363
September 2026

HEMPELS

3,20 Euro
davon 1,60 Euro für die Verkäufer/innen

31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein



Ein Akt voller Mut

Wie aus einer persönlichen Geschichte eine besondere Initiative entstand

Moin liebe Leserinnen und Leser,

seit 1996 haben wir bereits 363 HEMPELS-Ausgaben auf die Straße gebracht – doch mit dem Exemplar in Ihren Händen erwartet Sie eine Premiere: Zum ersten Mal findet sich ein Aktbild auf unserer Titelseite. Und zwar eines, das Mut machen soll.

HEMPELS traf Sandra Keßeler-Jensen und Heiko Keßeler von der »AKTion gegen Krebs«. Die Initiative zeigt im Oktober Aktzeichnungen von Frauen mit und ohne Brustkrebserfahrung in einem Hamburger Atelier – unterstützt von Künstlerinnen und Künstlern auch aus Schleswig-Holstein. Lesen Sie die Hintergründe ab Seite 10.

Wussten Sie übrigens, dass ein Kronkorken jahrzehntelang als Unterlegscheibe einer Schraube dienen kann? Ein solch kreatives Konstrukt – dessen Nachahmung wir ausdrücklich nicht empfehlen – wurde bei der Renovierung einer Einrichtung für wohnungslose und von Armut betroffene Menschen entdeckt. Mehr dazu ab Seite 16.

In diesem Heft erfahren Sie zudem, wie es um die Arbeitsbedingungen auf Kreuzfahrtschiffen steht. Warum der Initiative »Save Social – Networks For Democracy« zufolge Big-Tech-Plattformen die Meinungs- und Informationsfreiheit gefährden und welche Gegenmaßnahmen sie fordert. Welchen Umgang mit Stimmungsschwankungen eine Psychologin empfiehlt. Und weshalb sich unsere Verkäuferin Katharina auf den Herbst sowie den HEMPELS-Kalender 2027 freut.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre!

IHRE HEMPELS-REDAKTION

GEWINNSPIEL

SOFARÄTSEL

Auf welcher Seite dieser Ausgabe versteckt sich das kleine Sofa? Wenn Sie die Lösung wissen, schicken Sie die Seitenzahl und Ihre Adresse an raetsel@hempels-sh.de oder HEMPELS, Schaßstraße 4, 24103 Kiel. Teilnehmende erklären sich einverstanden, dass im Falle eines Gewinns ihr Name sowie Wohnort in HEMPELS veröffentlicht wird.

Einsendeschluss ist der 30.09.2026
Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.

GEWINNE

3 x je 1 Buch der Ullstein Verlagsgruppe. In der Doppelausgabe für Juli und August war das kleine Sofa auf Seite 37 versteckt. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im Oktober veröffentlicht.

Im Juni haben gewonnen:
Anke Grot (Ratzeburg), Roswitha Pieper-Althoff (Kiel) und Holger Pieplau (Kiel). Herzlichen Glückwunsch!



Titelfoto: Holger Förster

TITEL

EIN AKT VOLLER MUT

Die »AKTion gegen Krebs« zeigt Aktzeichnungen von Frauen mit und ohne Brustkrebserfahrung in einem Hamburger Atelier – unterstützt von Künstlerinnen und Künstlern aus Schleswig-Holstein. Hinter der Initiative stehen Sandra Keßeler-Jensen und Heiko Keßeler, deren Geschichte HEMPELS erzählt. **SEITE 10**



DAS LEBEN IN ZAHLEN

4 Ein etwas anderer Blick auf die Welt



SCHLESWIG-HOLSTEIN SOZIAL

8 Meldungen
9 Kolumne von Hans-Uwe Rehse
16 Schutz, Gemeinschaft und Hilfsangebote: Das Kieler »Sofa« wird renoviert
19 Café »Zum Sofa«: Wie Sie mit einer Spende helfen
20 »Schöner Schein«: Über die Arbeitsbedingungen auf Kreuzfahrtschiffen
29 Kostenlose medizinische Hilfe



GESELLSCHAFT

24 Mehr Demokratie im Internet: »Save Social« fordert die Stärkung offener, alternativer Netze
27 Wechselbad der Gefühle: Interview mit Psychologin Maria Trigler über Stimmungsschwankungen



BILD DES MONATS

6 Keine Pommes für die Küken



VON DER STRASSE

34 »Freue mich auf den Herbst – und auf den HEMPELS-Kalender«: Protokoll unserer Kieler Verkäuferin Katharina

AUSSERDEM IM HEFT:

2 Editorial
31 Rezept
32 Musiktipp; Buchtipp; Filmtipp
33 Service: Mietrecht und Sozialrecht
36 In eigener Sache; Impressum
37 Lokal & Global
38 Sudoku; Karikatur
39 Plattdüütsche Kolumne: Segg an



Bitte kaufen Sie HEMPELS nur bei Verkaufenden, die diesen Ausweis sichtbar tragen

Kokain-Anstieg »alarmierend«

Laut der Drogenaffinitätsstudie des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit haben in Deutschland im vergangenen Jahr 18,7 Prozent der jungen Menschen im Alter zwischen 18 und 25 Jahren Erfahrungen mit dem Konsum illegaler Drogen gemacht – 2023 waren es 13,5 Prozent. »Kokain gilt vielen noch immer und wieder mehr als Party- oder Leistungsdroge«, sagte Hendrick Streeck (CDU), Drogenbeauftragter der Bundesregierung. »Das ist eine gefährliche Täuschung. Diese Entwicklung ist alarmierend.« Am verbreitetsten war der Konsum von Lachgas, danach folgten Ecstasy, Kokain und Amphetamin. **WP**

1,2 %

der 18- bis 25-Jährigen nahmen 2015 Kokain

4,1 %

der 18- bis 25-Jährigen nahmen 2025 Kokain

Immer mehr Alleinlebende

Laut dem Statistischen Bundesamt lebten in Deutschland im vergangenen Jahr 17,3 Millionen Menschen allein. Das entspricht 20,9 Prozent der Bevölkerung und liegt deutlich über dem Durchschnitt in der Europäischen Union (16,5 Prozent). Nur in Litauen (31,4), Finnland (25,8), Dänemark (24,3), Estland und Schweden (je 22) lebten mehr Menschen allein. Die Zahl der Alleinlebenden ist in Deutschland in den vergangenen 20 Jahren um 22,3 Prozent gestiegen. Vor allem in der Altersgruppe 65 plus (von 26,9 Prozent bei den 65- bis unter 75-Jährigen bis zu 55,8 bei den ab 85-Jährigen) und bei den 25- bis unter 35-Jährigen ist der Anteil hoch (28,7). **WP**



Bild: mit KI generiert

Keine Pommes für die Küken



Zeichnung: Gerd Kleine-Bley

Der perfekte Moment am Strand endet oft mit dem Sturzflug einer Möwe. In Schleswig-Holstein gibt es zehn Arten, aber nur die mit dem roten Punkt auf dem Schnabel klaut Eiswaffeln, Pommes, Fischbrötchen und Crêpes. Die Silbermöwe hat eine Spannweite von bis zu 1,5 Metern und gilt als besonders mutig. In Grömitz, so erzählte der Bürgermeister dem NDR, erheben sie sich pünktlich mit dem Gong, um in der Gesamtschule die Pausenbrote einzusammeln.

Was hilft? Ein logischer Tipp ist, unter einem Dach oder Schirm zu speisen. Es soll auch helfen, sich an eine Wand zu lehnen, dann entscheidet sich die Möwe im Zweifel gegen einen womöglich schmerzhaften Kollisionskurs.

Warum sie klauen? Wir haben sie angefüttert und an uns gewöhnt. Und jetzt soll plötzlich ein ausgestreckter Arm mit Eiswaffel kein freiwilliges Angebot mehr sein? Welche Möwe soll das verstehen? Keine.

Laut einer britischen Studie hilft es, den Dieben in die Augen zu schauen. Beobachtet sollen sie sich verunsichert fühlen und von der Beute ablassen. Aber: Jede vierte Möwe lässt sich auch davon nicht einschüchtern.

