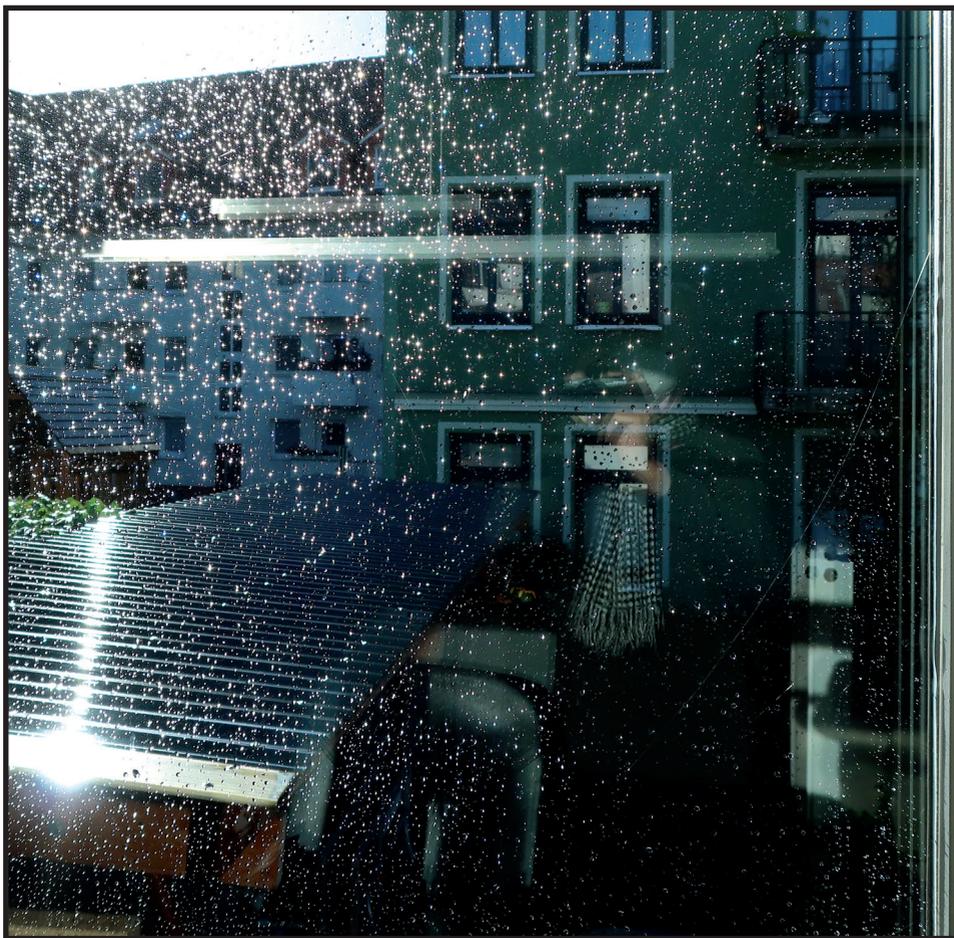




# EINBLICKE – AUSBLICKE

OP-DE-WISCH-KLIENT\*INNENZEITUNG

WINTER 2022/2023



## WIE HART WIRD DER WINTER WIRKLICH?

+++ NATUR 2023 +++ SOBOLO +++ WENDLAND +++ NEU BEI OP  
DE WISCH +++ WORTE DES JAHRES 2022 +++ FOTOKUNST +++  
DUZEN UND SIEZEN BEI OP DE WISCH +++





# Aus dem Inhalt



Neu bei Op de Wisch .....	4-7
Atmen .....	8-9
Duzen / Siezen bei Op de Wisch .....	10-13
Fotokunst .....	14, 20
Unheimlicher Traum.....	15
Aus eigener Feder.....	16, 29, 32, 38, 42, 43
Hamburg macht sich schön.....	17
Gesellschafts-ABC .....	18
Ausmalbild.....	19
Aus den Begegnungsstätten.....	21-25, 30, 31
Natur 23 .....	26
Wünsche .....	27
Zueignung.....	28
Sebastians Schatzkiste .....	29
Besserwisserei.....	33
Literatur .....	34-36
Ratgeber.....	37
Worte 22.....	39
Apropos.....	40
Rezept .....	41
Veranstaltungen, Adressen und Telefonnummern .....	44-46

## Impressum

Redaktion: Friedrich Nahrgang, 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](mailto: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,

Glatteis, Schnee und an Weihnachten dann doch das typische Hamburger Schietwetter. Wir müssen es nehmen, wie es kommt.

Anders verhält es sich mit *Einblicke – Ausblicke*, da können Sie mitgestalten. Und einige von Ihnen haben das dankenswerter Weise für die Winterausgabe auch wieder getan.

In der Herbstausgabe hatte der Artikel von Marcelle bei den Leser\*innen jede Menge Reaktionen ausgelöst. Das Redaktionsteam war schon auf eine Flut von Leser\*innenbriefen gefasst. Letztlich kam eine einzige Replik bei uns an, die Ihnen sehr ans Herz gelegt sei. Da das Thema "Siezen/Duzen bei Op de Wisch" ein Dauerbrenner ist, fühlen Sie sich herzlich eingeladen, Ihre Meinung mit uns zu teilen!

Tief getroffen hat viele der Tod von Etienne Baza aus dem Team Nord. Ein Nachruf auf den geschätzten Kollegen und Begleiter wird in der Frühlingsaus-



gabe erscheinen. Allen, die um ihn trauern, gilt unser Mitgefühl.

2022 wird als ein Jahr in Erinnerung bleiben, dass uns viel abverlangt hat und uns deutlich macht, dass wir auf die Zuwendung anderer angewiesen sind. Wenn als selbstverständlich dahingegenommene Gewissheiten bröckeln, ist es gut, sich nicht allein zu wissen.

Ob 2023 ein besseres Jahr wird? Das weiß niemand. Wir müssen es nehmen, wie es kommt. Aber wir können auch unseren bescheidenen Beitrag dazu leisten, dass es besser werden kann als das zurückliegende.

Viel Spaß beim Lesen von *Einblicke – Ausblicke* und ein glückliches neues Jahr wünscht Ihnen

Ihr Redaktionsteam!



### Bildnachweis/Seite

PH / 1, 2, 3u, 5, 17, 21, 22, 27, 32, 37, 38, 40, 42, 43, 47, 48; HW / 15, 31; eA / 6, 7; KS / 19; IU / 14, 25; AJ / 9; open source / 26; RB / 28; MS / 20

StopptdenKrieg

Herbst 2022





# Neu bei Op de Wisch

## Volker Thiesen

Moin, mein Name ist Volker Thiesen. Nach, auf den Tag genau, 9 Jahren Tätigkeit als Genesungsbegleiter im Team der Integrierten Versorgung – Netzwerk seelische Gesundheit in Harburg, darf ich nun seit dem 01.07.2022 mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren, im Team-Wandsbek mitwirken und meine Betroffenen-Perspektive zur Verfügung stellen. Hier lernte ich engagierte, fürsorgliche Kolleg:innen kennen. Herzlichen Dank für Eure “offenen Arme“, für Euren warmherzigen Empfang. Dank Eures mir entgegen gebrachten Vertrauens konnte sich in mir recht schnell das Gefühl “ich gehöre dazu – ich bin ein Teil vom Ganzen“ entwickeln. Großartig, wie bei Op de Wisch die erklärte Absicht, Expert:innen aus Erfahrung in die Arbeit miteinzubeziehen, umgesetzt wird.

Ebenso freu ich mich darüber, dass wir von Op de Wisch Betroffenen seelischer Krisen mit “Krise im Dialog“ ein neues Angebot zur Verfügung stellen. Das Leid einer seelischen Krise trifft selten einen Menschen allein, auch die ihm nahestehenden Menschen sind oft mit-betroffen. Während meiner Tätigkeit in Harburg durfte ich miterleben, wie sehr Nutzer:innen von Netzwerkgesprächen profitieren konnten.

Seelische Krisen sind etwas zutiefst Menschliches, sie können jedem widerfahren. Es gibt unzählige Krisenerfahrungen, die mit ihrem Sein und Wirken ih-

ren Platz in der Gemeinschaft fanden, die wertvolle Beiträge für die Menschheit beitrugen. Albert Einstein z.B. soll Stimmen gehört haben.

Einen wichtigen Beitrag zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen hat meines Erachtens die Recovery-Bewegung beigetragen. Eine der Aktivist:innen aus den USA, Patricia Deegan, beschrieb mit ihren Worten vortrefflich, was ich unter Genesung verstehe: *Recovery zielt nicht auf ein Endprodukt oder Resultat. Es bedeutet nicht, dass man geheilt oder einfach stabil ist. Recovery beinhaltet eine Wandlung des Selbst, bei der einerseits die eigenen Grenzen akzeptiert werden und andererseits eine ganze Welt voller neuer Möglichkeiten entdeckt wird. Dies ist das Paradoxe an Recovery – beim Akzeptieren dessen, was wir nicht tun oder sein können, beginnen wir zu entdecken, wer wir sein können und was wir tun können.*

Wir Menschen sind verschieden, jeder Mensch ist anders. Entsprechend individuell verlaufen auch unsere Genesungswege. Was sich für die Eine als hilfreich erwies, muss nicht zwangsläufig auch gut für den Anderen sein. Lösungen, das Wissen über Hilfreiches, Passendes liegt in den jeweils Betroffenen selbst. Dieses Wissen gilt es zu erforschen.

Hier nun aufzulisten, was für mich alles





hilfreich war, sprengt den Rahmen. Ein wichtiger Faktor auf meinem Genesungsweg war das Erleben der Ex-In-Fortbildung und die daraus resultierenden Erfahrungen als Genesungsbegleiter im Team der Integrierten Versorgung.

Der verinnerlichte Glaubenssatz aus meiner Zeit als Leistungssportler: *never give up!* hilft mir in schwierigen Zeiten "am Ball zu bleiben".

"Genesungsfloskeln" wie: *ich bin nicht für die Erkrankung, die erhaltene psych. Diagnose verantwortlich, für meine Genesung bin ich verantwortlich ... psychiatrische Diagnosen betrachte ich als Arbeitskrücken ... Genesung ist ein Prozess*

*und kein Ereignis ... Fortschritt statt Perfektion* erwiesen sich für mich ebenfalls als hilfreich auf dem Genesungsweg.

Nun darf ich meine Erfahrungen mit anderen Betroffenen teilen z.B. mit den Teilnehmer:innen der Genesungsgruppe. Seit November treffen wir uns einmal die Woche, um "Erfahrung, Kraft und Hoffnung" miteinander zu teilen. Euch im Austausch und achtsamen Umgang miteinander zu erleben, bereitet mir große Freude.

Der Anfang ist gemacht und fühlt sich gut an. So darf es gerne weitergehen. Uns Allen ein erfülltes 2023, voller Liebe, voller Kraft!





## Neu bei Op de Wisch

### Rabea Berka



Hallo Op de Wisch, mein Name ist Rabea Berka. Ab dem 01.01.2023 werde ich als

Bezirksleitung in der Begegnungsstätte Mitte tätig sein, worauf ich mich sehr freue. Ich bin Diplom-Sozialpädagogin und habe zusätzlich einen Master in Sozialer Arbeit mit den Schwerpunkten „Sozialraumorientierung“ und „Ethik & Management“. Seit vielen Jahren arbeite ich bereits in Hamburg im Bereich der ASP. Nun ist es für mich an der Zeit, mich beruflich weiterzuentwickeln, mich neuen Herausforderungen zu stellen und neue Verantwortung zu übernehmen. Ich freue mich auf eine spannende gemeinsame Zeit, eine gute Zusammenarbeit, einen konstruktiven Austausch und auf gemeinsames Gestalten mit Euch und Ihnen. Bis dahin wünsche ich Euch und Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und uns gemeinsam einen guten Start in das Jahr 2023.

