkon, von denen ich es nie vermutet hätte.“ Aus dieser Erfahrung, diesem Glück leitet sich auch der Titel der bevorstehenden Ausstellung ab: *Das kleine Paradies im zweiten Stock links*.

„Ich möchte den Besuchern die Schönheit der Tiere entdecken lassen und hoffe, es gelingt mir.“ Das steht außer Frage!

Ausstellungseröffnung: 1.9.2019, 17.00 Uhr, in der Dankeskirche, Am Hegen 51, 22149 Hamburg





Rätsel des Alltags

Im Sommer erfreut sich das Fahrrad als Verkehrsmittel besonderer Beliebtheit. Das schont die Umwelt und ist gesund. Und für alle, denen es zu anstrengend ist, allein in die Pedale zu treten, gibt es Tandem-Fahrräder. Wie man bei dieser Sonderanfertigung Einigkeit über die Fahrtrichtung erzielen kann, ist ein Rätsel des Alltags.



Aus den Begegnungsstätten Fahrradtour geplant

Gemeinsam mit einem erfahrenen Klienten planen zwei Mitarbeiter*innen für Klient*innen der Begegnungsstätte Wandsbek im September eine Fahrradtour. Gemeinsam soll es ins Grüne gehen. Frische Luft tanken, in Bewegung sein, mit netten Leuten Zeit verbringen – gibt es was Schöneres in der Sommerzeit? Wohl kaum.

Also halten Sie die Ohren auf und fragen Sie gegebenenfalls Ihre Bezugsbetreuer*in, wann genau die Fahrradtour losgehen soll, denn bei Redaktionsschluss stand noch kein Termin fest.

Übrigens: Fahrräder, wie oben abgebildet, werden nicht zum Einsatz kommen ;-)

Auf Hamburgs Straßen Veranstaltungen zum CSD

Im Juni 1969 wehrten sich Schwule, Lesben und Transen in der Christopher Street (New York) erstmals gegen polizeiliche Willkür und Schikanen. Heute, 50 Jahre später, erinnern weltweit Paraden und Feste an diesen denkwürdigen Protest, der die Bürgerrechte gestärkt und zu mehr Aufklärung beigetragen hat.

Der Hamburger CSD steht dieses Jahr unter dem Motto **Grundsätzlich gleich – für eine bessere Verfassung**. Die Parade durch die Innenstadt findet am 3. August statt.

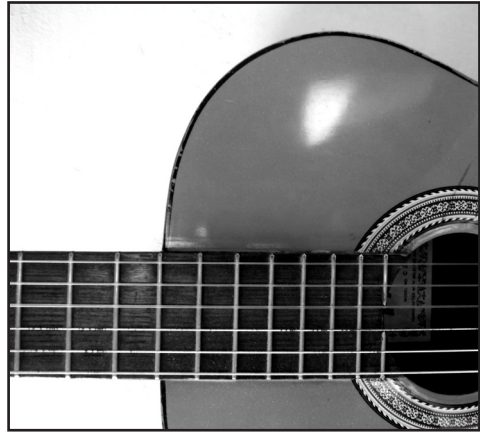




Kleinanzeigen

Die Begegnungsstätte in der Rüterstraße ist auf der Suche nach einer **Gitarre**, sie sollte mit Nyllonsaiten bezogen sein. Haben Sie als Klient*in oder hast du als Kolleg*in eventuell eine Klampfe zuhause herumstehen, die seit langem schon außer Gebrauch ist: das Team Wandsbek würde sich sehr über die Abgabe des Instrumentes freuen.

Kontakt über die Bezirksleitung Frau Schierstedt unter 040_6758 71370 oder MA Peter Houffouet: 0176_571 49494.



Richtigstellung

In der letzten Ausgabe von Einblicke – Ausblicke ist uns ein Fehler unterlaufen. Für die Kreativgruppen in der Marschnerstraße lauten die richtigen Telefonnummern von Renate Leismann (*Malen und Zeichnen*): 0176 57 432 757 und von Diane Agnui-Tchi (*Basteln und Handarbeiten*): 0176 144 75 890. Die abgedruckten Termine aber waren korrekt (siehe Wochenpläne)!

Beschwert Euch!

Beschwerdemanagement bei Op de Wisch

Wo sich Menschen begegnen, wird es immer auch Konflikte geben. Für das Op-de-Wisch-Team soll das Anlass sein, mit Ihnen darüber zu reden. Nur so ist Klärung und Veränderung möglich. **Also informieren Sie uns über Probleme! Beschweren Sie sich!** Beschwerden können Sie in den Kümmerkästen in jeder Begegnungsstätte einwerfen.

Wenden Sie sich an Ihre Bezugsbetreuung, lassen sich das Infoblatt geben oder setzen sich direkt mit Jörg Zart in Verbindung:

Tel: 600 88 34 00



Gebratener grüner Spargel mit Kirschtomaten und Babykartoffeln

Zutaten für 4 Personen

1 kg Babykartoffeln
2 Bund grüner Spargel
½ kg Kirschtomaten
4 EL Olivenöl
1 Bund Frühlingszwiebel
2-3 Knoblauchzehen
Parmesan, Chili, Paprika, Salz und Pfeffer
Zubereitungszeit: 30-45 Minuten

Vorbereitung

Kartoffeln waschen und halbieren. Im Salzwasser bissfest vorkochen. Grünen Spargel am unteren Drittel schälen, die Spitzen abschneiden und in 3-4 cm große Stücke schneiden. Die Tomaten waschen und je nach Größe halbieren oder ganz lassen. Die Frühlingszwiebeln waschen und in schmale Ringe schneiden. Knoblauch schälen und klein hacken.