Längst gibt es Fütterungsverbote, die mit bis zu vierstelligen Summen geahndet werden. Kioske schließen Versicherungen ab (»Möwenpolice«), damit der Beraubte das Gleiche noch einmal bestellen kann. Aber wirklich hilft wohl nur dieses Wissen: Bekommen sie Nachwuchs, stellen sie das Futter um, damit ihre Küken genug Nährstoffe bekommen. Und dann, so der Naturschutzbund, streichen sie Pommes und setzen mehr auf Fisch. Fast Food für die Kids – bei den Möwen kein Thema! In der Brutzeit sind also zumindest die Pommes-Fans unter uns einigermaßen sicher. **WP**

+++

Lübeck: HEMPELS findet Schlüssel-Spender
Anfang des Jahres war in einer HEMPELS-Ausgabe die Wunschliste wohnungsloser Menschen in Lübeck Thema gewesen. Einer von ihnen, Holger, wünschte sich einen Schlüssel für die Behindertentoilette im Bahnhof, damit er sein Hab und Gut immer beaufsichtigen konnte. Ein Unbekannter schenkte ihm daraufhin einen Schlüssel. Und nun hat dieser nette Mensch einen Namen: Friedrich Erbacher. Ihn habe der Text angesprochen, weil er eine der Fragen teile: Warum ist die Wartehalle im Bahnhof nicht beheizt? Den Schlüssel habe sein inzwischen verstorbener Vater beantragt. »Das Problem, das Holger hat, war für mich also einfach zu lösen«, sagt der 60-jährige Lübecker, der für die in Hamburg ansässige Anti-Atom-Organisation ».ausgestrahlt« arbeitet und deshalb regelmäßig mit der Bahn pendelt. **WP**

+++

SH: Zahl psychischer Erkrankungen steigt
In Schleswig-Holstein ist der Krankenstand im ersten Halbjahr 2026 leicht gesunken. Er lag in dieser Jahreshälfte bei 5,6 Prozent und damit auf dem Vorjahresniveau, wie die Krankenkasse DAK mitteilte. Bei Atemwegserkrankungen gab es im ersten Halbjahr einen Rückgang um 14 Prozent. Krankschreibungen aufgrund von psychischen Erkrankungen stiegen dagegen um 15 Prozent. Diese Diagnose sei jetzt die häufigste Ursache für Fehlzeiten. Das seien die Ergebnisse der aktuellen Krankenstandanalyse des IGES-Instituts im Auftrag der DAK. Für die Analyse seien die Daten von rund 111.000 DAK-Versicherten ausgewertet worden. **EPD**

+++

1,6 Millionen Euro für »Brot für die Welt«
Das evangelische Hilfswerk »Brot für die Welt« hat 2025 in Hamburg gut 1,6 Millionen Euro Spenden erhalten. Das sind rund 138.000 Euro mehr als im Vorjahr, wie die Diakonie Hamburg mitteilte. Bundesweit gingen dagegen weniger Spenden ein: 2025 sammelte das Hilfswerk 72,5 Millionen Euro, das seien 1,3 Millionen Euro weniger als 2024. Insgesamt standen dem Hilfswerk im vergangenen Jahr 341,7 Millionen Euro zur Verfügung, das waren rund 9 Millionen Euro mehr als im Jahr davor. Rund 3.000 Projekte wurden gefördert. Regionale Schwerpunkte waren Afrika und Asien. Knapp 90 Prozent der Mittel flossen direkt in die Programmarbeit. Für Werbe- und Verwaltungsaufgaben wurden rund 10 Prozent eingesetzt. **EPD**

+++

SH: Mehr Menschen nutzen Krebsfrüherkennung
In Schleswig-Holstein nutzen mehr Menschen die Angebote zur Krebsvorsorge. Sowohl bei Männern als auch bei Frauen gebe es laut Auswertung der Krankenkasse AOK Nordwest im Jahr 2025 einen Aufwärtstrend. Demnach haben 19,3 Prozent der Männer über 45 Jahre Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung genutzt. Im Vorjahr waren es 18,7 Prozent. Der Anteil der Frauen ab 20 Jahren habe bei 35,9 Prozent gelegen. Im Vorjahr waren es 35,3 Prozent. Laut AOK sei der »Vorsorg-O-Mat« ein Grund für den positiven Trend. Nutzer können sich online über die wichtigsten Fragen der Krebsvorsorge informieren und bekommen so die nächsten, anstehenden Untersuchungen angezeigt. **EPD**

+++

SH: Diensteid in Regionalsprachen möglich
Angehende Beamte in Schleswig-Holstein sollen ihren Diensteid bald in einer im Bundesland beheimateten Regional- oder Minderheitensprache ablegen können. Damit könne der Diensteid künftig in Friesisch, Niederdeutsch, Dänisch und Romanes geleistet werden, teilte die Staatskanzlei mit. Die Regional- und Minderheitensprachen hätten »einen selbstverständlichen Platz auch in unserer Verwaltung«. Beamtinnen und Beamte sind verpflichtet, bei ihrer Ernennung einen Diensteid abzulegen. Dieser beinhaltet die Verpflichtung auf das Grundgesetz und ist im Beamtenstatusgesetz sowie im Landesbeamtengesetz geregelt. **EPD**

+++

Deichbrand: Schlafsäcke für Obdachlose
Hanseatic Help hat auf dem Deichbrandfestival im Juli in Cuxhaven Schlafsäcke und Isomatten für Obdachlose gesammelt. Jedes Jahr ließen Tausende Besucherinnen und Besucher Campingutensilien zurück, teilte die Hilfsorganisation mit. »Was für manche Wegwerfware ist, kann für obdachlose Menschen in den Wintermonaten lebensrettend sein.« Der Verein Hanseatic Help wurde 2015 gegründet und fördert eigenen Angaben zufolge 300 gemeinnützige Einrichtungen in Norddeutschland – darunter Obdachlosen- und Geflüchtetenunterkünfte, Suchtberatungen und Frauenhäuser. **EPD**

+++

Lebenserwartung in Deutschland auf Höchstwert
Die Lebenserwartung in Deutschland ist laut dem Statistischen Bundesamt auf einen Höchstwert gestiegen. Ein Mädchen, das 2025 geboren wurde, werde im Schnitt 83,6 Jahre alt, ein Junge 79,1 Jahre. Frauen hätten im Vergleich zum Vorjahr zwei und Männer drei Monate durchschnittliche Lebenserwartung hinzugewonnen. Auch für Ältere verlängere sich im Vergleich zum Vorjahr die Lebenserwartung. Eine 65-Jährige lebe im Schnitt noch 21,2 Jahre (plus ein Monat), ein 65-Jähriger noch 18,2 Jahre (plus zwei Monate). **EPD**

+++

Sag, was Du denkst!

VON HANS-UWE REHSE

»Jeder hat das Recht, seine Meinung … frei zu äußern.« So ist es in Artikel 5 des Grundgesetzes zu lesen. Ein Grundrecht für alle Bürgerinnen und Bürger dieses Landes! Merkwürdig, dass oft etwas ganz anderes behauptet wird. Von Vertretern der extremen Rechten heißt es sogar: Hier gäbe es gar keine Meinungsfreiheit. Ich vermute, dass sie sich über den Widerspruch ärgern, den sie oft erfahren. Aber abgeschafft ist der Grundrechtsartikel 5 nicht! Er gilt weiterhin. Sogar für die, die ihn nicht ernst nehmen. Deshalb können sie ja auch ihre Meinung sagen. Auch wenn die nicht von allen geteilt wird.

Bedenklich ist allerdings, dass bei Umfragen immer mehr Leute sagen, dass sie vorsichtig sind, ihre Meinung frei zu äußern. Die Zahlen sind unterschiedlich – je nachdem, welches Institut die Umfrage durchgeführt hat. Aber der Trend ist eindeutig: Viele sind sehr zurückhaltend mit ihren Meinungsäußerungen. Sie fürchten Nachteile oder Schwierigkeiten. Vielleicht ist es die Sorge, dass man keine Argumente hat, wenn einem widersprochen wird. Oder die Angst spielt eine Rolle, dass man Sympathien verspielt, auf die man angewiesen ist. Oder rechnet man gar mit Unverständnis und Gewalt?

Es gibt viele Gründe, den Mund zu halten und zu schweigen. Aber das würde der Absicht der Menschen widersprechen, die das Grundrecht der Meinungsfreiheit in unsere Verfassung geschrieben haben. Sie wollten damit sicherstellen, dass in unserem Land über die verschiedenen Vorhaben geredet wird. Ob in der großen Politik, im kommunalen Bereich oder in der Nachbarschaft – es ist entscheidend, dass die Menschen miteinander reden! Und die unterschiedlichen Interessen ausgetauscht werden.

Wo das nicht geschieht, da haben nur Einzelne was zu sagen. In der Zeit des Nationalsozialismus haben die Deutschen erlebt, wohin das führt. Deshalb wurde das Recht auf freie Meinungsäußerung auch im Grundgesetz verankert. Damit über alle politischen Maßnahmen ausführlich geredet und, wenn nötig, auch gestritten werden kann. Hauptsache, dass alles zur Sprache kommt, was eine Rolle spielt.

Mut, etwas zu sagen, braucht man aber trotzdem! Schließlich sind die Menschen verschieden. Und ihre Meinungen auch! Darum wünsche ich Ihnen, dass Sie mutig denen etwas entgegensetzen, die ganz anderer Meinung sind als Sie. Streiten Sie auch. Das geht! Wenn man den Personen, die so anders sind, mit Respekt und Achtung begegnet. Wenn Sie nicht überzeugen können, haben Sie es wenigstens versucht. Aber Sie haben Ihre Meinung gesagt. Und darauf kommt es an!



HANS-UWE REHSE IST PASTOR IM RUHESTAND UND WAR GESCHÄFTSFÜHRER DER HEUTIGEN DIAKONIE NORD NORD OST MIT HAUPTSITZ IN LÜBECK. SEINE KOLUMNE ERSCHEINT JEDEN MONAT.