## Ronja Ueckermann

Ein herzliches Hallo an Alle, ich bin Ronja Ueckermann und Anfang Dezember als pädagogische Mitarbeiterin im ASP-Team Altona gestartet. Ich hatte schon vermutet, dass ich mich früher oder später hier bei Ihnen vorstellen darf, und dann wurde ich heute doch damit überrascht. Darum schreibe ich jetzt spontan ein paar Zeilen :)

Geboren und aufgewachsen bin ich auf dem hessischen Land. Mit Blumenwiesen,

Spielstraßen und Bauernhöfen in der Nachbarschaft. Für mein Studium bin ich dann vor elf Jahren nach Hamburg gezogen. Und was soll ich sagen? Es hat mir hier so gut gefallen, dass ich geblieben bin.

In der Zeit vor Op de Wisch habe ich beruflich im Schwerpunkt Familien mit Kindern unterstützt und dann für eine kürzere Zeit in einer Psychosozialen Krisen- und Sozialberatung gearbeitet. Berufsbegleitend habe ich die Weiterbildung zur syste-





mischen Beraterin absolviert und mich immer mehr für den Bereich der Arbeit im sozialpsychiatrischen Bereich interessiert. Es freut mich, wenn ich in meiner Arbeit Menschen dabei begleiten und stärken kann, ihren (Lebens-)Weg zu gehen und zu gestalten. Manchmal in Zeiten voller Herausforderung und manchmal in Zeiten, in denen man kleine und große Fortschritte feiern und würdigen kann.

Darum freue ich mich sehr jetzt hier zu sein und wurde bei Op de Wisch sehr herzlich begrüßt und aufgenommen. Der Dezember war für mich eine besondere Zeit, um die neue Stelle zu beginnen. Denn schon in meinen ersten Wochen konnte ich gleich an zwei Feiern teilnehmen. Zunächst die Weihnachtsfeier für die Mitarbeitenden und eine Woche später haben wir einen weihnachtlichen Nachmittag und Abend in der Begegnungsstätte gefeiert, zu dem viele Menschen gekommen sind und an dem sich spannende und sehr freundliche Begegnungen und Gespräche ergeben ha-



ben. Jetzt bin ich gespannt und neugierig darauf, nach dem Jahreswechsel weiter mit der Einzel- und Gruppenarbeit zu beginnen und vor allem darauf, Sie kennen zu lernen.

Ich wünsche Ihnen einen guten Übergang und Start in das Jahr 2023!

## **Café Dreiklang Programm Frühjahr 2023**

<b>06.02.23</b>	<b>Angehörigen- /Genesungsbegleitung</b>
<b>06.03.23</b>	<b>"Aufklaren" mit Anna Beck</b>
<b>03.04.23</b>	<b>Gedicht und Gesang</b>
<b>17.04.23</b>	<b>Christian Kucevski / Klient bei OdW / Musiker</b>
<b>01.05.23</b>	<b>Entfällt</b>

Herbst 2022





# Atmen

## Wandsbeker Ausflug in die Kunsthalle Hamburg

**Das Thema der Führung durch die Ausstellung mit dem Titel Atmen war: Atemtherapie und Kunst. Angekündigt war eine Kombination aus kunstpädagogischer Führung mit Atemübungen, die von zwei Atemtherapeutinnen des Berufsverbandes ATEM e.V. angeleitet werden. Dabei sollten die künstlerischen Positionen nicht nur inhaltlich vermittelt werden, sondern durch abgestimmte Atemübungen vor Ort sinnlich erfahrbar gemacht werden.**

Die beiden Atemtherapeutinnen und die Kunstvermittlerinnen empfangen uns im Eingangsbereich der Galerie der Gegenwart.

Nach einer kurzen Vorstellung wurden Zettel und Bleistifte verteilt und uns Teilnehmenden wurde die Frage gestellt, was ATMEN für uns bedeutet. Wir machten uns also Gedanken über eine Aktion, die normalerweise unbewusst, permanent und wie selbstverständlich bei uns abläuft. Die Antworten fielen sehr unterschiedlich aus. Atmen ist ...

... natürlich LEBEN, in vielen Kulturen auch Ausdruck der Seele, des Denkens, der Inspiration.

Durch Krankheiten, Klimawandel und Pandemien und durch Gewalt dringt das Atmen in unser Bewusstsein und bekommt eine gesellschaftliche Dimension.

Die Konzentration auf das Atmen, wie sie in den von den Atemtherapeutinnen vorgestellten Übungen gezeigt wurde, macht das Selbst und unser Verhältnis

zur Welt beim Atmen erfahrbar und beeinflussbar (zum Beispiel wenn wir ängstlich sind und unser Atem schnell geht).

### **Eindrücke einer Teilnehmerin:**

"Das war am 19. November ein ganz besonderer Besuch in der Hamburger Kunsthalle. Wir haben eine Führung mitgemacht, bei der nicht die komplette Ausstellung, sondern gezielt bestimmte Kunstwerke angesteuert wurden. Begleitet wurden wir von zwei Atemtherapeutinnen und einer Kunstvermittlerin. Dabei ging es nicht nur darum, Gemälde zu betrachten, sondern auch um etwas, was wir eigentlich sowieso immer tun, ohne nachzudenken: Um's Atmen.

Und so standen wir als Gruppe zunächst vor einem Spiegel mit Leuchtbuchstaben.

**Wir atmeten ein.**

**Hielten die Luft an.**

**Und atmeten aus.**





Ganz im Rhythmus und Wechsel der aufleuchtenden Worte INHALE, HOLD und EXHALE. Ein Werk von Jeppe Hein.

Nach weiteren Atemübungen und einem kleinen Plausch darüber ging es weiter. Besonders beeindruckend waren die Bilder von Markus Schin-

wald, einem österreichischen Künstler.

Zu sehen waren alte oder ältere Werke, die offenbar übermalt wurden. Mal wurden die Mäuler mit Masken oder Tüchern versehen, mal wurden auf das Porträt Phoebe (2017), einer jungen Frau, Seifenblasen vor das Gesicht gemalt. Es hätte auch eine Sauerstoffmaske sein können.

Bei den meisten hinterließ das einen befremdlichen oder beklemmenden Eindruck. Und die Frage: War Herr Schinwald etwa inspiriert worden durch die Corona-Maskenpflicht? Nein, die Gemälde sind interessanterweise vor Ausbruch der Pandemie entstanden.

Weiter ging es mit einer wohltuenden Nasenmassage und anschließend zu kleinen, runden Metallspiegeln, auf denen Menschen sichtbar wurden, wenn man die Spiegel angehaucht hat. Menschen wurden durch unseren Atem sichtbar, die in Kolumbien Opfer politischer Gewalt wurden. Eine Arbeit von Oscar Muñoz.

Wie überlebenswichtig das uns Selbstverständliche manchmal ist, darauf macht diese Ausstellung eindrücklich aufmerksam."

A.J.





# Siezen und Duzen bei Op de Wisch

## Eine Antwort

In der letzten „Einblicke – Ausblicke“ stand ein Meinungsartikel zum Thema Duzen oder Siezen zwischen Klient:innen und Mitarbeitenden bei Op de Wisch.

Sehr kritisch wendet sich darin die Autorin Marcelle gegen „zunehmende und sich verhärtende Tendenzen (bei Op de Wisch), sowohl Klientinnen als auch Mitarbeitenden vorzuschreiben, wie sie sich anzureden haben.“ Gemeint ist die Anrede „Sie“ zwischen Fachkräften und Klient:innen.

Marcelle sieht darin eine Festschreibung von Hierarchie, also ein Machtverhältnis von „Oben“ und „Unten“ zwischen Mitarbeiter:innen und Klient:innen. Das widerspreche den von Op de Wisch selbst gesetzten Ansprüchen auf Partizipation und einem Einander-Begegnen „auf Augenhöhe“. Darüber hinaus signalisiert in der Wahrnehmung der Autorin die „Sie“-Anrede auch noch, dass Mitarbeitende in irgendeiner Weise wertvoller und bedeutsamer seien (oder sich dafür halten?) als Klient:innen.

Die Autorin fordert in ihrem Artikel ausdrücklich, „dass Op de Wisch als Organisation sich dieser Diskussion stellt (...).“ Diesem Wunsch komme ich hiermit gerne nach!

Und schicke voraus, was ich in diesem Fall unter „Diskussion“ verstehe – nämlich Austausch und Gegenüberstellen von

Wahrnehmungen, Sichtweisen, Standpunkten. Marcelle hat in ihrem Artikel dargelegt, weshalb ihr das Siezen als Norm im Umgang zwischen Mitarbeitenden und Klient:innen bei Op de Wisch missfällt. Mir geht es hier darum, darzulegen und zu begründen, weshalb bei Op de Wisch das „Sie“ zwischen Mitarbeiter:innen und Klient:innen üblich ist – und dass dies nach meinem Dafürhalten nichts mit einer Festschreibung von „Oben“ und „Unten“ oder gar von mehr oder weniger Wertsein zu tun hat. Ums „Rechthaben“ geht es mir nicht. Sondern vielmehr um ein möglichst gutes Verstehen der jeweiligen Standpunkte.

Die Frage nach dem Siezen oder Duzen ist einerseits eine Entscheidung zwischen zwei Personen, also individuell. Sie ist aber auch eingebettet in Tradition, Geschichte und Kultur, also das, was zu einer bestimmten Zeit in einer Gesellschaft oder Kultur im Umgang miteinander üblich ist.

Spürbar wird mir dieser kulturelle Aspekt regelmäßig beim Besuch eines IKEA-Hauses, wenn ich von der Lautsprecherstimme penetrant mit einem schwedisch-familiären „Du“ angesprochen und auf irgendwelche Sonderangebote aufmerksam gemacht werde. In Schweden mag es ja so sein, dass sich alle untereinander selbstverständlich duzen (mit Ausnahme der Mitglieder der königlichen Familie). In Billwerder-Mo-





orfleet empfinde ich jedenfalls diese Ansprache als unangemessen.

In Deutschland ist es ja bekanntlich ein wenig kompliziert mit dem Sie oder Du unter Erwachsenen:

Wenn Leute ab einem bestimmten Alter einander noch nicht kennen, sind sie normalerweise erst einmal beim Sie. Mit zunehmender Vertrautheit und Sympathie gehen viele dann früher oder später zum Du über. Manche bleiben aber auch bei der förmlichen Anrede.

Es gibt aber Ausnahmen: Wenn man bspw. dasselbe Hobby teilt – oder die gleiche Leidenschaft für eine Sache –, dann ist man meistens „selbstverständlich“ beim Du, auch wenn man sich (noch) gar nicht persönlich kennt (und vielleicht auf den ersten Blick noch nicht einmal sympathisch findet). Beispiele sind: dieselbe Sportart betreiben, Motorradfahren, einer politischen Initiative oder Partei zugehören.

Auch das „Arbeits-Du“ unter Kolleg:innen, Mitarbeiter:innen desselben Betriebs, gehört hierher: Mit dem „Du“ soll eine gemeinsame Verbundenheit mit „der Sache“, den Anliegen des Betriebs, zum Ausdruck gebracht werden.

So wie bei Op de Wisch. Ich verstehe unser Arbeits-Du unter allen Mitarbei-

ter:innen so: Es soll uns signalisieren, dass wir nicht nur alle vom selben „Brötchengeber“ unser Geld erhalten, sondern, mehr noch: miteinander Werte und Haltungen teilen (wie sie zum Beispiel in unserem Leitbild Ausdruck finden) und dass wir unserer Arbeit mit Herz nachgehen. Fragen der Hierarchie (und auch der Sympathie) treten hinter dem verbindenden Anliegen zurück.

Weshalb Siezen wir also die von uns begleiteten Klient:innen? Sind wir nicht auch miteinander derselben Sache, gemeinsamen Werten verschrieben? Wir haben ja auch, gemeinsam und in Abstimmung mit den Klient:innensprecher:innen, die Grundlagen der Partizipation bei uns formuliert, ebenso wie das Leitbild! Und haben wir nicht auf der Grundlage unserer gemeinsamen Werte und Haltungen in diesem Jahr Standortvertreter:innen-Wahlen durchgeführt, nicht zu vergessen die Wahl der Klient:innensprecher:innen? Das sind doch alles Argumente, um das „Sie“, diese Schranke zwischen Mitarbeiter:innen und Klient:innen, aufzugeben!?