Zubereitung im Backofen

Kartoffeln und Spargel in einer Schüssel mit Öl und den Gewürzen (Salz, Pfeffer, Knoblauch, Chili, Paprika) vermischen. Die Zutaten aus der Schüssel auf dem Backblech ausbreiten und ca. 30-45 Minuten im Backofen (Umluft 150 Grad) braten. Zum Schluss die Lauchzwiebeln und Kirschtomaten hinzugeben, vermischen und 5-10 Minuten garen.

Zubereitung in der Pfanne

Öl in der Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin 5 Minuten anbraten. Spargel und Zwiebelringe dazugeben, salprika und Knoblauch unter ständigem Spargel bissfest ist. Zum dazugeben und 5 Minuten

Mit Parmesan, Quark oder

Die Kochgruppe aus
guten Appetit!



zen, pfeffern, Chili, Parmischen und auf hohenden braten, bis der Schluss Kirschtomaten mitbraten.

Tzatziki servieren.

Wandsbek wünscht gu-





Gemeinsame Wege zur Gesundheit

Vorträge und Diskussionen

Borderline-Trialog

17. Juli: Was heißt Genesung? Ist Heilung möglich?

Der Borderline-Trialog findet jeden dritten Mittwoch des Monats von 18:00 bis 19:30 Uhr im Auditorium in der Schön-Klinik statt (4. Etage, Haus 7).

Wie gesund ist krank? – Anthropologische Vorlesungen

13. August: Soteria und Hometreatment – Säulen der Akutpsychiatrie

17. September: Eigensinn und Psychose

Die Veranstaltung findet dienstags von 18:00 – 20:00 Uhr in Hörsaal A, Uni-Hauptgebäude, Edmund-Siemers-Allee 1 statt..

„Kunst schafft Begegnung“

10. Oktober: „Schreiben als Weg Gehör zu finden“

- Hochsensibilität – eine Eigenschaft, keine Krankheit
- Unsichtbare Narben – Erfahrungen aus der Sicht als Kind einer depressiven und Alkohol abhängigen Mutter
- Ex-In Ausbildung, vom Erwerbsminderungsrentner zurück in Arbeit, ein Mut machender Genesungsweg

Anlässlich einer Kampagne zum Abbau von Vorurteilen und Ängsten gegenüber psychisch kranken Menschen unter der Schirmherrschaft der Senatsbeauftragten für die Gleichstellung behinderter Menschen veranstaltet Op de Wisch e.V. gemeinsam mit dem Verein Genesungsbegleitung und Peerberatung Hamburg e.V. eine Lesung in der Bücherhalle Barmbek. Das Motto der Lesung lautet: „Schreiben als Weg Gehör zu finden“. Bei dieser Lesung werden drei Menschen – eine Klientin von Op de Wisch, eine Angehörige und ein Genesungsbegleiter – sehr persönliche Einblicke in das Erleben und Bewältigen psychischer Krisen aus unterschiedlichen Blickwinkeln geben.

Donnerstag 10.10.2019, 18.00 – 21.00 Uhr

Ort: Bücherhalle Barmbek, Poppenhusenstr. 12, 22305 Hamburg





Adressen und Telefonnummern

Op de Wisch e.V.

www.op-de-wisch.de

Ute Peters _ Gesamtleitung
Jörg Zart _ Stellvertretende GL
Oberstr. 14 b _ 20144 Hamburg
Telefon 040_600 88 34_00

Bezirk Wandsbek
Gabi Schierstedt _ Bezirksleitung
Rüterstr. 71 _ 22041 Hamburg
Telefon 040_67 58 71 37_0

Bezirk Nord
Anja Paul _ Bezirksleitung
Marschnerstr. 9 _ 22081 HH
Telefon 040_21 90 81 63

Bezirk Mitte
Anke Bamberger _ Bezirksleitung
Grootsruhe 2 _ 20537 Hamburg
Telefon 040_88 30 67 67_0

Bezirk Eimsbüttel
Angelika Müller _ Bezirksleitung
Oberstr. 14 b _ 20144 Hamburg
Telefon 040_600 88 34_50

Reitanlage
Gudrun Sailer-Maaß _ Leitung
Suurwisch 1a _ 22397 Hamburg
Telefon 0170_452 05 35

Regionalbüro Altona
Helga Rieß _ Bezirksleitung
Telefon 040_43 21 33 40
Eimsbütteler Str. 93–95 _ 22769 HH

Kinder-, Jugend- & Familienhilfe
Gesa Dilling _ Bereichsleiterin
Telefon 0176_34 82 57 16

Unsere Klientensprecher*innen
Andrea, Gabriel, Marcelle und Matze

Tel.: 0176_14475942
E-Mail: klientensprecher@op-de-wisch.de

040 / 600 88 34 30 die Notfallnummer für Klientinnen und Klienten

Unter dieser Nummer erreichen wir wochentags von 18 bis 7 Uhr und am Wochenende durchgehend (bis montags, 7 Uhr) in Krisensituationen Ansprechpartner, die mit unseren Anliegen vertraut sind. Unsere Bezugsbetreuer werden am folgenden Tag diskret informiert. Aber es wird auch niemand abgewiesen, der lieber anonym bleiben möchte.





**WAS DIE WANDSBEKER KOCHGRUPPE ZAUBERT,
DAS MUNDET
UND SIEHT AUSSERDEM GUT AUS!**

Sommer 2019





ZU GUTER LETZT



TUN WIR'S DEN SCHWÄNEN GLEICH:
FÜTTERN WIR HAFENBESUCHER!