EIN AKT VOLLER MUT

Kunst trifft Engagement für Betroffene: Die ›AKTion gegen Krebs‹ zeigt im Oktober Aktzeichnungen von Frauen mit und ohne Brustkrebserfahrung in einem Hamburger Atelier – unterstützt von Künstlerinnen und Künstlern aus Schleswig-Holstein. Hinter der Initiative stehen Sandra Keßeler-Jensen und Heiko Keßeler, deren Geschichte HEMPELS erzählt

TEXT: GEORG MEGGERS, FOTOS: HOLGER FÖRSTER

»0,1 Sekunden habe ich darüber nachgedacht – und dann einfach zwei Karten gekauft«, erinnert sich Heiko Keßeler. Vor anderthalb Jahren war der freiberufliche IT-Projektleiter aus dem niedersächsischen Seevetal für ein Geschäftsessen in Hamburg. Auf dem Weg lief er an einem Gebäude vorbei, in dem Workshops zum Aktzeichnen stattfinden – dem künstlerischen Darstellen des unbekleideten menschlichen Körpers nach einem lebenden Modell.

Wieder zu Hause stellte Keßeler die Idee seiner Frau vor. »Okay, probieren wir das mal aus«, habe sie damals geantwortet, sagt Sandra Keßeler-Jensen im Rückblick. Dabei hatte die Architektin »nackte Menschen im Gegensatz zu Gebäuden noch nie gezeichnet«. Der gebuchte Workshop habe dann Spaß gemacht, es sei ein entspannter Abend gewesen. Und auf dem Rückweg hatte die 33-Jährige eine Idee: Aktzeichnungen von Frauen mit und ohne Brustkrebserkrankung in Galerien ausstellen und verkaufen, um damit auf diese Erkrankung aufmerksam zu machen und mit dem Erlös Betroffene zu unterstützen.

Damit stand das Grundkonzept der »AKTion gegen Krebs«, die die Eltern von achtjährigen Zwillingen im September 2025 als gemeinnützige Unternehmergesellschaft (gUG) gründeten. Neben mehr Aufmerksamkeit verfolgt die Initiative



»Ich hätte nie gedacht, dass aus meiner Geschichte einmal Kunst wird«, sagt Sandra Keßeler-Jensen. Vor zwei Jahren erhielt die Architektin aus Seevetal die Diagnose Brustkrebs.

seither noch ein anderes Ziel, wie Heiko beschreibt: »Durch Spenden und die Verkäufe der Kunstwerke wollen wir außerdem betroffenen Frauen in der Nachsorge zusätzliche Untersuchungen ermöglichen.«

Ende Juli dieses Jahres laden die Eheleute die HEMPELS-Reporter zum



Ehemann Heiko Keßeler vor gespendeten Kunstwerken von Chris Goertz aus Westerland auf Sylt (Bilder links oben sowie in der Mitte) und Jens Rusch aus Dithmarschen (Bild links unten).

Interview in das Habibi Atelier im Hamburger Stadtteil Harburg ein. Das Atelier befindet sich im Obergeschoss des Einkaufszentrums »Harburg Arcaden«. Über einem Modegeschäft und gegenüber der Filiale einer gesetzlichen Krankenkasse. Im Oktober sollen hier Aktbilder ausgestellt und zugunsten der »AKTion gegen Krebs« verkauft werden – aber dazu später mehr.

Sandra Keßeler-Jensen spricht offen über ihre Krankheitsgeschichte. »Du kannst alles fragen«, sagt sie, ohne zu zögern. Vor zwei Jahren ertastete ihr Mann einen Knoten in ihrer Brust, und die folgende Untersuchung bestätigte den Verdacht: Krebs. Eine Diagnose, die sie bereits zum zweiten Mal in ihrem Leben erhielt. Als Elfjährige erkrankte sie an Lymphdrüsenkrebs – der Brustkrebs zwei Jahrzehnte später sei eine Spätfolge der damaligen Behandlung, erklärt sie.

ITler Heiko las über Wochen und Monate jede Nacht Studien zu Brustkrebserkrankungen. »Ich habe mich aufgeschlaut, um damit besser umgehen zu können. Und um meine Frau bei der Behandlung zu unterstützen«, so der 51-Jährige. Sandra sagt: »Diese belastende Zeit hat mir gezeigt, dass ich mich felsenfest auf Heiko verlassen kann.« Inzwischen ist sie seit einem Jahr in Remission: Die Symptome ihrer Erkrankung sind zurückgegangen, und es haben sich keine neuen Metastasen gebildet.

»Wir rocken das zusammen«, sagt Heiko und nickt dabei seiner Frau zu. Und dazu gehört ihr gemeinsames Engagement für die »AKTion gegen Krebs«. Im März 2025, ein Dreivierteljahr nach ihrer ersten Brust-OP, stand Sandra selbst Modell bei einem Workshop für Aktzeichnungen. Und im April dieses Jahres nach ihrer zweiten Operation erneut. »Es fiel mir nicht schwer, mich so zeichnen zu lassen – ich habe mich vielmehr stark gefühlt in diesem Moment«, sagt sie. »Und ich bekam schönes Feedback, alle haben gestaunt über meinen Mut.«



»Es fiel mir nicht schwer, mich so zeichnen zu lassen«, sagt Sandra und zeigt ein Aktbild, das Kunststudent Til Leser von ihr schuf. »Ich habe mich vielmehr stark gefühlt in diesem Moment.«

Zeichnungen nackter Menschen – und das obendrein von Brustkrebspatientinnen: »Wir begehen einen doppelten Tabubruch«, sagt Heiko und lacht. Einer, der seiner Frau allerdings gut tut, wie sie beschreibt: »Für mich sind die Zeichnungen ein Weg, mich über die Kunst wieder mit meinem Körper zu versöhnen.« Davon inspiriert ließen sich bereits vier weitere Frauen für die »AKTion gegen Krebs« unbekleidet zeichnen. Drei von ihnen waren selbst von Brustkrebs betroffen, die vierte war mit einer Patientin befreundet.

Bei den Workshops machten sich Hobbyzeichner sowie Kunststudenten der Hamburger Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW) ans Werk. Zu den beteiligten Studenten gehört Til Leser; er zeichnete und kolorierte das Aktbild von Sandra, das sie auf der Titelseite dieser Ausgabe in den Händen hält. Unterstützt wird das Projekt zudem von bekannten Künstlerinnen und Künstlern – unter anderem aus Schleswig-Holstein: So spendeten Chris Goertz aus Westerland auf Sylt sowie Jens Rusch aus Dithmarschen der »AKTion gegen Krebs« mehrere Aktbilder aus ihrem Fundus. »Außerdem setzt sich das Künstlerduo Gott&Gilz fast täglich für uns ein«, erzählt Heiko. »Sie helfen uns bei unserer Webseite, bei Rollups für die Ausstellung und beim Marketingkonzept – und haben noch keinen Kreuzer dafür gesehen.«

»Wir begehen einen doppelten Tabubruch«

Unter dem Titel »Du bist wichtig« werden im Oktober die Aktbilder unterschiedlicher Künstlerinnen und Künstler im Harburger Habibi Atelier ausgestellt – und am Ende des Monats im Rahmen einer Auktion verkauft, um die »AKTion gegen Krebs« zu unterstützen. Dabei ist der Zeitraum gut gewählt: Der Oktober gilt international als Awareness-Monat für Brustkrebs. Auch der Ort passt, weil hier regelmäßig soziale Aktionen stattfinden. Der Künstler und Leiter des Ateliers, der sich als Sly vorstellt, berichtet zum Beispiel von der Aktion »Kunst gegen Kälte«: Jedes Jahr im Dezember bezahlen die Gäste die ausgestellten Kunstwerke nicht mit Geld, sondern mit Schlafsäcken. Diese werden dann an obdachlose Menschen verteilt, die auf Hamburger Straßen schlafen.

Die Auktion zugunsten der »AKTion gegen Krebs« findet am 30. Oktober im Habibi Atelier (Lüneburger Str. 39, 21073 Hamburg-Harburg) statt. Künstlerinnen und Künstler, die sich an der Ausstellung beteiligen möchten, erreichen Atelierleiter Sly über den Instagram-Kanal @habibiatelier.

Vor anderthalb Jahren hatte Heiko 0,1 Sekunden nachgedacht – mit der Folge, dass ein IT-Projektleiter und eine Architektin sich nun für eine Initiative

engagieren, die Aktbilder in einem Atelier ausstellt. »Ich finde es großartig, was wir erreicht haben«, sagt Heiko. »Unsere Idee trifft an vielen Stellen auf sehr positives Feedback. Das motiviert, weiterzumachen.«

Und wie fühlt es sich für Sandra an, dass bald Bilder von ihr auf einer Ausstellung zu sehen sind? »Ich hätte nie gedacht, dass aus meiner Geschichte einmal Kunst wird«, sagt sie. »Doch in den Bildern sehe ich nicht meinen Körper, sondern meinen Weg, meinen Mut und die Hoffnung, dass unsere Geschichten dazu beitragen, Brustkrebs sichtbarer zu machen und anderen Kraft zu geben.«

Mit ihrer Initiative möchte das Ehepaar noch einiges erreichen – an Plänen für die Zukunft mangelt es nicht. Für den Aufbau der »AKTion gegen Krebs« hat Sandra einen Wunsch: »Viel Unterstützung von Menschen, die unsere Idee genauso gut finden.«

Wer sich als Patientin oder Angehöriger, als Künstlerin oder Modell, als Galeristin oder Unterstützer für das Projekt interessiert, findet unter www.aktion-gegen-krebs.com weitere Infos.



Der Leiter des Habibi Ateliers stellt sich als Sly vor. Er berichtet von sozialen Aktionen, die hier regelmäßig stattfinden – zum Beispiel »Kunst gegen Kälte« zugunsten obdachloser Menschen.