Meine Antwort wäre: Einerseits und andererseits. – Einerseits: Der Gedanke einer grundsätzlichen Verbundenheit von Fachkräften und Betroffenen auf der Grundlage gemeinsamer Anliegen – Partizipation, „Augenhöhe“, Teilhabe an





der Gesellschaft usw. – ist aus meiner Sicht tatsächlich sehr wichtig. Gerade wenn man bedenkt, wie es früher in der Psychiatrie in Deutschland zugegangen ist. Das ist noch gar nicht so lange her.

In der alten „Verwahr-Psychiatrie“ mussten psychisch kranke Menschen oft jahre-, teils ihr Leben lang hinter Mauern in riesigen Landeskrankenhäusern fristen. Der Umgang mit den Betroffenen war oft rücksichtslos und atmete teilweise immer noch den Geist der Nazizeit. Seit den Siebzigerjahren des letzten Jahrhunderts kam in Deutschland ein großer Aufbruch in der Psychiatrie zustande, der auch einen Ausbruch aus den Verwahranstalten im Sinn hatte. Psychisch kranke Menschen sollten endlich ganz normaler Teil des nachbarschaftlichen Alltags in den Städten und Gemeinden sein. Es galt also, neue, lebensnahe Wohn- und Betreuungsformen zu finden. Und wesentlich: sich den Betroffenen endlich ehrlich und freundlich zuzuwenden, sie nicht mehr als kranke „Objekte der Medizin“ zu **behandeln**, sondern ihnen als wirkliche Menschen ehrlich und respektvoll zu **begegnen**.

Damals, in der Aufbruchzeit, ist viel geduzt worden zwischen Betreuer:innen und Betreuten. Verbindend war das gemeinsame große und wichtige Anliegen, für die Psychiatrie neue Grundlagen zu schaffen, neue Konzepte und vor allem eine neue, „menschliche“ Haltung zu le-

ben. Das „Du“ trug gewissermaßen eine politische Botschaft.

Dieser Aufbruch war und ist für uns bis heute ungemein wichtig, und viele der Errungenschaften von damals sind auch heute noch gültig und wegweisend. Aber das „Du“ als übliche Anrede zwischen Professionellen und Betroffenen ist fast überall dem „Sie“ gewichen. Weshalb?

Damit komme ich zum „andererseits“. Die Gründe für die spätere Abkehr vom vertraulichen „Du“ haben aus meiner Sicht wiederum mit wichtigen Erfahrungen aus der Geschichte der sozialpsychiatrischen Arbeit und deren Verarbeitung zu tun: Besonders in der Aufbruchzeit der Sozialpsychiatrie wurde die allseits zurecht geforderte Begegnung unter Menschen (anstatt der früheren Behandlung von Patient:innen) oftmals verstanden als eine Art unbefangener, unverstellter Austausch zwischen Fachkräften und Betroffenen. In diesem sehr familiären Miteinander kam es auch immer mal vor, dass Grenzen zwischen Privatem und Beruflichem, Grenzen der Erreichbarkeit und Zuständigkeit verschwammen, und Unsicherheiten und Überforderungen auf beiden Seiten sich bemerkbar machten.

Nach und nach erkannten und anerkannten wir daher in der Folge, wie wichtig es ist, neben der menschlichen Begegnung auf Augenhöhe auch einen zweiten





Gesichtspunkt für ebenso bedeutsam zu nehmen: Die Begegnung findet innerhalb eines professionellen **Rahmens** statt. Dieser Rahmen steckt das Feld der Begegnung ab, setzt ihr also Grenzen – bspw. zeitliche Grenzen und Grenzen der Zuständigkeit. Mit diesen Grenzen sorgt der Rahmen aber zugleich auch für Klarheit und Verlässlichkeit. Unser Rahmen gibt auch vor, dass es im Wesentlichen zwei **unterschiedliche Rollen** gibt: einerseits die Rolle des Unterstützens, Helfens, Begleitens und andererseits die Rolle des Unterstützt-, Begleitetwerdens.

Eine sehr wichtige Anforderung an die Rolle der Fachkraft besteht darin, die professionelle „Abstinenz“ zu beachten und zu wahren. Damit ist gemeint, dass wir Fachkräfte unsere eigenen privaten Wünsche und Sorgen aus der Beziehung zur Klient:in heraushalten sollen. Denn es soll in der Bezugsbegleitung einzig um die Anliegen der Klient:in gehen. Die Forderung nach professioneller Abstinenz ist wichtig, denn sie soll gewährleisten, dass die Anliegen der Klient:in im Vordergrund stehen, und sich nicht die eigenen Anliegen der Bezugsbegleiter:in mehr oder weniger heimlich in die Arbeit hineinmischen. Denn dies kann schädliche Auswirkungen auf den Genesungsweg der Klient:in haben.

Im Rückblick ist meine Lehre aus der Geschichte, dass eine gute und nachhal-

tige Bezugsbegleitung beider Komponenten bedarf:

- Einerseits eine **menschlich-mitfühlende**, ehrliche, interessierte, in Resonanz gehende Beziehungsgestaltung.
- Andererseits aber auch den haltenden, **verlässlichen Rahmen** mit seinen Regeln und Grenzen. Ein wichtiger Teil dieses Rahmens ist die professionelle Abstinenz.

Wenn man so will, könnte man sagen: Eine gute professionelle Bezugsbegleitung ist durchaus **persönlich** (im Sinne von „echt“ und „auf Augenhöhe“), sie wird aber nicht **privat**.

Wenn wir bei Op de Wisch in der Regel zu Klient:innen „Sie“ sagen, dann soll diese Anrede aus meiner Sicht daran erinnern, wie wichtig das Beachten und Halten des Rahmens für die Bezugsbegleitung ist. Gerade in langjährigen und intensiven Begleitungsbeziehungen, in denen oftmals viel Nähe und Vertrautheit entstehen können, kann dieses kleine Wörtchen „Sie“ markieren, dass die Begegnungen innerhalb eines vorgegebenen Arbeitsrahmens stattfinden. Natürlich garantiert die Anrede „Sie“ nicht, dass wir die Grenzen halten. Aber als kleines sprachliches Erinnerungszeichen finde ich das „Sie“ in dieser Hinsicht sehr nützlich.

Jan Christian Wendt





## Fotorätsel

### Wo reitet der gespiegelte Reiter?



Wo bin ich denn nun schon wieder?

Tipp: Es ist in der Innenstadt,  
in einem öffentlichen Gebäude (Einkaufs-Passage).

Auflösung aus der letzten Ausgabe (Photo S. 30): Das sind Container, die temporär die Ausstellungen vom Haus der Fotografie, welches im Umbau befindlich ist, beherbergen.

Ingrid Ubben





# Unheimlicher Traum

## Von Friedrich Nahrgang

Heute Nachmittag hatte ich ein bisschen gedöst und dabei träumte ich, dass ich mich im Teutoburger Wald in der Gegend von Detmold und Bielefeld befände. Dort habe ich früher mit meinen Eltern in unserem Wohnwagen auf einer Obstwiese bei einem lippischen Bauern die Wochenenden sowie die Pfingst- und Herbstferien verbracht.

Im Traum wurde dann plötzlich ein Gewitter in einer Unwetterwarnung angekündigt. Danach verdunkelte sich der Himmel und dunkle Wolken

zogen auf. Ich befand mich auf dem Weg in das kleine Örtchen Hörste, als es plötzlich Feueralarm gab. Mehrere Feuerwehr- und Rettungsfahrzeuge sausten an mir vorbei. Zu meinem größten Erstaunen brannte es in Hörste, und das obwohl das Gewitter noch gar nicht begonnen hatte. Als Kind hatte ich furchtbare Angst vor dem Donnerknall, auch habe ich später einen Dachstuhlbrand während eines Gewitters beobachtet. Vielleicht fand ich meinen Traum deshalb etwas unheimlich.



Herbst 2022





## Miniatur

Ich seh dich tanzen  
Du tanzt einen wunderschönen Walzer  
Ich seh dich tanzen  
Mit deiner Partnerin  
Ich seh dich tanzen  
Und wüschte, ich wär's

U.D.

F r a u

L e b e n

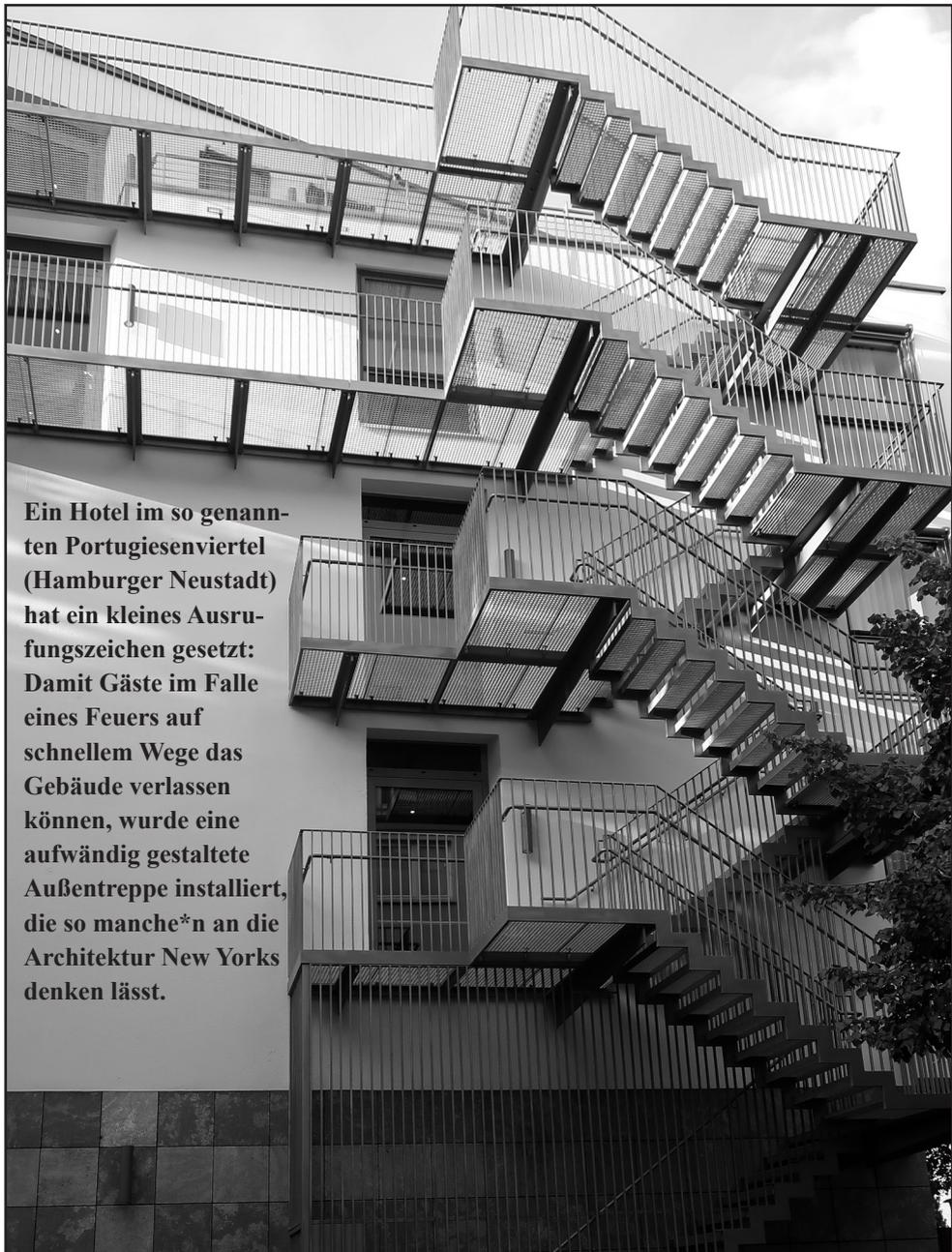
F r e i h e i t





# Hamburg macht sich schön

## Ein Hauch von New York



Ein Hotel im so genannten Portugiesenviertel (Hamburger Neustadt) hat ein kleines Ausrufungszeichen gesetzt: Damit Gäste im Falle eines Feuers auf schnellem Wege das Gebäude verlassen können, wurde eine aufwändig gestaltete Außentreppe installiert, die so manche\*n an die Architektur New Yorks denken lässt.

