



Flucht, Verfolgung und Solidarität

Der Kurde und deutsche Staatsbürger Ilhami Akter stellt sein autobiografisches Buch „Flucht, Verfolgung und Solidarität – Ein kurdischer Bericht“ vor, aus dem Martin Bergt lesen wird.

Akter geriet 2018 in die Fänge der türkischen Justiz und wurde wegen des Vorwurfs Erdogan-kritische Posts bei Facebook eingestellt zu haben zu über 3 Jahren Haft verurteilt. Noch vor Haftantritt konnte er fliehen.

Als 17-jähriger floh er das erste Mal aus der Türkei, um dem Militärdienst zu entgehen und war u.a. in Hamburg

im Kirchenasyl. In seinem Buch erzählt er von seiner Verhaftung, seinem Gefängnisarrest, seiner Flucht und den Erinnerungen an seine Jugend.

Begleitet vom Sänger und Gitarristen Jiyar Arin und landestypischem Essen findet die Lesung statt am **Montag, 5. September, um 19.00 Uhr** im Barmbek°Basch, Saal 1.

Mit herzlichen Grüßen

Pastorin Maren Wichern,
Pastor Ronald Einfeldt und Team



Gut Älterwerden, aber wie? – QplusAlter geht in die nächste Phase

Die Initiative QplusAlter der Evangelischen Stiftung Alsterdorf startet mit frischem Wind in die zweite Projektphase - sie wird für weitere drei Jahre gefördert. Seit Mai 2019 unterstützen vier hauptamtliche Lotsinnen Menschen ab 65 Jahren und ihre Angehörigen, Bekannte und Nachbar*innen im Bezirk Hamburg-Nord ihren Alltag nach ihren Vorstellungen zu organisieren und die passenden Hilfen dafür zu finden. Das Angebot ist kostenfrei.

Beim Älterwerden und besonders nach einschneidenden Veränderungen können im Alltag Fragen auftauchen: Wie geht es weiter, z.B. mit einer Krankheit? Was mache ich, wenn ich Hilfe zuhause möchte? Wie kann ich Kontakte knüpfen? Was kann ich tun,

wenn ich mich um meine Angehörige oder Nachbar*innen Sorge? In den Stadtteilen Barmbek und Dulsberg ist Johanna Schöler Ansprechpartnerin für Ihre Anliegen. Gemeinsam mit der Lotsin können Sie Ihren Alltag unter die Lupe nehmen und die eigenen Vorstellungen besprechen.

Die Lebenssituationen und Anliegen sind vielfältig. Auch die Wege und Lösungen sind ganz unterschiedlich. Vom Begleitservice beim Einkaufen über eine Nachbarschaftshilfe, eine/n Spielepartner/in, eigenes Engagement im Stadtteil oder den Kontakt zur Tagespflege um die Ecke.

Neben einmaligen Beratungen sind auch mehrere Gespräche oder längerfristige Begleitungen möglich. Wie Sie sich den Kontakt mit der Lotsin vor-

stellen, besprechen Sie vorab - möglich sind Telefonate, Gespräche bei Ihnen zu Hause, auf der Parkbank oder in der offenen Sprechstunde. In jedem Fall: Wir freuen uns auf Sie!

Sprechstunde:

- Mittwochs 9 - 11 Uhr:
Nachbarschaftstreff Dulsberg
Elsässer Str. 15
- Freitags 10 - 12 Uhr:
Villa Dulsberg
Alter Teichweg 139

Kontakt

QplusAlter Lotsinnen
Tel. 0174-1753648
und 50773354
E-Mail: lotsinnen@qplusalter.net
www.qplus-hamburg.net



NACHBARSCHAFTS TREFF

Suppenküche

Regional, biologisch, fair und frisch gekocht

Mo, 19.09. / 17.10. / 14.11.

Kochen: 10 Uhr / Essen 12 Uhr oder Außer-Haus-Verkauf, Kosten: 3,00 €

Schularbeitenhilfe

Mike Manske unterstützt Schüler*innen aller Jahrgänge kostenlos bei den Hausaufgaben

wöchentlich Mittwochs, 15 - 18 Uhr (außer in den Ferien)

...und viele weitere Gruppen und Angebote

Workshop Achtsamkeit

Eine Einführung in das Thema mit der MBSR-Lehrerin & Begleiterin für Achtsamkeit Lisa Kirchner

Sa, 03.09. / 14.30 - 17.30 Uhr

Sprechzeiten

Gern können Sie uns anrufen und erreichen uns telefonisch von Montag bis Freitag in der Zeit von 11 bis 14 Uhr. Auch persönliche Gespräche nach vorheriger Terminvereinbarung sind gerne möglich.

Kontakt: Siehe Seite 20

Dulsberger Wohnzimmer

...schnacken, spielen, stricken, snacken...

Jeden **Montag von 15 - 18 Uhr** sowie jeden **letzten Montag im Monat bis 20 Uhr**.

Unsere Vintage-Wohnzimmerecke ist offen für alle und lädt ein zum gemütlichen Verweilen bei kleinen Snacks, kühlen & heißen Getränken zu kleinen Preisen

Bitte beachten Sie die aktuellen Corona-Bestimmungen!