»Wir rocken das zusammen«: Im September 2025 gründeten die Eltern von achtjährigen Zwillingen die »AKTion gegen Krebs« als gemeinnützige Unternehmergesellschaft. Rechts: Eines der Aktbilder, das im Oktober unter dem Titel »Du bist wichtig« im Hamburger Habibi Atelier ausgestellt wird: das aus nur zwei Farben erstellte »AKT-Rost-Indigo« von Chris Goertz.

Holen Sie sich HEMPELS als Privatperson nach Hause, in Ihren Wartebereich oder in Ihr E-Mail-Postfach

HEMPELS gedruckt oder digital: Sie sind nicht mobil, wohnen fern von Verkaufsplätzen oder sogar außerhalb Schleswig-Holsteins – und möchten dennoch unser Straßenmagazin lesen? Mit dem Abo kommt HEMPELS monatlich per Post an Ihre Adresse oder per E-Mail in Ihr Postfach. Übrigens: eine tolle Geschenkidee!

Ganz wichtig: Das Angebot richtet sich an Menschen, die HEMPELS sonst nicht erwerben können. Wenn möglich, kaufen Sie unser Magazin bitte weiter auf der Straße bei unseren Verkaufenden.

HEMPELS im Wartezimmer: Soziales Engagement ist Ihnen wichtig? Mit einem Abo für den Wartebereich Ihrer Praxis unterstützen Sie HEMPELS und unsere Verkaufenden. Und Sie bereichern Ihr Wartezimmer um eine informative und unterhaltsame Lektüre. Wählen Sie zwischen Jahres- oder Förder-Abo.

Die Hälfte des Verkaufspreises geht in Form von Supermarkt-Gutscheinen an unsere Verkaufenden

Bestellen können Sie unser Abo über den Bestellzettel auf dieser Seite sowie online unter hempels-sh.de/magazin/abonnement

HEMPELS ABONNIEREN

☐ **Jahres-Abo**
12x HEMPELS direkt nach Hause oder in Ihren Wartebereich.
€ 63 inkl. Versand

☐ **Geschenke-Abo**
12x Lesespaß verschenken und HEMPELS unterstützen.
€ 63 inkl. Versand

☐ **Förder-Abo**
Mehr geben und HEMPELS mit einer Spende unterstützen? Entscheiden Sie selbst, wie viel Ihnen das Jahres-Abo wert ist. (Mindestbeitrag € 63).

☐ **Digital-Abo**
Mit dem Digital-Abo Solidarität zeigen und HEMPELS immer bequem dabei haben.
€ 43 inkl. Versand

Zahlung per Überweisung: HEMPELS e. V. – Förde Sparkasse – Verwendungszweck: Abo – IBAN: DE34 2105 0170 0090 0556 09

PERSÖNLICHE DATEN

Rechnungsadresse

Firmenname

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Lieferadresse (falls abweichend)

Firmenname

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

☐ Ich benötige eine **Spendenbescheinigung** (bei Förder-Abos ab € 50 Spendenwert zusätzlich zum Abo-Preis von € 63 inkl. Versand).

Bitte senden Sie den ausgefüllten Schein an **abo@hempels-sh.de** oder per Post an **HEMPELS e. V., Schaßstraße 4, 24103 Kiel**

Das Abonnement beginnt mit dem Ersten des Folgemonats, wenn der Bestellschein bis zum 20. eines Monats eingegangen ist. Bei Eingang nach dem 20. verzögert sich der Beginn des Abos um einen Monat. Wollen Sie das Abo nicht verlängern, kündigen Sie mit einer Frist von zwei Monaten zum Ablauf der Mindestlaufzeit. Anderenfalls verlängert sich das Abo (ausgenommen das Geschenke-Abo) automatisch und ist mit einer Frist von vier Wochen zum Monatsende kündbar.

Vieles neu, das Wichtigste bleibt



Hinter dem neuen »Sofa«-Tresen: Mark Mrugalla-Gühlcke (links) und Lukas Lehmann vom Kieler Anker sowie Katja, die sich ehrenamtlich für HEMPELS engagiert.

Schutz, Gemeinschaft und niedrigschwellige Hilfsangebote: Das finden wohnungslose und von Armut betroffene Menschen im »Sofa«. Die von HEMPELS und dem Kieler Anker betriebene Einrichtung wird Schritt für Schritt renoviert – an der Grundhaltung ändert sich jedoch nichts

TEXT UND FOTO: GEORG MEGGERS

»Zum Sofa«: So heißt ein Ort in der Kieler Schaßstraße, der früher eine Kneipe war und sich jeden Tag verwandelt. In der ersten Tageshälfte beherbergt er einen Trinkraum des Kieler Ankers, einer von HEMPELS und der Diakonie Altholstein gegründeten Gesellschaft zugunsten wohnungsloser sowie von Armut betroffener Menschen. Am Nachmittag wird aus ihm das HEMPELS-Vereinscafé. Eines aber gilt von morgens bis abends: Jede und jeder ist hier willkommen.

Wer obdachlos ist, findet im »Sofa« Schutz vor der Kälte im Winter oder der Hitze im Sommer. Wer einsam ist, dem tut die Gesellschaft gut – der Klönschnack bei Kaffee, Zigarette und Co. Wer nur wenig Geld hat, freut sich über günstige Getränke oder den kostenlosen Internetzugang. Und wer Hilfe sucht, kann die niedrigschwelligen Beratungsangebote nutzen. Zudem bekommen die Verkäuferinnen und Verkäufer des Straßenmagazins vom Kieler Westufer hier ihre HEMPELS-Ausgaben.

Das »Sofa« ist ein Ort, der vielen Menschen etwas bedeutet. Dem man allerdings an allen Ecken und Enden die Spuren der Vergangenheit ansieht. So stammen die untersten Nikotinschichten auf der Tapete von Zigaretten, die vermutlich noch für 5 D-Mark pro Packung erworben wurden.

»Schon viel Arbeit, aber der Aufwand hat sich gelohnt«

Gründe genug für eine Generalüberholung. Los ging es mit dem Tresenbereich, als der Trinkraum und das Vereinscafé Ende Juni während der Kieler Woche geschlossen waren. Das Regal für die Hefte des Straßenmagazins, die Wandschränke für die Gläser und Becher sowie der Holztresen wurden ausgetauscht. »Der alte Tresen war sehr sperrig«, berichtet Lukas Lehmann, der Geschäftsleiter des Kieler Ankers. »Jetzt

haben wir mehr Platz für unsere Gäste – was angesichts unserer steigenden Besuchszahlen wichtig ist.«

Zudem sei der Arbeitsbereich »ab sofort ergonomischer«, sagt Lehmann. Was das bedeutet, erklärt Katja. »Ich bin nicht die Größte und vor dem Umbau war es zum Teil schwer für mich, die verstauten Flaschen, Becher und Gläser zu erreichen. Das ist deutlich angenehmer geworden – definitiv eine Verbesserung!« Sie arbeitet als ehrenamtliche Tresenkraft für HEMPELS und übernimmt regelmäßig Nachmittagsschichten. »Der neue Tresen motiviert meine Kollegen und mich, uns noch mehr zu engagieren.«

»Unseren Gästen Respekt zeigen, indem wir ihnen einen schönen Ort bieten«

Beim Ausbau des alten Tresens traten einige Überbleibsel vorheriger Epochen zutage: Neben zahlreichen Pfennig-Münzen auch ein Kronkorken, der zweckentfremdet als Unterlegscheibe einer Schraube seinen jahrzehntelangen Dienst verrichtete.

Für die Finanzierung der Umbaumaßnahmen wurde der Kieler Anker neben privaten Spenderinnen und Spendern vor allem von der Stiftergemeinschaft der Förde Sparkasse unterstützt. »Ein großes Dankeschön für diese Förderung«, sagt Geschäftsleiter Lehmann. Zudem übernahm HEMPELS einen Teil der Kosten.

Mark Mrugalla-Gühlcke arbeitet als Pädagogischer Leiter für den Kieler Anker. Er half selbst bei der »Sofa«-Renovierung und nennt diejenigen, denen besonderer Dank für das Gemeinschaftsprojekt gebührt: Da wären zunächst Heike und Christian, Tresenkräfte des Kieler Ankers, sowie Katja, die zusammen den Tresenbereich gründlich reinigten und für den Umbau vorbereiteten. »Das war während der Hitzewelle, bei über 30 Grad«, erinnert sich Katja. »Schon viel Arbeit, aber der Aufwand hat sich gelohnt!« »Außerdem packten die Hausmeister der Diakonie Altholstein mit an«, sagt Lehmann. »Und natürlich Tischler Fabian Drobny, der den neuen Tresen errichtet hat.«

Im August – allerdings nach Redaktionsschluss dieser Ausgabe – übernimmt der Kieler Malereibetrieb Karde den nächsten Arbeitsschritt: den vergilbten Wänden und der Decke einen neuen Anstrich zu verpassen. Und zwar, wie Mark Mrugalla-Gühlcke erklärt, mit einer belastbaren Spezialfarbe, der ein Kontakt mit Kaffee, Bier und Nikotin nicht allzu viel ausmacht. »Vielen Dank an Bernd Karde und sein Team – sie erlassen uns die Hälfte ihrer Rechnung, die andere Hälfte teilen sich der Kieler Anker und HEMPELS«, sagt Mrugalla-Gühlcke. »Mit den neuen Farben wird der Raum eine ganz andere Aura haben. Und wir können unseren Gästen Respekt zeigen, indem wir ihnen einen schönen Ort bieten, an dem sie sich wohlfühlen.«

Dazu soll künftig auch neues Mobiliar beitragen, sagt Lehmann: »Wer uns stabile und gut abwischbare Stühle und Tische spenden möchte, meldet sich bitte per E-Mail an lukas.lehmann@kieler-anker.de bei mir.«

Was auch immer sich verändert: Die Grundhaltung bleibt. Egal ob Trinkraum des Kieler Ankers oder HEMPELS-Vereinscafé, ob alte Inneneinrichtung oder brandneues Interieur – im »Sofa« in der Kieler Schaßstraße ist jede und jeder willkommen.

