



**ALFRED KARBENK**  
STEINMETZBETRIEBE  
BILDHAUEREI  
Meisterbetrieb seit 1958  
Grabsteine, Nachschriften  
Reinigung, Renovierung  
Steinmetzarbeiten in Haus & Garten

Ausstellung: Fabriciusstraße 304 A  
Werkstatt: Fuhlsbüttler Straße 769  
Telefon 040 641 55 59 - Fax 040 59 14 72  
info@karbenk.de · www.karbenk.de

Mitglied im Heimatverein Klein Borstel e.V.

**Kleiner Kießhauer**  
malereibetrieb

Stübekamp 82 · 22337 Hamburg  
Tel. 040/ 50 53 36  
Fax 040/ 59 53 95 85  
www.kiesshauer.de · malereibetrieb@kiesshauer.de

Mitglied des Heimatvereins Klein Borstel e.V.

**Dagmar Voß**  
Mobile Fußpflege  
**Diplomierte Med. Fußpflege Handpflege Fußreflexzonenmassage**

Dagmar Voß · Borstels Ende 2a · 22337 Hamburg  
Handynummer 0173 8 74 30 73  
dagmar.voss65@gmx.de

**LÖSUNGEN SICHTBAR MACHEN.**  
BIRGIT-PRINZ-HILFT.DE  
BIRGIT PRINZ, DIPLOM-PÄDAGOGIN, HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE, HYPNOSETHERAPEUTIN.

**ZeitenRUNDE**  
Hebammenpraxis & Familiennetzwerk am Kornweg  
Alles rund um die Schwangerschaft, Geburt, Rückbildungszeit, Familienbildung und die ersten Lebensjahre des Kindes.  
Öffnungszeiten: Mo bis Do 9.30 – 13.00 Uhr  
Stübeheide 168 · 22337 Hamburg · ☎ 54 80 24 60  
info@rundezeiten.de · www.rundezeiten.de

## ● Klein Borstel

# Permakultur - ein ganzes Jahr ernten!

Vortrag in Kapelle 6 ist ein Highlight für alle Gartenfreunde und Hobbygärtner

So., 26. März  
15:00 Uhr  
www.kapelle6.de



Kunstvoll angelegt ist das Permakulturbeet eine echte Augenweide

Foto: Joschka Meyer

**F**ast jeder kennt die Kräuterspirale, doch wussten Sie, dass sie einen „Vater“ aus Australien hat? Die Idee stammt von Bruce Charles „Bill“ Mollison, dem Entwickler der „Permakultur“. Die Permakultur ist wohl eines der zukunftsfähigsten Lebensmodelle unserer Zeit.

### Ganzjährige Erträge

Der Grundgedanke dahinter war, eine nachhaltige Form der Landwirtschaft zu entwickeln, die ganzjährig Erträge abwirft - unabhängig von Wetterschwankungen oder anderen nicht vorhersehbaren Ereignissen mit negativen Folgen für die Erzeugnisse. Um das zu erreichen, setzt die Permakultur auf Vielfalt und Nachhaltigkeit, aber auch auf Gelassenheit und Kreativität.

Vortrag in Kapelle 6

Immer mit dem Ziel vor Augen, in sich stabile Systeme zu entwickeln, bei denen die Grundgesundheit aller Lebewesen an oberster Stelle steht. Am

Sonntag, den 26.03.2023, 15:00 Uhr führt Sie Gartenbaumeister Joschka Meyer im Rahmen eines Vortrages in der Kapelle 6 in dieses spannende grüne Thema ein. Es werden die Grundsätze dieses ganzheitlichen Konzeptes erläutert, praktische Beispiele benannt und selbstverständlich wird auch jede Menge Zeit für Fragen und Diskussionen untereinander gegeben.



Foto: Envato Elements

Mit ein wenig Übung kann Permakultur ganzjährig Erträge generieren

## Skat Ergebnisse

**2.SPIELTAG**  
06.FEBRUAR 2023

Ulf Steps →	1878 →	5 Pkt.
Jürgen Hamann →	1724 →	4 Pkt.
Udo Lüdzens →	1481 →	3 Pkt.
Sören Fastert →	1347 →	2 Pkt.
Claudia Olberg →	1346 →	1 Pkt.

### Endstand 2023

Platz 1 Ulf Steps →	9 Pkt.
Platz 2 Taki Alvanos →	5 Pkt.
Platz 3 Jürgen Hamann →	3 Pkt.
Platz 4 Arnold Meinecke →	3 Pkt.
Platz 5 Andreas Haverland →	2 Pkt.
Platz 6 Sören Fastert →	2 Pkt.
Platz 7 Claudia Olberg →	1 Pkt.
Platz 8 Bastian Gerken →	1 Pkt.