Herbst 2022





## Unser Gesellschafts-ABC

# ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ **Z**

### Zivilrecht

Das deutsche Recht lässt sich grob in drei Rechtsbereiche unterteilen, das Strafrecht, das Öffentliche Recht und das Zivilrecht. Das Strafrecht umfasst Verstöße gegen allgemeine Rechtsnormen (z. B. Raub), die mit einer Strafe geahndet werden. Im Öffentlichen Recht wird das Verhältnis staatlicher Institutionen zu den Bürgern geregelt, z. B. im Steuerrecht oder Sozialrecht. Das Zivilrecht regelt die Rechtsbeziehung zwischen natürlichen Personen wie Bürgern oder juristischen Personen, beispielsweise Vereinen. Grundlage ist das Bürgerliche Gesetzbuch (BGB).

### Zölibat

In vielen Religionen gilt der Zölibat (lat. caelibatus = Ehelosigkeit) als ein Weg zum spirituellen Wachstum. Im Christentum wurde das Ideal der Ehelosigkeit aus der Tatsache, dass Jesus unverheiratet blieb, abgeleitet. Es gibt aber keine Bibelstelle, nach der Jesus die Ehelosigkeit verlangt hätte. Jahrhundertlang konnten Priester und Bischöfe selbst entscheiden, ob sie heiraten wollten. Auf dem Konzil von 1139 wurde der Zölibat für Geistliche zur Pflicht. Allerdings bedeutete Ehelosigkeit zunächst nicht zwingend sexuelle Enthaltensamkeit. So soll Papst Innozenz VIII. im 15. Jahrhundert 16 Kinder gehabt haben. Nicht zuletzt aus materiellen Gründen wurde die sexuelle Enthaltensamkeit als striktes Gebot für Geistliche durchgesetzt, zumal ihr Besitz an die Kirche zurückfiel, wenn sie keine Erben hatten. Heute wird mit dem Zölibat in den verschiedenen christlichen Gemeinschaften unterschiedlich umgegangen, besonders streng wird er in der katholischen Kirche ausgelegt, obwohl er auch dort zunehmend umstritten ist.

### Zählzwang

Zählzwang wird auch als Arithmomanie bezeichnet. Bei dieser Zwangsstörung leiden die Betroffenen unter dem sich immer wieder aufdrängenden Impuls, in Gedanken bestimmte Zählrituale ausführen zu müssen. Das kann dermaßen ausgeprägt sein, dass es für die Betroffenen unangenehm ist, sich der Zwangshandlung zu widersetzen. Häufig kommt es zu starker Angst oder auch ausgeprägten körperlichen Symptomen, wenn das zwanghafte Verhalten nicht ausgeführt wird. Gezählt werden dabei alltägliche Dinge wie Autos, Bäume, Pflastersteine etc. Beim Zählzwang besteht auch oft der Drang, immer wieder bestimmte Rechenaufgaben zu wiederholen, z. B.  $9 + 4 = 13$ ,  $13 + 4 = 17$ ,  $17 + 4 = 21$  usw. Auch kann es vorkommen, dass sich bestimmte Handlungen nur nach festgelegten Zählritualen durchgeführt werden können.





# Ausmalbild

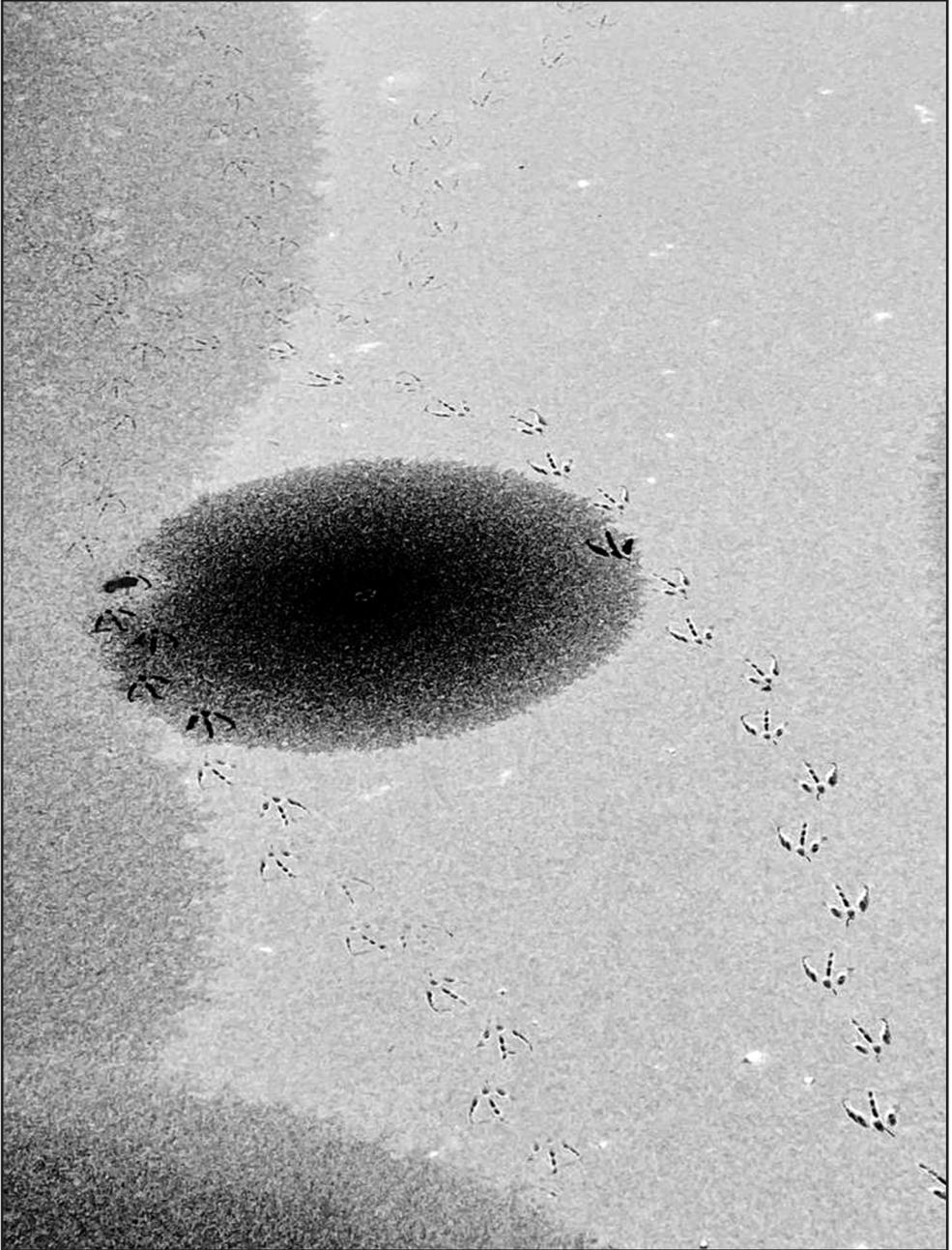


Herbst 2022





# Spuren im Schnee





## Aus den Begegnungsstätten Feuerkorb



Da lacht er noch, der für Würstchen und Punsch verantwortliche Kollege Oetting. Aber welches Gesicht er zeigte, als er den ersten Crêpe des Nachmittags kredenzt bekam, ist bildlich nicht belegt – bekanntlich erfüllt das erste Exemplar nichtprofessioneller Crêpe-Bäcker\*innen selten die Michelin-Kriterien. Dokumentiert hingegen ist, dass, was Form und Konsistenz von Crêpes angeht, die Kolleginnen Nebel und Sauer ein großes Talent an den sich neigenden Tag legten.

Beim gut besuchten Angebot am Feuerkorb im eiskalten Hof der Rüterstraße schieden sich die Geister, was den Geschmack des dargereichten Punsches betraf. Die einen präferierten eindeutig die

Version des letzten Jahres: blutrot, süß und klebrig. Andere hingegen bekamen gar nicht genug von der diesjährigen Machart, die farblich zwar so gar nicht alt hergebrachten Punschvorstellungen entsprach, war sie doch blass gelb, jedoch eine so frisch apfelsinige Note besaß, dass ein Becher allein gar nicht ausreichen konnte.

Ein eindeutiges Lob aller Gäste galt den nicht nur vegetarischen Würstchen. Und genossen wurde neben allem Lukulischen das gemütliche Zusammensitzen um die lodernden Flammen, die besinnliche Stimmung, die ernsten bis heiteren Unterhaltungen und die Geselligkeit. Manch Gast genoss sogar sein Crêpe gefüllt mit Käse, Schinken *und* Schokolade!





## Weihnachtsfeier in der Schädlerstraße Endlich wieder!



Am Nikolaustag fand in der Begegnungsstätte Wandsbek endlich wieder eine Weihnachtsfeier für Klient\*innen statt. Zwar spielte der Mund-Nasen-Schutz noch eine einschränkende Rolle, die Freude am Fest jedoch überwog. Frau Schierstedt als Leitungskraft hielt eine Willkommensrede, Frau Rehberg las Weihnachtsgeschichten, bevor der Run auf das leckere Essen einsetzte – wobei die Anwesenden sich den Nachtisch noch dadurch verdienen mussten, dass sie einem Gedicht des Expressionisten Gerrit Engelke lauschen musste, deklamiert von Herrn Houffouet. Schließlich war es Zeit für das Schrottwichteln, das die Wichtelfee Frau Stafford in die richtigen Bahnen lenkte. Einen stimmungsvollen Ausklang fand die Weihnachtsfeier im Hof der Rüterstraße, wo Kollege Hahn den Feuerkorb entzündet und heißen Punsch aufgesetzt hatte, um die Anwesenden zu wärmen. Dazu schien ein fast voller Mond!



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	nach Vereinbarung
<b>Kreative Malgruppe</b> <b>10:00 – 12:30</b> Kieler Str. 60 <b>Anmeldung bei</b> Farrin Rezaï Tel: 0176/34820643	<b>Sozialberatung</b> <b>12:30 – 14:30</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Peter Mayer Tel: 0176/14475915	 <b>Spielegruppe</b> <b>15:00 – 17:00</b> Kieler Str. 60  <b>Anmeldung bei</b> Ruth Blanke 0176 575 36 731 Dirk Hansen 0151 527 21 911	<b>Frühstücksgruppe</b> Kieler Straße 60 <b>9:30 – 12:30 Uhr</b> <b>Bitte Anmeldung bei:</b> Farrin Rezaï Tel: 0176 348 20 643 oder Nikolas Kiel Tel: 0176 144 75 901 Eigenanteil 1,50 €	<b>Sozialberatung</b> <b>10:00 – 12:30</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Peter Mayer Tel: 0176/14475915   <b>Sozialberatung</b> <b>10:00 – 12:30</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Farrin Rezaï Tel: 0176/34820643	<b>Psychologische Beratung</b>  <b>Tel. Anmeldung</b> Nikolas Kiel Tel: 0176 144 75 901  <b>Genesungsbegleiter Sprechstunde</b>  Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung:</b> Julia Völker Tel: 0159 044 75 909
<b>Sozialberatung</b> <b>12:00 – 14:00</b> Kieler Str. 60 <b>Tel. Anmeldung</b> Peter Mayer Tel: 0176/14475915	<b>IdeeCafé</b>  <b>12:30 - 14:30</b> <b>Kieler Str. 60</b> Kaffee und Kekse im Garten <b>ohne Anmeldung</b>	 <b>Sozialberatung</b> <b>13:00 – 16:00 Uhr</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Farrin Rezaï Tel: 0176/34820643	<b>Ohrakupunktur nach NADA</b> Kieler Str. 60 um 13:00 <b>Anmeldung bei</b> Ursula Beimdiek Tel.: 0176 34 83 79 62 (1,- € Materialkosten)	<b>Sozialberatung</b> <b>10:00 – 12:30</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Farrin Rezaï Tel: 0176/34820643	
<b>SchnackBar Altona-</b> Kieler Straße 60 <b>14:00 - 18:00 Uhr</b> <b>Anmeldung bei:</b> Ursula Beimdiek Tel: 0176 / 348 37 962 Dirk Peterson Tel: 0176 / 144 75 916 Eigenanteil 1,- €	<b>Op de Wisch Schaubude</b>  <b>18:00 – 21:00</b> Kieler Str. 60 <b>Anmeldung bei</b> Dirk Hansen Tel: 0151 527 21 911		<b>Sozialberatung</b> <b>13:00 – 16:00 Uhr</b> Eimsbütteler Str. 95 <b>Tel. Anmeldung</b> Farrin Rezaï Tel: 0176/34820643		
<b>Frauenschwimmgruppe</b> <b>16:00–18:30 Uhr</b> <b>Anmeldung Farrin Rezaï</b> <b>Tel.: 0176 348 20 643</b>  <b>Treffpunkt</b> Schwimmbad Festland Eigenanteil 2,- €			<b>Parkspaziergang</b> <b>15:00–17:00 Uhr</b> mit Kaffee + Keksen  <b>Anmeldung bei</b> Robi Yaghoubi Tel.: 0176 144 75 893 Treffpunkt: Eimsbütteler Str. 95		