Werben in HEMPELS: Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

Kontakt bei HEMPELS:
Telefon (04 31) 67 44 94
anzeigen@hempels-sh.de

Infos und Mediadaten:
www.hempels-sh.de/helfen/anzeigen-schalten

HEMPELS
31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein

25 Jahre Café »Zum Sofa« in Kiel – helfen Sie mit einer Spende

»Wir brauchen einen Treffpunkt für die HEMPELS-Familie und eine zentrale Ausgabestelle für das Straßenmagazin, die lange auf hat«: Das konnte man von unseren Kieler HEMPELS-Leuten in den Anfangsjahren häufig hören. Realisiert wurde dieser Wunsch in der Schaßstraße 4, in den Räumen einer ehemaligen Kneipe.
Seit einem Vierteljahrhundert treffen sich hier die HEMPELS-Familie und andere Menschen von der Straße, die eines gemeinsam haben: wenig Geld. Die Preise im »Sofa« sind entsprechend niedrig, einen Verzehrzwang gibt es nicht. Jede und jeder ist willkommen. Das »Sofa« bietet Gesellschaft gegen die Einsamkeit, Schutz, Wärme, Internetzugang, einen Fernseher und ab und zu auch kulturelle Veranstaltungen.
Gegen Zahlung einer kleinen Aufwandsentschädigung leisten laufend rund zehn Menschen ehrenamtliche Tresendienste und regeln die Zeitungsausgabe. Und das an sechs Tagen in der Woche bis in die späten Abendstunden – in denen professionelle Hilfseinrichtungen längst geschlossen haben.

Muck, HEMPELS-Verkäufer und Besucher im Café »Zum Sofa«:
Das Café »Zum Sofa« muss bleiben! Die sozialen Kontakte sind unverzichtbar. Für Menschen von der Straße ist es zum Beispiel echt wichtig, Informationen zu bekommen, was Wohnungssuche oder Ähnliches betrifft. Aber genauso der nette Austausch mit Menschen, die einem auf Augenhöhe begegnen und nicht von oben auf einen herabschauen. Außerdem bekomme ich hier auch das Straßenmagazin HEMPELS. Im selben Haus gibt es einen Mittagstisch und Sozialberatung, auch wichtig! Und natürlich ist es ein Punkt, dass der Kaffee hier nur 50 Cent kostet. Wo sonst können wir uns ins Warme setzen und zu dem Preis einen Pott Kaffee bekommen? Nur im »Sofa«!



Protokoll und Foto: Alexander Hertz-Kleptow

Die Herausforderung

Die Preise für die Bewirtschaftung der Räume und für den Wareneinkauf steigen bei gleichzeitig immer größer werdender finanzieller Not vieler Menschen. Öffentliche Förderungen fließen für dieses Selbsthilfeprojekt nicht.

Unsere Bitte

Unterstützen Sie das Café »Zum Sofa« und tragen Sie damit zum Erhalt dieses wichtigen und einzigartigen Angebots bei. Der Café-Betrieb ist gemeinnützig, Ihre Spende abzugsfähig.

Spendenkonto HEMPELS e. V. bei der Förde Sparkasse, Stichwort: »Sofa«
IBAN: DE66 2105 0170 1004 0834 14, BIC: NOLADE21KI

Nähere Auskünfte gibt Ihnen gerne unsere Geschäftsführerin Vera Ulrich, Tel.: (0431) 67 44 94

»Schöner Schein«

Für viele Reiselustige ist eine Kreuzfahrt erschwinglich geworden. Die miesen Arbeitsbedingungen der Menschen, die ihre Träume wahr werden lassen, bleiben meist verborgen

TEXT: ULRICH JONAS, FOTO: JAN KRÜTZFELDT

Der jüngste Hilferuf hat ihn per WhatsApp erreicht, sagt Hamani Amadou. Die Nachricht stamme von einer mittelamerikanischen Barkeeperin, die seit zehn Jahren auf Kreuzfahrtschiffen arbeite, für immer dieselbe Reederei. Die Frau, erzählt der Gewerkschafter, ist nach einem Heimaturlaub auf dem Weg zum Flughafen gewesen, um ihr nächstes Schiff zu erreichen. Da habe sie, ebenfalls per WhatsApp, die Nachricht erhalten, dass sie gekündigt sei – »ohne jeden Grund!«

»Viele lesen nicht mal ihren Arbeitsvertrag und wissen nicht, dass es eine Gewerkschaft gibt«

Hamani Amadou hört oft solche Geschichten. An diesem März-Nachmittag ist der 58-Jährige per Videotelefonat zu sprechen. Er meldet sich aus Cebu, einer Stadt auf den Philippinen, wo er Seeleute in einem Seminar über ihre Rechte aufklärt. »Viele lesen nicht mal ihren Arbeitsvertrag und wissen nicht, dass es eine Gewerkschaft gibt«, sagt Amadou, der seit 14 Jahren für die Internationale Transportarbeiter-Föderation (ITF) arbeitet.

7-Tage-Woche, Schichten bis zu 14 Stunden am Stück, miserable Löhne, kurze Vertragslaufzeiten, fehlende soziale Absicherung, sexuelle Belästigungen und kaum Landgang: Um diese Themen geht es nicht, als Hamburgs Wirtschaftssenatorin Melanie Leonhard (SPD) wenige Tage zuvor medienwirksam den Boom der Branche gefeiert hat. Das Kreuzfahrtgeschäft habe »großes Potenzial für Hamburg«, sagte die Politikerin im neu eröffneten Terminal in der Hafencity: »… für die Gastronomie, die Hotellerie, den Einzelhandel und den Arbeitsmarkt«. Die Zahlen geben ihr Recht: Mehr als 1,4 Millionen Menschen haben Hamburg vergangenes Jahr im Zuge einer Kreuzfahrt besucht – so viele wie nie zuvor. Ein Ende des Wachstums ist laut Branche nicht in Sicht.

Den Preis des Booms zahlen viele der Menschen, die auf den Schiffen arbeiten. Manche würden neun Monate lang ausschließlich nachts arbeiten, in einigen Crews hießen sie deshalb »Nighties«, berichtet Katharina Bothe. Die Kulturwissenschaftlerin vom Deutschen Schifffahrtsmuseum Bremerhaven forscht zu den Arbeitsbedingungen in der Kreuzfahrt und hat viele Interviews, auch mit Seeleuten, geführt. Viele Beschäftigte stammten aus Ländern wie Indien oder von den Philippinen – vor allem jene, die Kabinen reinigen oder Gemüse schnippeln. Sie seien auf ihren oft kargen Lohn angewiesen und würden nicht aufbegehren, selbst wenn die Bedingungen schlecht sind: »Die Leute kündigen lieber selbst, wenn sie sich ungerecht behandelt fühlen, als dass sie das irgendwo melden würden«, sagt Bothe. Bezahlt werde »entlang ethnischer Ungleichheiten«, erklärt die Forscherin: »Jemand aus Kenia bekommt für den gleichen Job nur ein Drittel oder die Hälfte von dem, was ein Europäer verdient.« Möglich sei das, weil die Reedereien ihre Schiffe ausgeflaggt haben: Sie lassen sie unter der Flagge eines Landes mit schlechterem Arbeitsrecht fahren.

»Die Leute kündigen lieber selbst, wenn sie sich ungerecht behandelt fühlen«

Schon lange trägt kein Hochseekreuzfahrtschiff mehr die deutsche Flagge. Das gilt auch für Flotten deutscher Reedereien, die den Hamburger Hafen anlaufen oder von hier starten. Warum etwa die Schiffe der Hamburger Kreuzfahrtgesellschaft Tui Cruises unter maltesischer Flagge fahren, beantwortet die Pressestelle des Unternehmens dem Hamburger Straßenmagazin Hinz&Kunzt nicht, sondern verweist allgemein auf internationale Arbeitsschutzabkommen und Tarifverträge.



Der Leuchtturm Friedrichsort an der engsten Stelle der Kieler Förde. Wie Hamburg ist auch die schleswig-holsteinische Landeshauptstadt ein bedeutender Anlaufpunkt für den Kreuzfahrttourismus.