4 www.heimatverein-kleinborstel.de



## „Wir lotsen Sie durch das Älterwerden“

QplusAlter bietet ein individuelles Beratungsangebot in Klein Borstel

**D**ie Hürden des Alters spielen für sie noch lange keine Rolle. Beruflich kennen sich Alena Neven, Martina Pankow, Catharina Klein und Johanna Schöler mit den Herausforderungen von alten Menschen im Alltag aber bestens aus. „Wir helfen bei allen Fragen, die beim Älterwerden auftauchen können“, erklärt Martina Pankow. „Wie geht es weiter, z. B. mit einer Krankheit, was mache ich, wenn ich zuhause an meine Grenzen komme, wie finde ich die passende Hilfe für meinen Alltag, wie kann ich Kontakte knüpfen, was bietet mir mein Stadtteil, wie kann ich Nachbarschaftshilfe organisieren? Hier helfen wir vier Lotsinnen bei der Lösungsfindung.“

Die vier hauptamtlichen Lotsinnen der Evangelischen Stiftung Alsterdorf beraten nicht nur unmittelbar Betroffene, sondern auch Angehörige und Nahestehende im Bezirk Hamburg-Nord. In gemeinsamen Gesprächen finden sie heraus, was den älteren Menschen im Alltag wichtig ist, was sie selbst tun können und welche Unterstützung für sie passend ist. Die Lotsinnen begleiten schließlich dabei, die passenden Hilfen zu organisieren.

Foto: Heike Günther

„Jedes Gespräch ist so unterschiedlich, wie die Lösungen und die Wege dorthin“, sagt Martina Pankow. Dazu zwei Beispiele:  
● Frau P. möchte neue Kontakte knüpfen. Die Lotsin kennt sich im Stadtteil aus, gibt zum Beispiel Impulse zu Treffpunkten und Angeboten und stellt die passenden Kontakte her.  
● Herr K. ist wegen einer Erkrankung auf die Unterstützung seiner Frau angewiesen. Die eigene Wohnung ist voller Hindernisse. Mit Hilfe der Lotsin entwickeln sie Ideen, wie sie in der eigenen Wohnung bleiben können: Dabei spielt der Einsatz einer Physiotherapeutin für mehr Beweglichkeit, eine Wohnberatung für mehr Sicherheit im Haushalt sowie ein Pflegedienst in der Nähe eine Rolle.

Haben Sie auch Fragen? Melden Sie sich gern - möglich sind Telefonate, Gespräche bei Ihnen zu Hause oder vor Ort im Stadtteil. Das Angebot ist kostenfrei.

### Kontakt

QplusAlter Lotsinnen  
Tel.: 040 50 77 33 54  
E-Mail: lotsinnen@qplusalter.net  
www.q-acht.net/qplus/qplusalter/

## Jugendfeuerwehr übt im Alstertal

Rund 1000 Teilnehmer im Einsatz



AM ABEND des 29. April 2023 ist das Alstertal ab 18:15 Uhr wieder in den Händen der Jugendfeuerwehren Hamburg. Im Rahmen der traditionellen Nachtwanderung üben sich die 75 teilnehmenden Feuerwehren in vielen wichtigen Bereichen für die Mitgliedschaft in der Jugendfeuerwehr.

### Disziplin, Spaß und Grillfest

Auf einer rund fünf Kilometer langen Strecke lösen sie an den unterschiedlichsten Stationen vielfältige Aufgaben. Sie umfassen sportliche Disziplinen, Denkaufgaben, praktische feuerwehrtechnische Übungen, Aufgaben der Ersten Hilfe, sowie spielerische Spaßaufgaben. Die Kinder und Jugendlichen müssen dabei Teamgeist beweisen, um bei jeder Station eine möglichst hohe Punktzahl zu erreichen. Ein Grillfest und die anschließende Siegerehrung runden das Ereignis ab.

Die Nachtwanderung findet seit 1993 statt und gehört damit zu einer festen Einrichtung für die Gemeinschaft der Jugendfeuerwehren.



Foto: Tim Heisler (Fotografie-Heisler.de)

Bantschowstr. 37

22391 Hamburg



**Meike Zanger-Hoffmann**

Physiotherapie und Osteopathie  
Heilpraktikerin für den Bereich Physiotherapie  
Touch for Health

Tel. 24 87 59 85 · www.meike-zanger-hoffmann.de

Vorsorgen!

MEIN LETZTER WILLE GESCHEHE

- oder eben nicht!

Wählen Sie selbst -

- die Form Ihrer Bestattung,
- halten Sie Ihre Wünsche fest,
- entlasten Sie Ihre Hinterbliebenen.

... und dann, das Leben genießen.

Föhring Bestattungen GbR, Fuhlsbüttler Straße 792, 22337 Hamburg, Tel.: 040 636 52 202

FÖHRING



BESTATTUNGEN