Altona

# ANGEBOTE

## OP DE WISCH WANDSBEK

Mo	Di	Mi	Do	Fr
<b>10.00 – 12.00</b> <b>Gemeinsam Backen</b> Mit Anmeldung bei Lucia Al-Ithawi 0176-34814539.	<b>13.00 – 15.00</b> <b>Angebotsberatung</b> Mit Anmeldung bei Bettina Nebel 0170-4520518	<b>12.00 – 15.00</b> <b>Kochgruppe</b> Mit Anmeldung bei Alewtina Fischer 0176-57165247 Kostenbeitrag 2€	<b>12.45 – 14.45</b> <b>Häkeln &amp; Stricken</b> Ohne Anmeldung	<b>10.00 – 12.00</b> <b>Frühstück</b> Ohne Anmeldung Kostenbeitrag 1,50€
<b>10.00 – 12.00</b> <b>Sozialberatung</b> Ohne Anmeldung	<b>13.00 – 15.00</b> <b>Kreativgruppe</b> Ohne Anmeldung			
<b>12.00 – 17.00</b> <b>Offener Treff</b> Parallel zu den Gruppen Genießen Sie ein Stück Kuchen oder einen Milchkaffee	<b>12.00 – 17.00</b> <b>Offener Treff</b> Parallel zu den Gruppen Genießen Sie ein Stück Kuchen oder einen Milchkaffee	<b>12.00–17.00</b> <b>Offener Treff</b> Parallel zu den Gruppen Genießen Sie ein Stück Kuchen oder einen Milchkaffee	<b>12.00 – 17.00</b> <b>Offener Treff</b> Parallel zu den Gruppen Genießen Sie ein Stück Kuchen oder einen Milchkaffee	<b>12.00 – 14.00</b> <b>Offener Treff</b> Parallel zu den Gruppen Genießen Sie ein Stück Kuchen oder einen Milchkaffee
<b>15.00 – 17.00</b> <b>Spielegruppe</b> Ohne Anmeldung	<b>16.00 – 18.00</b> <b>Literaturgruppe</b> Ohne Anmeldung Jeden 2. Dienstag im Monat	<b>15.00 – 17.00</b> <b>Indoor- Dart</b> <b>Outdoor- Tischtennis</b> Ohne Anmeldung	<b>14.30 – 16.00</b> <b>Hunderunde</b> Ohne Anmeldung	<b>12.00 – 14.00</b> <b>Geldberatung</b> Mit Anmeldung bei Marina Stafford 0170-4520491
	<b>16.00 – 18.00</b> <b>Debattier-Club</b> Jeden 4. Dienstag im Monat Ohne Anmeldung		<b>16.00 – 18.00</b> <b>Zeitungsgruppe</b> Rüterstraße 71 (im Hinterhof) Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat Ohne Anmeldung	
			<b>15.00–17.00</b> <b>Sozialberatung</b> Ohne Anmeldung	



# ANGEBOTE

## OP DE WISCH EIMSBÜTTEL

Mo	Di	Mi	Do	Fr
<b>Präsenzzeit:</b> 14-16 Uhr	<b>Präsenzzeit:</b> 14-16 Uhr	<b>Präsenzzeit:</b> 10 - 12 Uhr	<b>Präsenzzeit:</b> 13 - 16 Uhr	<b>Präsenzzeit:</b> 15 - 18 Uhr
2,00 € Eigenanteil 9:30 -12:30 <b>Schwimmgruppe</b> Kaifu Schwimmbad		1,00 € Eigenanteil <u>Offene Gruppe</u> 13:00 - 15:00 <b>Suppe to go</b>	13:00-15:00 <b>Sozial-Beratung</b> Tel: 600883450	1,50 € Eigenanteil 10:30-14:30 <b>Veg. Kochgruppe</b> Kooperation Altona
10:30-13:30 <b>Malgruppe</b>	13:00 - 15:30 <b>Sportgruppe</b> ETV Kooperation		<u>Offene Gruppe</u> 14:00 - 16:00 <b>Coffee to go</b>	
13:00-15:00 <b>Sozialberatung</b> Tel: 600883450	16:00 - 18:00 <b>Entspannungs/ Stress- bewältigung</b>	16:00-18:00 <b>Chaos Gruppe</b> 1. und 3. Mittwoch	16:30 - 18:30 <b>Trommeln</b>	<u>Offene Gruppe</u> 16:00 - 18:00 <b>Wochenendcafé</b>
14:00-16:00 <b>„Digital Normal“</b> 1 Montag im Monat!				

### Mitte

Alle Angebote nur mit vorheriger Anmeldung!

**Offene Angebots-beratung zur ASP**  
Beratung und Infos  
Termine nach Absprache

**Offene Sozial- und Migrationsberatung**  
Unterstützung und Bearbeitung in schriftl. und behördlichen Angelegenheiten  
→ **Twi/Englisch**  
Mittwoch  
von 12:30—14:30 Uhr

**Offene Sozial- und Migrationsberatung auf Farsi/Dari**  
Unterstützung und Bearbeitung in schriftl. und behördlichen Angelegenheiten  
Montag  
von 10:00—12:00 Uhr

**Offene Sozial- und Migrationsberatung auf Arabisch**  
Termine nach Absprache  
Mittwoch

**Kreativgruppe**  
Zeichnen, Malen, Handarbeiten, Nähen, freies Gestalten  
Mittwoch  
von 10:00—12:00 Uhr

**Offener Frühstückstreff**  
Entspanntes Beisammensein und gemeinsam frühstücken.  
Eigenanteil: 1,50 €  
Donnerstag von 10:00—12:00

**Offene Psychologische Beratung auf Farsi/Dari**  
Gespräche zur Entlastung des Alltags  
Mittwoch  
von 12:00—16:00 Uhr

**Offene Sozial-Beratung**  
Unterstützung und Bearbeitung in schriftl. und behördlichen Angelegenheiten  
Donnerstag von 12:00—14:00 Uhr

**Interkulturelle Frauengruppe**  
Gemeinsamer Austausch mit anderen Frauen zu Resilienzthemen und Achtsamkeit.  
14-tägig  
Freitag  
von 11:00—13:00 Uhr

**Achtsamer Spaziergang**  
Gemeinsam erkunden wir den Hammer Park im Lauf der Jahreszeiten.  
Montag  
von 15:00—16:30 Uhr

**Afrikanische Gruppe**  
Gemeinsam kochen und essen. Entspanntes Beisammensein und Austausch auf twi/englisch.  
Eigenanteil: 2,00 €  
Mittwoch  
von 15:00—18:00 Uhr

**Orientalische Kochgruppe**  
Gemeinsam kochen und essen. Austausch auf farsi/dari.  
Eigenanteil: 1,50 €  
Donnerstag von 15:00—18:00

**Gemischte Schwimmgruppe**  
Zum Wochenausklang gemeinsam mit anderen im Festland Bad schwimmen und entspannen.  
Eigenanteil: 2 €  
Freitag  
von 13:00—15:30 Uhr

**ANGEBOTE**  
**OP DE WISCH NORD**

Anmeldung unter **040 219081-63**

Marschnerstr. 9, 22081 Hamburg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			10:00 - 11:30 <b>Frühstücksgruppe</b> Mit Anmeldung unter 040 219081-63	
	12:30 - 14:30 <b>Sozialberatung</b> Frau Huber		10:00 - 12:00 <b>Sozialberatung</b> Frau Schroeter	
	Nach Terminvereinbarung 040 219081-63 huber@op-de-wisch.de		Nach Terminvereinbarung 040 219081-63 schroeter@op-de-wisch.de	
14:00 - 16:00 <b>Psychologische Beratung</b> Frau Ahmad Unterstützung bei Krisen, Therapeutensuche uvm.		13:30 - 15:30 <b>Kreativgruppe</b>		14:00 - 16:00 <b>HH-Tafel- Verteilung</b> Nur für Vertragsklient*innen
Nach Terminvereinbarung 040 219081-63 ahmad@op-de-wisch.de	12:30 - 14:30 <b>Angebotsberatung</b> und Unterstützung bei der Antragstellung	Frau Agnui-tchi Frau Ahmad Frau Mucha		Erst-Anmeldung über die Bezugsbetreuung unter 040 219081-63
		Mit Anmeldung unter 040 219081-63		
<b>Begleitung afrikanischer Flüchtlinge</b> z. B. zum Anwalt, zu Behörden, med. Erstversorgung	Frau Bamberger			
Kontaktaufnahme über 040 219081-63	Nach Terminvereinbarung 040 219081-65 0170/452 05 10 bamberger@op-de-wisch.de			

Klein Hamburg, ein stetiger Wandel.

Der Hauptbahnhof wird umgestaltet! Außentreppen, die direkt vom Steintordamm zu den Bahnsteigen führen, sind schon fertig. Wie schön, dass der Gang durch den Hauptbahnhof – welcher nicht angenehm ist – damit umgangen werden kann. Viele Fahrgäste kaufen ihre Fahrkarten inzwischen online bzw. in der App, so ist das Betreten des Bahnhofvorplatzes und des Bahnhofsgebäudes nicht mehr zwingend notwendig. – Kennt ihr diese Hamburg-Kugel, die im Eingangsbereich Glockengießer Wall die Wandelhalle jährlich zur Weihnachtszeit ziert?

Ich wünsche mir, dass diese Kugel nicht im Zeichen des Wandels verschwindet, sondern auch an künftigen Weihnachtszeiten dort leuchtet. Auch Beständigkeit ist mal schön.

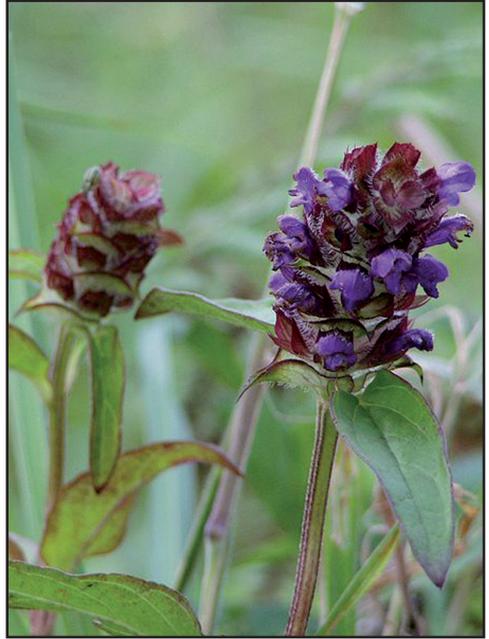


Herbst 2022



# Natur des Jahres 2023

Braunkehlchen, Kleine Braunelle, Sumpfhaubenzpilz, Gartenschläfer





## Wünsche für das neue Jahr

Dem Amt für Eingliederungshilfe in der Kurt-Schumacher-Straße wünschen wir eine neue Gestaltung von Hof und Fassade. Die Gründe sprechen für sich! Oder wie ergeht es Ihnen beim Anblick dieses Eingangsbereichs? Der Gedanke "Hier wird mir geholfen!" drängt sich einer hilfebedürftigen Person beim Betreten dieses Geländes nicht gerade auf.