Mithilfe sogenannter Billigflaggen sparen Reedereien laut Wissenschaftlerin Bothe nicht nur Steuern ein, sondern können auch leichter niedrige Gehälter zahlen. »Gerade Lohnkosten sind im globalen Wettbewerb in der Schifffahrt ein großer Faktor.« Was verdienen die am schlechtesten bezahlten Angestellten mindestens pro Stunde? Eine konkrete Antwort darauf gibt keines der Kreuzfahrtunternehmen, die Hinz&Kunzt danach fragt. Tui Cruises erklärt, die GmbH arbeite mit »unterschiedlichen Arbeitgebern« zusammen. Die Subunternehmen würden »mit der verantwortlichen Gewerkschaft in individuellen Tarifverträgen« Löhne und Arbeitsbedingungen aushandeln: »Die Gehälter liegen über dem Branchendurchschnitt.« Aida Cruises verweist auf ein »ausbalanciertes Gehaltssystem« und führt aus: »Wie es in der internationalen Seefahrt als auch in anderen internationalen Wirtschaftsunternehmen üblich ist, orientiert sich das Gehaltsniveau an den Lebenshaltungskosten der Heimatländer der Mitarbeiter.«

Kreuzfahrt mit gutem Gewissen?

Fachleute sind sich einig: Eine Kreuzfahrt zu buchen, bei der man sicher weiß, dass alle Beschäftigten an Bord fair entlohnt und behandelt werden, ist unmöglich. Wissenschaftlerin Bothe empfiehlt, sich vorab über Internetauftritte der Unternehmen zu informieren, an Bord auch mal das Gespräch mit Beschäftigten zu suchen und nicht beim Trinkgeld zu sparen. UJO

Der Kontakt zu Beschäftigten gestaltet sich schwierig. Die Seemannsmission empfiehlt einen Besuch ihrer »Seafarers' Lounge« in Steinwerder, wo Seeleute sich mit Lieblings-Nahrungsmitteln eindecken oder telefonieren, wenn ihr Schiff im Hafen liegt. Doch scheitert der vereinbarte Termin an bemerkenswerten Forderungen: Da an diesem Tag Beschäftigte eines Aida-Kreuzfahrtschiffs in der Lounge erwartet werden, müsse die Reederei zuvor um Erlaubnis gefragt werden, erklärt die städtische Cruise Gate Hamburg GmbH, der das Gebäude gehört. Ein merkwürdiges Verständnis von Presse- und Meinungsfreiheit offenbart dann auch Aida Cruises. Deren Sprecher erklärt per Mail: »Wir können Ihre Anfrage ausschließlich in Verbindung mit der vorherigen Zusendung des finalen Textes sowie der Aida-Zitate unterstützen.« Berichterstattung vom Wohlwollen einer Reederei abhängig zu machen, kommt für Hinz&Kunzt jedoch nicht infrage.

Lisa Pohl (Name geändert, Red.) hat als 18-Jährige acht Monate lang als Animateurin auf deutschen Kreuzfahrtschiffen gearbeitet. Die Hamburgerin schließt nicht aus, künftig noch mal dort zu jobben, deshalb will sie ihre Identität schützen. Durchschnittlich zehn Stunden lang habe sie täglich gearbeitet, erzählt sie Hinz&Kunzt, bis zu drei Monate am Stück, sieben Tage die Woche. 1750 Euro brutto monatlich habe sie dafür bekommen, bei freier Unterkunft und Verpflegung und zehn Urlaubstagen pro Monat, die sie während der Zeit an Bord nicht nehmen konnte und die daher hinterher ausbezahlt wurden. Das ergibt einen Stundenlohn von nicht mal 8 Euro. »Mir wurde vorher gesagt, dass der deutsche Mindestlohn auf dem Schiff nicht gilt«, sagt Lisa Pohl. »Aber mir war nicht klar, wie anstrengend dieser Job ist.« Bis 1 Uhr nachts habe sie manchmal gearbeitet, um morgens um 9 Uhr die nächste Schicht zu beginnen. Rund um die Uhr habe sie ein Handy mit sich getragen, das ihr der Chef am ersten Tag mit den Worten in die Hand gedrückt habe: »Du musst Tag und Nacht erreichbar sein.«

Für die Abiturientin, die gerne reisen wollte, ohne viel Geld auszugeben, war der Job rückblickend trotzdem gewinnbringend. Auch weil sie an Bord gelernt hat, dass andere Menschen unter völlig anderen Voraussetzungen in der Kreuzfahrt arbeiten. Mehr als die Hälfte der Crewmitglieder stammten aus asiatischen Ländern. »Viele würden gerne zu Hause bei ihren Familien arbeiten«, hat Lisa Pohl erzählt bekommen. »Aber das Einkommen dort reicht einfach nicht aus.« Sie fragt für Hinz&Kunzt einen früheren Arbeitskollegen, was nichteuropäische Beschäftigte heutzutage verdienen, zum Beispiel im Service. Seine Antwort: 700 bis 900 Euro pro Monat.

»Viele würden gerne zu Hause bei ihren Familien arbeiten«

Wenn Gewerkschafter Hamani Amadou mit Reedereien spricht, hört er oft: Wenn das Personal teurer wird, wird auch die Kreuzfahrtreise teurer. Dann habe man weniger Kunden und die Konkurrenz profitiere. »Das ist ein Teufelskreis«, sagt er. Zum Abschluss des Gesprächs hat der ITF-Mann noch eine Botschaft für die Hinz&Kunzt-Lesenden: Sie sollten wissen, »dass die Menschen auf den Schiffen unter wirklich harten Bedingungen arbeiten – und bessere verdienen«.

Freundlicherweise zur Verfügung gestellt vom Hamburger Straßenmagazin Hinz&Kunzt / International Network of Street Papers. Mehr Infos unter: www.itf-org.de

ABGEFAHREN
wenn für das Ehrenamt das Busgeld fehlt.



Kieler Armuts Forum

Der Familienausflug an den Strand oder der Besuch bei den Großeltern. Das Fußballspiel, dass man ehrenamtlich als Schiedsrichterin leitet oder die Kulturveranstaltung, die noch Helfer braucht. Oder der Termin beim Facharzt in der Innenstadt.

Oft ist man auf den Bus angewiesen - und nur wenn Mobilität bezahlbar ist, sind alle dabei.

Deshalb fordert das Kieler Armutsforum als breites Bündnis von Menschen in Armut und von Organisationen, dass ein **Kiel-Ticket** für Menschen mit wenig Geld eingeführt wird.

Unterschreiben Sie noch bis Ende September:
openpetition.org/plwdr
Und sprechen sie drüber und teilen den Link!

UNSERE FORDERUNG
Die Landeshauptstadt Kiel soll ein "Kiel-Ticket" einführen, das Menschen mit geringem Einkommen ermöglicht, den ÖPNV zu nutzen. Es soll den Empfangsberechtigten der Kiel-Karte, des Seniorenpasses und des Kiel-Passes angeboten werden und ihnen ermöglichen, sich in das gesellschaftliche Leben in ganz Kiel einzubringen.

Das Kiel-Ticket wird u.a. unterstützt von:
Kieler Anker · stadt.mission.mensch · Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V. · Viele Wege ein Ziel · JGKuR · ZSL Nord e.V. · Karl-Heinz-Howe-Simon-Fiedler-Stiftung · HEMPELS · Groschen Drehen · Verband alleinerziehender Mütter und Väter · tafel kiel · AWO Kiel · Kieler Fenster · 100 Jahre in Kiel ASB · Caritas im Norden



Eine Hin- und Rückfahrt kostet so viel wie einem pro Tag für Essen und Trinken in der Grundsicherung zustehen.

ABGEFAHREN
wenn man die Wahl zwischen Essen und Bus hat.

Das Kiel-Ticket schafft bezahlbare Mobilität - für mehr Teilhabe in Kiel.
Unterstützen Sie das breite Bündnis dafür!

www.kieler-armutsforum.de
@kieler_armutsforum

Mehr Demokratie im Internet

Die Initiative »Save Social – Networks For Democracy« fordert die Stärkung offener, alternativer Netze im digitalen Raum. Die Big-Tech-Plattformen würden die Meinungs- und Informationsfreiheit gefährden

TEXT: MARCEL MAACK (EPD), FOTO: JOHANNES WULF

Die Initiative »Save Social – Networks For Democracy« sieht das Grundrecht auf Meinungs- und Informationsfreiheit und damit die Demokratie in Gefahr. Zunehmend mehr Kommunikation finde auf wenigen Big-Tech-Plattformen statt, und diese würden entscheiden, »wer wann was wo sieht«, sagt »Save Social«-Geschäftsführer Björn Staschen im Gespräch mit dem Evangelischen Pressedienst (EPD) in Hamburg. »Save Social« will das Internet wieder demokratischer machen. Die Initiative trete für die Stärkung offener, alternativer Netze ein. Zudem fordere sie, dass großen Plattformen die Privilegien genommen werden.

»Immer mehr Kommunikation verlagert sich auf einige wenige Plattformen im digitalen Raum, die von Konzernen in den USA und China geregelt werden«, sagt Staschen. Die Plattformen legten alles darauf an, Gewinne zu maximieren oder das Weltbild ihrer Gründer zu verbreiten. »Das führt dazu, dass Debatten im digitalen Raum nur stark polarisiert geführt werden und wir die Regeln für unser demokratisches Gespräch im digitalen Raum nicht mehr selbst bestimmen«, beobachtet Staschen.

Gegründet wurde »Save Social« im August vergangenen Jahres. Vorausgegangen sei eine Petition, die innerhalb kurzer Zeit über 260.000 Menschen unterzeichnet hätten. »Wir treten für die Stärkung offener, alternativer Netze ein«, sagt Staschen. Er nennt als positives Beispiel Mastodon, ein Dienst, der ähnlich wie X Microblogging ermöglicht. »Mastodon ist Teil eines Netzwerkes, das Fediverse heißt«, erläutert Staschen.

Das Problem sei, dass für derartige Alternativen viel zu wenig Geld zur Verfügung stehe. »Während in Apps wie Instagram oder TikTok sehr viel Entwicklungsgeld geflossen ist und fließt, werden die offenen Plattformen häufig nach Feierabend von Freiwilligen entwickelt. David gegen Goliath sozusagen«, sagt Staschen. »Hier braucht es ein Gleichgewicht.«

Nach Staschens Ansicht werden die alternativen, offenen Netze »nur dann eine Chance haben, wenn wir den Big-Tech-Plattformen ihre Privilegien nehmen«. Monopole nutzten etwa »ihr Privileg aus, auf ihren Plattformen Internet-Links nach außen in Sichtbarkeit und Reichweite abwerten zu können«. Hier sei die Politik gefordert.

Einmal im Monat ruft »Save Social« zum »Digital Independence Day« auf. Menschen sollen an dem Tag zu einem alternativen Dienst wechseln. Das gelte für soziale Netzwerke ebenso wie für Messenger, Suchmaschinen oder den Buchhandel. »Es geht um digitale Souveränität in allen Lebensbereichen«, betont Staschen.

»Dann sehe ich unsere Demokratie in großer Gefahr«

Der »Save Social«-Geschäftsführer sieht Eile geboten. Wenn nicht »alle gemeinsam schnell« etwas gegen die Big-Tech-Plattformen tun, »dann sehe ich unsere Demokratie in großer Gefahr«, sagt Staschen. Er glaubt, dass es gelingen wird, die Macht der großen Plattformen zu brechen.

Mehr Infos über »Save Social – Networks For Democracy« unter: www.savesocial.eu



»Es geht um digitale Souveränität in allen Lebensbereichen«, sagt »Save Social«-Geschäftsführer Björn Staschen.

HEMPELS VERKAUFEN

Etwa 240 Frauen und Männer verkaufen derzeit HEMPELS in großen und kleinen Städten Schleswig-Holsteins. Seit der Erstausgabe 1996 boten über 1.600 Menschen unser Straßenmagazin an: Für viele war es die Chance, wieder Anker zu werfen in einem »normalen« Leben.

HEMPELS wird von Menschen verkauft, die sich in materiellen oder sozialen Schwierigkeiten befinden. Das können auch Rentnerinnen und Rentner mit Grundsicherung sein. Besonders außerhalb Kiels haben wir noch freie Verkaufsplätze.

WENN DU DIR VORSTELLEN KANNST, AUCH HEMPELS ZU VERKAUFEN,
SCHREIBE UNS EINE E-MAIL AN VK-BETREUUNG@HEMPELS-SH.DE
ODER MELDE DICH TELEFONISCH UNTER (04 31) 67 44 94.

HEMPELS
31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein



Eine starke Gemeinschaft

Wir sind ein Sozialverband mit über 180.000 Mitgliedern in Schleswig-Holstein, der für soziale Gerechtigkeit kämpft. Wer uns unterstützt, hilft berechtigte Ansprüche von Benachteiligten durchzusetzen. Der SoVD streitet aber nicht nur mit Widersprüchen und Klagen für die Schwächeren – die Ortsverbände organisieren auch Treffen, Feiern, Ausflüge und Bewegungsangebote.

Jetzt Mitglied werden unter www.sovd-sh.de oder per Telefon 0431 65 95 94-0.

Sozialverband Deutschland
Landesverband Schleswig-Holstein

SOVD

Wechselbad der Gefühle

Impulsive Kolleg/innen, launische Partner/innen: Im Alltag prallen wir immer wieder auf Menschen, die ein wenig sprunghaft sind. Maria Trigler, klinische Psychologin, Psychotherapeutin und Vorsitzende des Salzburger Landesverbandes für Psychotherapie, erklärt, wann Stimmungsschwankungen normal sind, wann sie gefährlich werden und wie wir uns selbst schützen

INTERVIEW: SANDRA BERNHOFER, FOTO: PRIVAT

Frau Trigler, müssen wir jede Stimmung anderer Menschen aushalten?

Aushalten ist ein starkes Wort. Positive Stimmungen halten wir ja meist gern aus – die sind ansteckend. Bei negativen ist das etwas anderes. Entscheidend ist, was für uns selbst gesund und tragbar ist. Und das ist sehr individuell und hängt stark von sozialen Prägungen und Glaubenssätzen ab, aber auch vom Kontext: Ist die Person eine Fremde, die mir nur kurz begegnet? Ist es ein Kollege? Oder jemand aus der Familie? Und vor allem: Welche Möglichkeiten beziehungsweise kommunikativen Fähigkeiten habe ich? Kann ich Abstand nehmen, etwas ansprechen, Feedback geben?

Bis zu welchem Grad sind Stimmungsschwankungen »normal«?

Stimmungsschwankungen sind erst einmal völlig normal. Gerade in Übergangsphasen reagieren wir mit stärkeren Emotionen: in der Pubertät, bei der ersten großen Liebe, nach der Geburt eines Kindes oder beim Eintritt in die Pension. Auch hormonelle Veränderungen können eine Rolle spielen. Und schwere Verluste sowieso: Trauer braucht Zeit. Früher haben wir vom Trauerjahr gesprochen, weil es nun einmal ein ganzes Jahr braucht, um alle Feste und Jahrestage allein gemeistert zu haben. So etwas braucht Anpassungsleistung und ist sehr individuell von verschiedenen Faktoren abhängig.

Wann wird Wechselhaftigkeit zu etwas, das man ernsthaft pathopsychologisch einordnen sollte?

Der Übergang von »normal« zu »behandlungsbedürftig« ist tatsächlich fließend. Wichtig ist die Frage: Sind die Stimmungsschwankungen nachvollziehbar, also an konkrete Auslöser geknüpft? Oder kommen sie scheinbar aus heiterem Himmel? Und wie gut gelingt es mir, mich wieder zu stabilisieren? Wenn Gefühle extrem werden, sehr lange anhalten oder das Leben massiv beeinträchtigen, dann sprechen wir nicht mehr von normalen Höhen und Tiefen, wie sie etwa in einer Verliebtheitsphase vorkommen. Zum Vergleich: Eine unbehandelte bipolare Störung kann im schlimmsten Fall mein Leben ruinieren, wenn ich etwa in der Manie plötzlich fünf Autos kaufe oder in der Depression meinen Job verliere.

Wie sehr ist unsere Vorstellung von psychischer Gesundheit eigentlich vom Anspruch geprägt, immer stabil, leistungsfähig und funktionstüchtig sein zu müssen?

Wenn wir über psychische Gesundheit sprechen, geht es leider immer noch viel zu oft um Defizite – also darum, was »nicht stimmt«. Aber was es eigentlich heißt, psychisch gesund zu sein, davon haben wir als Gesellschaft kaum eine Vorstellung. Psychische Gesundheit bedeutet nicht nur, stabil zu sein, leistungsfähig und dass man in sozialen Beziehungen gut zurechtkommt, sondern auch, bewusst annehmen zu können, was man nicht ändern kann. Es geht also darum, den Blick zu verschieben: weg vom Defizit, hin zu dem, was Menschen stark, widerstandsfähig und lebensfähig macht. Ressourcenorientiert. Und dabei müsste man sehr früh ansetzen – in der Elternberatung oder bei den sozialen Netzwerken, in denen Kinder aufwachsen.

Warum kommen manche Menschen erstaunlich gut mit emotional wechselhaften Personen zurecht, während sich andere regelrecht an ihnen aufreiben?

Wer in der frühen Kindheit verlässliche Bezugspersonen erlebt hat, entwickelt meist ein stabiles inneres Fundament und kann Stimmungsschwankungen anderer gelassener wahrnehmen, ohne sich sofort davon mitreißen zu lassen. Wer sich dagegen ständig anpassen musste, um in

seinem Umfeld sicher zu sein, reagiert oft sensibler auf Unberechenbarkeit. Am Ende kommt es also weniger auf die Launen der anderen an, sondern darauf, wie stark meine eigenen Ressourcen und Grenzen sind.

Was ist, wenn ich ein solches stabiles inneres Fundament nicht mitbekommen habe?

Resilienz kann man zu einem gewissen Grad lernen. Man kann lernen, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, aus einer Opferrolle herauszukommen, den Blick auf die positiven Dinge zu richten. Entscheidend ist zu wissen: Was tut mir gut? Was beruhigt mich? Was gibt mir Sinn? Und dann diese Strategien auch wirklich im Alltag zu nutzen. Wer lernt, die eigenen Stimmungen wahrzunehmen und zu regulieren, kann Gelassenheit und innere Stabilität Schritt für Schritt aufbauen – und wird damit deutlich weniger anfällig für psychische Krisen. Denn psychische Erkrankungen sind oft Stresserkrankungen. Je resilienter ich bin, desto mehr psychische Problematiken kann ich abwenden. Die Kauai-Studie aus Hawaii hat eindrucksvoll gezeigt: Selbst Kinder, die unter schwierigen Bedingungen aufgewachsen sind, konnten eine erstaunliche Widerstandskraft entwickeln, wenn sie denn Ziele haben, ein unterstützendes Umfeld, verlässliche Bezugspersonen außerhalb der Familie, etwa engagierte Lehrkräfte oder andere Erwachsene, die Halt und Anerkennung geben. Auch die Peergroup oder das soziale Umfeld am Arbeitsplatz können für eine »Nachbeelterung« sorgen.