Jedem Kind in Hamburg wünschen wir einen sicheren KiTa-Platz in einer *Chocoladenfabrik* wie in Altona. Jedoch nicht in einer ausgedienten, sondern in einer noch intakten Schokoladenfabrik. Dann gibt es jeden Tag etwas Süßes, die Stimmung unter den Kleinen ist gut und die vollen Windeln duften nach Kakao!



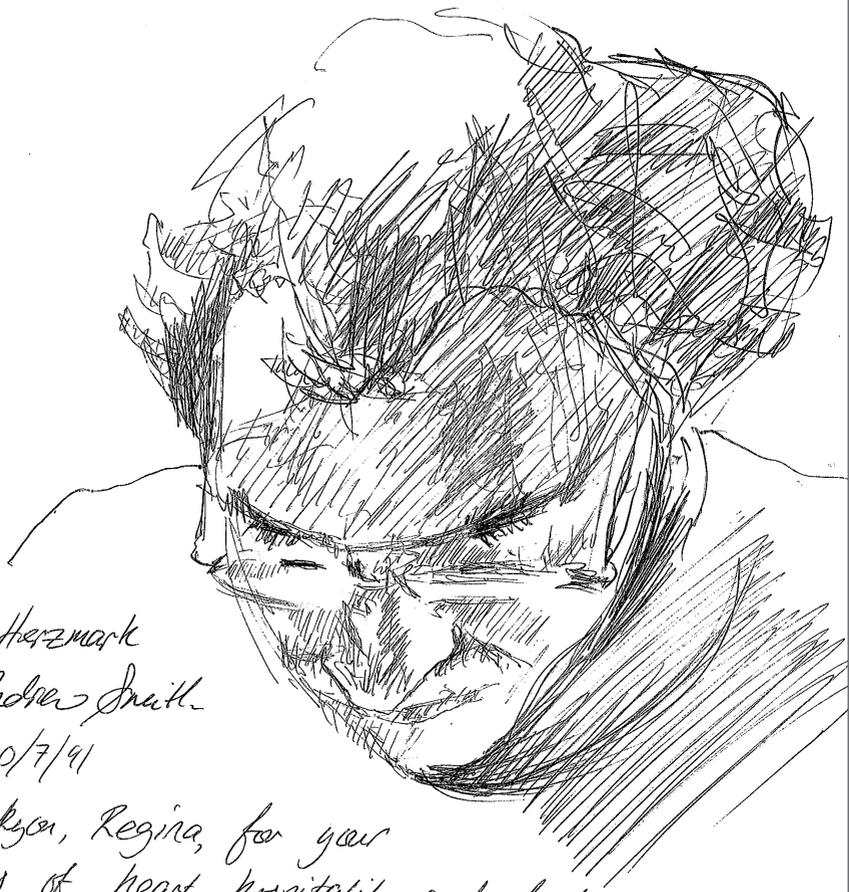
Den Krankenhäusern in Hamburg wünschen wir in den Wartezimmern ausreichend viele und bequeme Sitzgelegenheiten, einen stets gut gefüllten Wasserspender (plus dazugehörige Gläser!) und Zeitschriften, für deren Lektüre die Wartenden gerne mehr Zeit zu opfern bereit sind.





## Zueignung

Regina Boest: Aus meinem *Servas*-Gästebuch



Jason Herzmark  
by Andrew Smith  
20/7/91

Thankyou, Regina, for your  
richness of heart, hospitality and food,  
you are the essence of the finest host!  
I have enjoyed my stay with you  
immensely.

Andrew

ANDREW SMITH

ADDRESS AS JASON'S.





# Sebastians Schatzkiste

## Abolitionismus, Konfabulation, Lord Alfred Douglas

Der ABOLITIONISMUS war die Bewegung zur Beendigung der Sklaverei. In Westeuropa und Amerika war der Abolitionismus eine historische Bewegung, die den amerikanischen Sklavenhandel beenden und die versklavten Menschen befreien wollte.

KONFABULATION (Mandela-Effekt) ist in der Psychologie ein Gedächtnisfehler, definiert als die Produktion fabrizierter verzerrter oder falsch interpretierter Erinnerungen.

LORD ALFRED DOUGLAS (1870 – 1945) war ein englischer Poet und Journalist, besser bekannt als der Liebhaber von dem berühmten Oscar Wilde (1854 – 1900).

Stand der Dinge

Wirklich.  
Ich habe aufgehört  
dich zu lieben.  
Den Kaffee  
trinke ich  
mit Zucker und Milch.

Es ist egal.

Wirklich.  
Ich trage nicht mehr  
das kleine Wort Wir.  
Du hast mich  
nicht geliebt.

Ich habe aufgehört.  
Wirklich.  
Die Uhr steht nicht still.  
Der Mann war ich.  
Die Frau warst du.

Ø.H.





# Spaziergang über den alten Todesstreifen

## Ein Erfahrungsbericht von Friedrich Nahrgang

Genau eine Woche, nachdem in Deutschland die Wiedervereinigung erfolgte, war ich mit meinen Eltern in den Herbsturlaub in den Harz gefahren. Dort verbrachten wir in unserem Wohnwagen auf einem Campingplatz in Wolfshagen unseren Herbsturlaub. Natürlich gehörte jetzt auch ein Besuch der früheren DDR-Grenze zu unseren Ausflügen in diesem Urlaub.

So fuhren wir am 9. Oktober 1990 nach Braunlage zur früheren DDR-Grenze, die eine Woche zuvor noch offiziell Staatsgrenze war und jetzt speziell hier nur noch Landesgrenze zwischen Niedersachsen und Sachsen-Anhalt. Wir bogen in Braunlage auf die B 242 Richtung Mansfeld ab, bis wir dann die ehemalige Zonengrenze erreichten. Hier hatte man nun einen großen Wanderparkplatz eingerichtet, von wo man nun über den früheren Todesstreifen direkt am alten Grenzzaun entlang spazieren gehen konnte. Dort, wo bis vor Kurzem noch das Kontrollhäuschen der Volkspolizei gestanden hatte, befanden sich jetzt auf dem Fundament des bisherigen Kontrollhäuschens zwei Ausruhbänke, auf denen man sitzen und die herrliche Gegend genießen konnte. Es war sehr viel los dort. Viele Touristen waren da, die sich nun die frühere Grenze anschauen wollten und eben auf dem alten Kontrollstreifen, der eben als Todesstreifen berüchtigt war, spazierenzugehen.

Auch wir gingen nun an dem alten Grenzzaun entlang, bei dem zum Teil nur noch die Betonpfosten standen. Die Metallgitter, die an den Pfosten angebracht waren, wurden bereits teilweise entfernt. Das hat keine Baufirma im Auftrag der Bundesrepublik Deutschland gemacht, sondern Privatleute holten sich diese Gitter, um beispielsweise ihren Garten oder ihr Grundstück mit einem Zaun zu versehen. Der gesamte Grenzstreifen von Lübeck bis zur damals noch tschechoslowakischen Grenze, die nun auch kein eiserner Vorhang mehr war, war nun ein kostenloser Baumarkt und der Staat war froh, dass die Leute sich dort bedienten, weil das die späteren Aufräumarbeiten erleichterte.

Als ich nun an dem besagten Zaun über den früheren Todesstreifen entlang spazierte, lief mir doch ein kalter Schauer den Rücken herunter. Ich musste daran denken, dass man noch vor einem Jahr, wenn man hier erwischt worden wäre, eventuell im Zuchthaus Bautzen oder im Frauenzuchthaus Hoheneck, die zu DDR-Zeiten übelsten Zuchthäuser Mitteleuropas waren, gelandet wäre. In einem Spielfilm hatte ich mal die Brutalität gesehen und den harten Ton der dortigen Volkspolizisten gehört. Gleichzeitig war ich erleichtert, dass das nun für immer vorbei ist.

Ich erinnere mich daran, wie ich erst-





malig zehn Jahre zuvor von meiner Mutter erfuhr, was die Teilung Deutschlands bedeutete und wie sie zustande gekommen war und im vergangenen Jahr anhand der Spielfilme über den berühmten Rostocker Schriftsteller Walter Kempowski erfuhr, wie konkret tatsächlich die deutsche Teilung

entstanden war. Da dachte ich nur, das würde nie wieder anders werden. Dazu müsste es schon einen Krieg geben. Niemals dachte ich zu dem Zeitpunkt daran, dass ich bereits ein Jahr später über den früheren Todesstreifen spazieren würde, ohne irgendetwas befürchten zu müssen.



## Unser Ausflug ins Wendland Mit Op de Wisch unterwegs

Los ging es an einem sonnigen Tag von Op de Wisch Marschnerstraße mit unserem Fahrer Kai, sechs Klienten sowie Frau Huber und Frau Köppler ab ins Wendland. Wir hatten alle recht gute Laune und sind dann nach circa anderthalb Stunden Fahrt an der Elbe angekommen. Uns wurde gesagt, dass wir uns gegenüber der ehemaligen DDR befinden, was uns aber gar nicht gestört hat. Nach einem kleinen Spaziergang sind wir dann ins kleine Örtchen gegangen. Bei einer Tasse Kaffee etc. haben wir es uns sehr gut gehen lassen. Das Wetter spielte ja auch gut mit. Wir

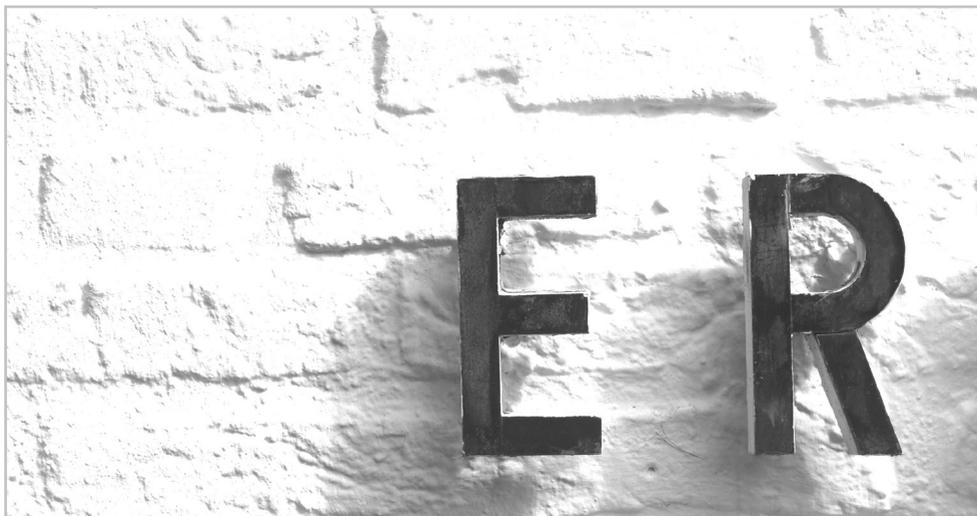
sollten dann eine Stunde später wieder am Bus sein, da waren wir dann auch, abging zum Weinberg hinauf. Es war sehr schön dort. Wir haben Picknick gemacht. Alle holten ihren Proviant heraus und es wurde gegessen und viel gelacht. Der Fahrer Kai wartete auf uns im Auto. Nun fuhr Kai uns zu einem sehr schönen Hof mit Tieren wie Ziegen und Schafe und zwei kleinen Geschäften. Dort befand sich auch ein großer Kaffeegarten, wo wir nach Herzenslust schlemmen konnten. Tja, danach waren wir noch bei den Tieren und dann hat Kai uns zielsicher nach Hause gebracht. U.D.





## Sie Gedicht von O.H.

Sie glaubt,  
dass der Kuss  
nur der Dolch ist.  
Versteckt  
liegt er  
am Rande dieser Stadt.  
Und  
er ist so sicher  
wie jeglicher Abend.  
Sie hat  
keine Angst  
vor diesem Tod.  
Die Angst vor Stummheit  
und der Klinge.  
Nur Angst  
vor dem Dolch,  
der sie verletzt.





## Besserwisserei Geld regiert die Welt

In diesen schwierigen Zeiten wünschen sich viele Menschen, die knapp bei Kasse sind, mehr Cash in die Tasche. So furchtbar diese Mischung aus Denglisch und Reimzwang auch ist, weist sie doch auf eine Binsenweisheit hin: Geld regiert die Welt. Wobei diese Volksweisheit durchaus doppeldeutig ist. Einerseits lässt es sich nicht leugnen, dass finanzkräftige Personen oder Firmen Einfluss auf die Gesellschaft nehmen können, andererseits betont der Anspruch auch die große Bedeutung, die Geld nun einmal hat. Und für alles, was im Leben der Menschen wichtig ist, gibt es eine Vielzahl von Bezeichnungen, so auch für Penunzen. Oder auch Asche, Moneten, Flocken, Knete, Kröten. Mäuse, Moos, Zaster, Kohle und Heu, wobei diese Aufzählung keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt. *Einblicke – Ausblicke* nimmt aus gegebenem Anlass die Spur des Geldes in der Sprache auf. „Handwerk hat goldenen Boden“ heißt es, da sollte man ordentlich Schotter machen können. Aber was früher Gültigkeit hatte, trifft in Zeiten von Lieferketten-schwierigkeiten, Leiharbeit und Fachkräftemangel leider nur noch sehr bedingt zu. Redewendungen wie „Geld wie Heu haben“ weisen darauf hin, dass in der Landwirtschaft ein Schweinegeld verdient werden kann. Und Kleinvieh macht ja bekanntlich auch Mist. Wenn aber die dümmsten Bauern die größten Kartoffeln haben, wird deutlich, dass

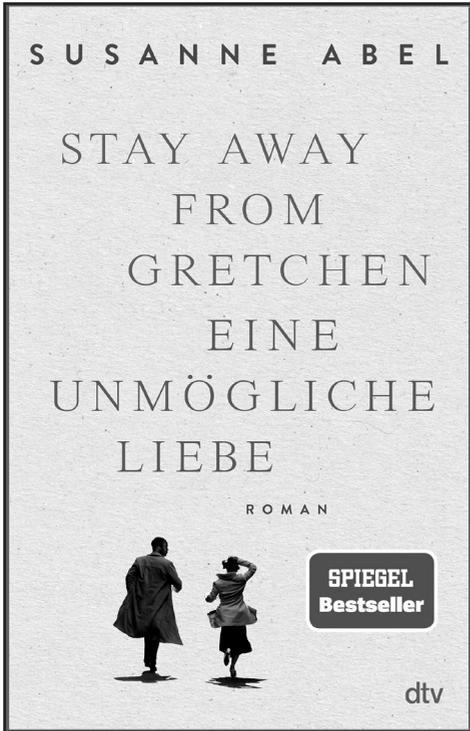
hier auch unkalkulierbare Faktoren wie das Wetter über den finanziellen Erfolg entscheiden. Außerdem klagen nicht wenige Landwirte über die Einkaufspolitik der Handelsketten, die sie oft in Bedrängnis bringt. Wenn die Landwirtschaft also eher nicht lukrativ ist, dann möglicherweise der Handel. „Ist der Handel noch so klein, bringt er doch mehr als Arbeit ein“ lautet ein Sprichwort. Aber in Zeiten, in denen viele Leute das Gefühl haben, dass ihnen das Geld nur so durch die Finger rinnt, sind sie eher bestrebt ihr Geld zusammen zu halten. Geld auf den Kopf zu hauen, also gedankenlos auszugeben, wie es Betrunkene im Mittelalter taten, wenn sie zum Bezahlen Münzen auf den Tresen knallten, ist in schwierigen Zeiten nicht drin. Und das Geld zum Fenster hinauszuwerfen konnten sich auch nur die Kaiser im Spätmittelalter leisten und das taten sie auch nur zu besonderen Anlässen, um sich beim gemeinen Volk beliebt zu machen. Bei allen Problemen mit dem schnöden Mammon wünscht die Redaktion allen Leser:innen, dass sie ein Auskommen mit dem Einkommen haben und dass sie die besinnliche Winterzeit genießen können. Und natürlich, dass sie gesund bleiben. H.W.





# Literatur

## *Stay away from Gretchen* von Susanne Abel



Ein grandioses Buch – von der ersten bis zur letzten Seite!

Grete, weit über 80, verliert über ihr Leben immer mehr die Kontrolle. Sie erkrankt an Alzheimer. Ihr Sohn Tom, ein erfolgreicher Fernsehjournalist, ist dazu gezwungen, sich um sie zu kümmern. Zufälle und Ungereimtheiten, später dann akribische Recherchen, führen dazu, dass er von einem Familiengeheimnis erfährt, das ihn im wahrsten Sinne des Wortes umhaut: Seine Mutter hatte als heranwachsende Frau nach dem 2. Weltkrieg mit einem schwarzen Be-

satzungssoldaten eine innige Affäre, aus der eine Tochter hervorging. Ein Skandal im Deutschland der 50er Jahre.

Abel gestaltet ihren Roman in zwei Erzählsträngen, die einander abwechseln. In einem berichtet die Autorin von der jungen Grete, die Naziherrschaft und Flucht und in den Nachkriegsjahren ihre "unmögliche Liebe" mit dem GI Bob erlebt. An die Nieren geht, wie im Nachkriegsdeutschland mit Grete und ihrem "Mischlingskind" umgegangen wird.

Der andere Erzählstrang handelt davon, wie Tom dem zäh gehüteten Geheimnis auf die Spur kommt und versucht, mit dem einstigen Geliebten seiner Mutter und schließlich auch mit seiner Halbschwester Kontakt aufzunehmen.

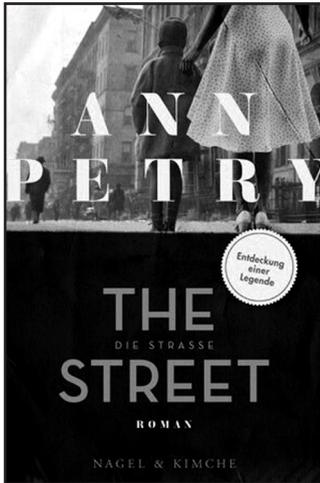
Der Roman ist eindrucksvoll mit Fakten unterfüttert, der die Themen Rassismus und transgenerationale Schuld unterhaltsam und gleichzeitig lehrreich vermittelt und die Frage aufwirft: was macht uns so große Angst, dass wir die Liebe zweier Menschen zueinander nicht ertragen.

Mittlerweile hat der Roman eine Fortsetzung gefunden, die nicht weniger spannend zu sein verspricht. *Stay away from Gretchen* übrigens war eine Ansage der Alliierten an die eigenen Soldaten, sich nicht mit den Besiegten zu fraternisieren, sprich: zu verbrüdern. P.H.



# Literatur schwarzer Frauen

## Ann Petry und Tsitsi Dangarembga



Während außerhalb der USA der zweite Weltkrieg wütet, tobt im Land der Krieg gegen Schwarze (und) Frauen. 1946 bereits er-

schien Petrys Roman *The Street*, in dem sie vom schweren Los einer alleierziehenden afroamerikanische Mutter schreibt, die versucht, sich und ihrem Sohn ein halbwegs erträgliches Leben zu ermöglichen.

Mir hat an dem Roman gefallen, dass auch den Nebenfiguren so viel Raum gegeben wird, dass auch ihre Handlungen nachvollziehbar werden: dem übergriffigen Hausmeister, der sie um ein Haar vergewaltigt hätte; der Dame, die unablässig von ihrem Fenster aus das Treiben auf der Straße beobachtet und es faustdick hinter den Ohren hat; dem Bandleader, der ihr eine Karriere als Sängerin verspricht und sie gleichzeitig "vernaschen" will; dem ominösen Weißen, der die Geschicke im Ghetto zu steuern scheint. Ein lesenswertes Sittengemälde aus dem Harlem der 1940er Jahre.

P.H.



Die simbabwische Autorin und Filmemacherin, die auf Grund ihrer kritischen Äußerungen in ihrer Heimat mit fragwürdigen Prozessen über-

zogen wird, ist vorletztes Jahr mit dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels ausgezeichnet worden.

*Aufbrechen* ist der erste Teil einer Trilogie, in der sie vom Wunsch der jungen Tambu nach Bildung berichtet. Als aufgewecktes Mädchen stellt sie dabei sowohl die alten Traditionen als auch die "moderneren" weißen Einflüsse in Frage. Als Komplizin steht ihr die noch aufmüpfigere Cousine

zur Seite, die bereits ein paar Jahre in Großbritannien zugebracht hatte.

Dangarembga lesen – Afrika besser verstehen!

P.H.





## Kurz rezensiert

### Gurnah, Hamid, Boyle



**Abdulrazak Gurnah** hat 2021 den Literatur-Nobelpreis verliehen bekommen. Sein neuester Roman *Nachleben* beschreibt einfühlsam den Lebensweg von Menschen, die

am Anfang des letzten Jahrhunderts an der ostafrikanischen Küste (un)freiwillig für die deutschen Kolonialtruppen gekämpft haben. Besonders vor dem Hintergrund des grausam erlebten Krieges bewegt die Schilderung des Alltags. Nach Leid und Unsicherheit versuchen die Menschen sich ein Leben aufzubauen, Familien zu gründen, Freundschaften zu pflegen – ungeachtet der Tatsache, dass in der Ferne ein neuer Krieg droht. – Lesenswert!

Stellen Sie sich vor, Sie wachen am Morgen auf und Sie sind nicht mehr weiß. Genau so ergeht es dem Protagonisten Anders im sagenhaften Roman *Der letzte weiße Mann* von



**Mohsin Hamid.** Erst versteckt er sich, offenbart sich schließlich seiner Freundin Oona, dann seinem Chef, zuletzt seinem Vater – als bereits klar wird, dass immer mehr und letzten Endes alle Weiße Schwarze werden. Wie sehr hängt unsere Identität von unserer Hautfarbe ab? Wie blicken wir auf Menschen, die sich von uns unterscheiden? – Ein schmales Buch, aber eine hervorragende Meditation über unser Selbstverständnis! Unbedingt lesen!



**T. C. Boyle** ist ein Meister der anspruchsvollen Unterhaltungsliteratur. In *Wenn der Fluß voll Whisky wär* sind 14 Erzählungen versammelt, in die man schnell reinkommt. Sie sind schräg, melancholisch, humorvoll.

Es wird gewarnt vor meuchelnden Adoptivkindern, geschwärmt vom Sex in Ganzkörperkondomen und vom Geschäft mit der Angst erzählt. Auch der Teufel hat einen glanzvollen Auftritt und ein Mann, der dank seiner Körperbeherrschung fragwürdige Rekorde anstrebt. Und es wird von der Nachbarin erzählt, die ihrer Trauer dadurch Ausdruck verleiht, indem sie ihr Haus unter Wasser setzt. Ein Erzählband (nicht nur) ideal für Bus und Bahn!





# Ratgeber

## Korrekter Umgang mit Gehölzen

**Das Thema Nachhaltigkeit, von dem du in der Lektion des Herbstheftes profitiert hast, wollen wir in dieser Ausgabe vertiefen, damit du dich nach dessen Beherzigung noch mehr eins fühlen kannst mit dir und der dich umgebenden Natur.**

**Folge 22/365 Über den korrekten Umgang mit Gehölzen.** Dass Beschnitt von Ästen von Zeit zu Zeit je nach Gewächsratsam ist, davon sind Gärtner überzeugt. Was dem exemplarisch unten abgebildeten Baum, einer Birke, angetan wurde, bleibt erstaunten Anwohner\*innen ein Rätsel, zumal er bereits vor zwei Jahren arg gestutzt worden war und sich gerade erst wieder erholt hatte und von seiner Erscheinung her endlich wieder einem Baum glich.

Jetzt ist Winter, es ist dunkel und kalt. Haben wir etwa die letzten viel zu heißen Sommer schon vergessen? Hat derjenige,

der die Birke hat verstümmeln lassen, aus seinem Gedächtnis die Erkenntnis getilgt, dass es künftig darum geht, in sich überheizenden Städten für Verschattung zu sorgen und damit für Abkühlung?

Auftraggeber und Täter der rigorosen Beschnittaktion sind uns unbekannt, aber dieser bemitleidenswerte Torso von einem Baum sei dir Warnung und Auftrag genug: Pflege das Gehölz in deiner Umgebung, auf dass es im Frühling austreibe und grüne, Vögeln Platz zum Nisten bietet und Insekten Nahrungsgrundlage und Schutz und uns hitzegeplagten Wesen wohlthuenden Schatten im Sommer





# Mein Ghana-Tagebuch

## Sobolo

Es ist blutrot. Es schmeckt süß und scharf zugleich. Es gilt als Medizin.

Sobolo ist ein Getränk, das sich mit keinem anderen vergleichen lässt. Es besteht aus dem Saft von Ananas und Limetten und wird gewürzt mit Zucker, Zitronengras und jeder Menge Ingwer. Die tiefrote Farbe erhält Sobolo von Hibiskusblüten.

Ich erinnere mich nicht mehr genau, wann ich zum ersten Mal Sobolo getrunken habe. Aber seit meine Freunde in

Ghana wissen, wie sehr ich Sobolo mag, werde ich zu Beginn meiner Aufenthalte gefragt, ob mir welcher zubereitet werden soll. Was ich natürlich bejahe. Für den Rest meiner Zeit im fremden Land steht dann Sobolo bereit.

Neben dem exotischen Geschmack hat Sobolo mit Sicherheit auch eine gesundheitsfördernde Funktion, die bestimmt nicht nur der keimtötenden Schärfe des Ingwers zu verdanken ist. A glas of Sobolo a day keeps a Schnupfen away!





## Worte des Jahres 2022

1 bis 10

# Zeitenwende

Krieg um Frieden

Gaspreisbremse

Inflationsschmerz

Klimakleber

Doppel-Wumms

neue Normalität

9-Euro-Ticket

Glühwein-WM

Waschlappentipps

## Das Jugendwort des Jahres 2022

# smash

Steht für: "mit jemandem etwas anfangen."

Herbst 2022





Ein bahnbrechender Tipp!  
Beherzigen Sie ihn -  
nicht nur bei Glatteis!

Vielen Dank, Ihre Umwelt

## Apropos

Mit 85 Jahren ist am 11.12.2022 **Angelo Badalamenti** verstorben. Der Meister der Melancholie hat durch seine Filmmusiken für *David Lynch* Ruhm erlangt, z.B. für die Serie *Twin Peaks*. +++ Am 30. September verstarb der Autor **Boris Meyn** im Alter von 61 Jahren. Bekannt wurde er durch seine Hamburg-Krimis, z.B. *Der Tote im Fleet*. +++ Am 1.11. feierte der Comedian **Mario Barth** seinen 50sten Geburtstag. +++ Am 22.11. hatte **Boris Becker** seinen 55sten Geburtstag, diesmal leider kein Grund zum Feiern +++ Der 75ste Todestag von dem Hamburger Schriftsteller **Wolfgang Borchert** fand am 20.11. statt. Sein bekanntestes Werk ist *Draußen vor der Tür*. +++ Ein Zufall? Der 19. November ist zugleich **Weltmännertag** als auch **Welttoilettag**. +++ Der 21. November war **Welttag des Fernsehens**. Mein Kollege sagt: "Wie langweilig!". +++ Am 3. Dezember wurde **Alice Schwarzer** 80 Jahre alt. Die Journalistin und Frauenrechtlerin brachte gegen viele Widerstände 1977 erstmals die Zeitschrift *Emma* heraus. Ihr Buch *Der kleine Unterschied und seine großen Folgen* (1975) löste große Diskussionen aus. +++ Am 12.12. feierte **Max Raabe** seinen 60sten Geburtstag. Bestimmt rief ihn ein Schwein an. +++ Nicht mehr unter uns weilen der Stararchitekt **Meinhard von Gerkan** (3.1.1939 - 30.11.2022) und die Schauspielerin **Christiane Hörbiger** (13.10.1938 - 30.11.2022. +++ Karl Lagerfeld würde sich im Grabe herumdrehen: am 21. Januar finden gleichzeitig der **Jogginhosentag** und der **Weltknuddeltag** statt. Wir hoffen, dass niemand die Kontrolle verliert! +++ Als erster Abgeordneter ist **Wolfgang Schäuble** im Dezember 2022 seit 50 Jahren Mitglied des Deutschen Bundestags. +++ 21.12.2022: **Reinhard Mey** ist 80!





## Rezept

### Polnischer Rote-Bete-Meerrettich-Salat – Salatka z buraków

#### **Zutaten für 2 Personen (als Beilage)**

250g rohe Rote Bete  
3 cm Stück frischer Meerrettich  
½ EL Apfelessig  
½ EL Öl  
Eine Prise Zucker  
Salz  
Pfeffer



#### **Zubereitung**

Die Rote Bete schälen und auf einer Reibe grob reiben. Für die rote Bete am besten Einmalhandschuhe verwenden, da sie stark abfärbt. Das Stück Meerrettich fein zur Roten Bete dazu reiben. Die restlichen Zutaten mit dem Salat vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken und abgedeckt für eine Stunde kaltstellen.

Passt super als Beilage zu Pieroggi oder Gegrilltem.

***Guten Appetit – Smacznego***





# Propellerherz

## Gedicht von Olaf Heidsieck

Also doch: ich male  
ein Bild von dir,  
das nicht mehr geht  
von mir  
vielleicht  
frühstücken wir,  
die Brötchen hole ich  
und du  
dein Licht aus Marzipan.

Also doch: ich denk  
an dich, dass ich nicht schlafe,  
so wie es ist  
in mir  
Propellerherz  
und fliegen wir  
bin ich das Zeppelin  
und du  
das Licht, das sich in den Wolken  
bricht.





# Bramfeld

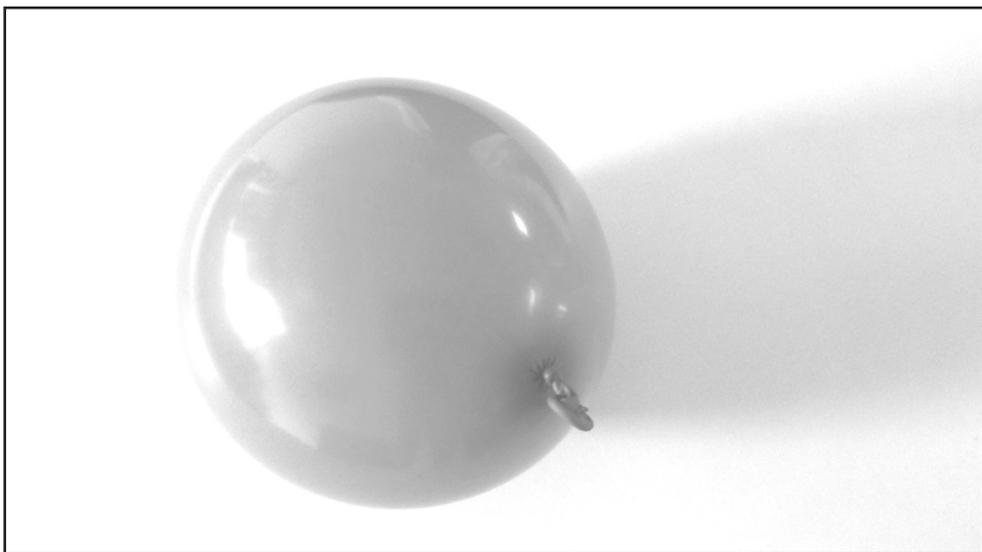
## Lied von Houffouet

Verdammt lange her, dass ich hier für euch sang  
Die Zeit wurde mir so unendlich lang  
Waren es Tage, waren es Jahre, ich weiß es nicht mehr  
Ich habe euch nie vergessen, bitte glaubt mir das sehr

Es ist so schön, euch wiederzusehn  
Endlich nicht mehr allein und bei euch zu sein  
Ich durchstreifte die Welt, doch was ist es, was zählt  
Heut weiß ich, das seid ihr, und darum bin ich wieder hier

*Ich bin in Bramfeld gewesen, habe Altona gesehen  
Hammerbrook, Hamm, Horn,  
doch spätestens in Harburg wurde mir klar:  
Ich vermisse euch!*

Es ist so schön, euch wiederzusehn  
Endlich nicht mehr allein und bei euch zu sein  
Ich durchstreifte die Welt, doch was ist es, was zählt  
Heut weiß ich, das seid ihr, darum bin ich wieder hier



Herbst 2022





# Trialogische Veranstaltungen in Hamburg

Die Folgenden trialogischen Veranstaltungen finden in Hamburg statt. Der Eintritt ist jeweils kostenfrei und eine Teilnahme unverbindlich. Aktuelle Termine finden Sie unter der Liste.

- **Harburger Dialog**

Ort: Asklepios Klinik Harburg, Eißendorfer Pferdeweg 52  
Medienzentrum (Haus 1, Sockelgeschoss)  
Letzter Mittwoch im Monat 19:00 – 20:30 Uhr

- **Dialog Depression**

Ort: Stadtteilhaus Horner Freiheit, Am Gojenboom 46, Hamm  
Erster Mittwoch gerade Monate 15:30 – 17:30 Uhr

- **Dialog Zwänge**

Ort: Stadtteilhaus Horner Freiheit, Am Gojenboom 46, Hamm  
Vierter Montag gerade Monate 15:30 – 17:30 Uhr

- **Dialog Psychoseseminar**

Ort: Konferenzraum 2. Stock, Altbau der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, UKE  
Vierzehntäglich nach Themenfindung Termine und Themen siehe <https://www.irre-menschlich.de/>

- **Bergedorfer Dialog**

Ort: Soziales Zentrum Harders Kamp 1, Bergedorf  
Letzter Mittwoch im Monat 18:00 – 20:00 Uhr

- **Trialogische Gespräche Ochsenzoll**

Ort: Asklepiosklinik Nord Ochsenzoll  
Erster Dienstag im Monat





## Allein mit Sorgen und Ängsten?

Das muss nicht sein! Der Verein Genesungsbegleitung und Peerberatung Hamburg (selbst Psychatrieerfahrene Menschen) bietet eine Telefon- und Mailbegleitung an.

Sie erreichen uns sowohl telefonisch unter  
Mobil: 01 76 / 62 37 07 51  
Festnetz: 040 / 18 20 72 93

als auch per Mail: [mailberatung@genesungsbegleiter-hh.de](mailto:mailberatung@genesungsbegleiter-hh.de)

Montag, Mittwoch Freitag und  
Samstag sind wir zwischen 17:00 und 19:00 Uhr für Sie da.

Eine Angehörigen-Telefonbegleitung steht für Sie ab 18:00 Uhr  
unter 0178 / 66 95 26 6 zur Verfügung.



<https://www.gbph.de>



## Wir müssen reden! 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 Jan-Christian Wendt in Verbindung: **Tel: 600 88 34 00**

Herbst 2022



# Adressen und Telefonnummern

Op de Wisch e.V. – [www.op-de-wisch.de](http://www.op-de-wisch.de)

Ute Peters \_ Gesamtleitung  
Jan Christian Wendt-Ahlensdorf \_ Stellvertretende GL  
Oberstr. 14 b \_ 20144 Hamburg; Telefon 040\_600 88 34\_00

## Bezirk Nord

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

## Bezirk Wandsbek

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

## Bezirk Eimsbüttel

Simon\_Steinwachs \_ Bezirksleitung  
Oberstr. 14 b \_ 20144 Hamburg  
Telefon 040\_600 88 34\_50

## Bezirk Mitte

\_ Bezirksleitung  
Grootsruhe 2 \_ 20537 Hamburg  
Telefon 040\_88 30 67 67\_0

## Regionalbüro Altona

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

## Reitanlage

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

## Kinder-, Jugend- und Familienhilfe

### KiJu-Team West

Tibarg 1c \_ 22459 Hamburg  
Telefon 040\_55 44 73\_00

### Kiju-Team Ost

Hammer Landstraße 220 \_ 20537 HH  
Telefon 040\_253 16 936

### Klient\*innensprecher\*innen

Lars, Jette, Nicole, Marcelle und Matze

Telefon 0176\_14475942

E-Mail: [ksp@op-de-wisch.de](mailto:ksp@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.



Der Blick geht weiter

Herbst 2022





**ZU GUTER LETZT**



**ZÜNDE EIN FEUER AN  
DAS UNS WÄRMT**