Was macht den Arbeitsplatz zu einem Umfeld, in dem zwischenmenschliche Unwägbarkeiten besonders schnell für Stress sorgen?

Der Arbeitsplatz ist ein besonderer Ort, weil wir dort nicht nur zusammenarbeiten, sondern immer auch in Beziehungen stehen. Und das meist in klaren Hierarchien, die grundsätzlich ja einen Sinn haben, etwa im Krankenhaus, wo es auf rasche Entscheidungen ankommt. Aber wenn Hierarchiestufen übersprungen werden – sei es aus Antipathie oder weil die Unterstützung »von weiter oben« leichter verfügbar ist –, gerät das System ins Wanken. Wo Hierarchie im Spiel ist, geht es schnell nicht mehr nur um die Sache, sondern immer auch um Erwartungen, Zuständigkeiten und Macht. Außerdem sieht man sich täglich wieder, kann nicht einfach ausweichen. Konflikte schaukeln sich deshalb leicht hoch. Und plötzlich wird aus einer Kleinigkeit, etwa der Diskussion um die Kaffeesorte, ein Beziehungsthema.



Kommunizieren können, aktiv zuhören und sich in den anderen hineinversetzen hält Psychologin Maria Trigler für Schlüsselfaktoren, um Konflikte zu lösen.

Wie finde ich einen gesunden Umgang mit unberechenbaren Kolleg/innen?

Am Ende hängt viel von uns selbst ab: Reagiere ich auf jede Kleinigkeit? Fühle ich mich schnell persönlich angegriffen? Oder kann ich zwischen Sach- und Beziehungsebene unterscheiden – und vielleicht auch sehen, wenn der nervtötende Kollege gute Arbeit leistet? Wichtig ist außerdem zu wissen, wie belastbar ich bin, wo meine Grenzen liegen und wie viel Frust ich aushalten kann. Wer versucht, es allen recht zu machen, lässt leichter zu, dass die eigenen Grenzen verschoben werden. Auf Dauer kann das in Überengagement oder Burn-out enden.

Was kann ich also selbst aktiv beitragen, um Konflikte zu lösen?

Um Konflikte gut zu lösen, braucht man gar nicht so wenige Persönlichkeitsfaktoren: kommunizieren können, aktiv zuhören, sich in den anderen hineinversetzen. Und bereit sein, gemeinsam nach Lösungen zu suchen statt nach Schuldigen. Manchmal hilft die ehrliche Frage: Muss ich diesen Konflikt wirklich austragen – oder kann ich ihm bewusst weniger Bedeutung geben? Gleichzeitig gilt: Je früher man einen Konflikt klärt, desto besser. Was harmlos beginnt, kann sich zu einem Neverending-Thema auswachsen, bei dem am Ende beide Parteien verlieren.

Freundlicherweise zur Verfügung gestellt von der Salzburger Straßenzeitung Apropos / International Network of Street Papers

Kostenlose medizinische Hilfe in Schleswig-Holstein

PRAXEN OHNE GRENZEN:

Infos zum bundesweiten Netzwerk unter: www.gesundheit-ein-menschenrecht.de

Bad Segeberg
Kirchplatz 2
Telefon: (0 45 51) 95 50 27
Sprechstunde: mittwochs,
15 bis 17 Uhr

Flensburg
Gesundheitshaus
(Eingang über Parkplatz Herrenstall)
Norderstraße 58
Telefon: (0151) 57 49 27 55
Sprechstunde: montags und
donnerstags, 14:30 bis 16 Uhr

Husum
Markt 10-12 (Einhorn-Passage)
Telefon: (0 48 41) 905 68 91
Sprechstunde: mittwochs,
15 bis 17 Uhr

Kiel
»Augenarzt am Dreiecksplatz«
Holtenauer Straße 1
PD Dr. med. Stefan Koinzer & Team.
Menschen ohne Versicherung können vor Ort einen Termin vereinbaren.
Infos unter www.augenarzt-am-dreiecksplatz.de

Preetz
Diakonisches Werk Preetz
Am Alten Amtsgericht 5
Telefon: (0 43 42) 7 17 0
Mittwochs, 15 bis 17 Uhr

Rendsburg
Moltkestraße 1
Telefon: (0 15 77) 5 88 57 55
Sprechstunde: mittwochs, 16 bis 17 Uhr; donnerstags, 10 bis 11 Uhr

Stockelsdorf
Marienburgstraße 5
Telefon: (04 51) 88 19 18 55
Sprechstunde: freitags,
15 bis 17 Uhr

MEDIBÜROS:

Kiel
ZBBS
Sophienblatt 64
Telefon während Sprechstunde:
(0 15 77) 1 89 44 80
Dienstags, 15:30 bis 17:30 Uhr

Lübeck
AWO-Integrationscenter
Große Burgstraße 51
Telefon: (0 15 77) 933 81 44
Sprechstunde: montags,
16:30 bis 18 Uhr

Neumünster
AWO-Integrationscenter
Göbenplatz 2
24534 Neumünster
Telefon: (0 43 21) 4 89 03 20
Mittwochs, 15 bis 17 Uhr

WEITERE SPRECHSTUNDEN:

Flensburg
»Treppe«
Heiligengeistgang 4-8
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
ab 10:30 Uhr; nur für Frauen

Lübeck
Gesundheitsmobil
Sprechstunde an fünf Tagen in der Woche an elf verschiedenen Orten in Lübeck, Fahrplan online auf www.gesundheitsmobil.org oder telefonisch: (04 51) 5 80 10 23

Lübeck
Gesundheitsstation
Sprechstunde mit dem Team des Gesundheitsmobils. Mit Geräten zur genaueren Diagnostik.
Haus der Diakonie, Mühlentorplatz
Mittwochs, 9 bis 11 Uhr

Kiel
Tagestreff & Kontaktladen
Schaßstraße 4
Ärztin Alexandra Raddatz und Arzt Dr. Hendrik Schenke vom Medizinischen Zentrum Altenholz
Mittwochs, 10 bis 12 Uhr

Landesweit
Zahnmobil von Diakonie Altholstein und UKSH
Zahnmedizinische Versorgung immobiler sowie wohnungsloser Menschen – u. a. in Bad Segeberg, Flensburg, Husum, Kiel, Neumünster und Rendsburg
www.diakonie-altholstein.de/unterstuetzung-bei-krankheit-und-im-alter/zahnmobil

ALLE EINRICHTUNGEN SIND AUF DIE UNTERSTÜTZUNG DURCH SPENDEN ANGEWIESEN

Menschen in Not helfen – HEMPELS bittet um Spenden

GELD SPENDEN
Für unsere Arbeit zugunsten wohnungsloser und bedürftiger Menschen benötigen wir Ihre Unterstützung.
Bitte spenden Sie dafür auf unser Konto: HEMPELS e. V.,
DE66 2105 0170 1004 0834 14

KONTAKT
HEMPELS e. V.
Schaßstraße 4, 24103 Kiel
+49 (0)431 67 44 94
verwaltung@hempels-sh.de
www.hempels-sh.de

HERZLICHEN DANK
Wenn die Not am größten ist, müssen auch Nächstenliebe und Solidarität wachsen.

SPENDEN MIT WENIGEN KLICKS!
Öffnen Sie Ihre Banking-App und scannen Sie diesen Code, dann müssen Sie nur noch einen Betrag festlegen – schon haben Sie HEMPELS mit Ihrer Spende geholfen.

Bitte helfen und spenden Sie

HEMPELS e. V.
DE66 2105 0170
1004 0834 14

Tortilla-Chips-Schichtsalat

von Asmen Dogan



Bild: Mit KI generiert

Für 4 Personen:

- 100 bis 150 g Tortilla-Chips
- 500 g passierte Tomaten
- 1 Dose Kidneybohnen (ca. 250 g Abtropfgewicht)
- 1 bis 2 Zwiebeln
- 200 g Streukäse
- 1 Dose Mais (ca. 150 g Abtropfgewicht)
- 600 g Schmand
- 1 Kopfsalat
- 1 Gurke
- Gewürze: Salz, Pfeffer, Zucker, Gemüsebrühe, Chili, Cayennepfeffer und Basilikum
- Öl



Foto: Georg Meggers

Ich bin Asmen und studiere Politikwissenschaft und Empirische Kulturwissenschaft an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. Während eines Praktikums bei HEMPELS habe ich für die »SH *fast* ohne Kohle«-Ausgabe eine Route durch Kiel beschrieben. Und ich werde ab dieser September-Ausgabe als feste Kolumnistin die HEMPELS-Buchtipps verfassen, die Sie immer auf Seite 32 finden. Lesen ist für mich ein Ruhepol – und hoffentlich inspirieren meine Beiträge dazu, Bücher zu entdecken, zu denen man sonst vielleicht nicht gegriffen hätte!

Für meinen Rezepttipp zunächst Zwiebeln mit etwas Öl glasig anbraten. Dann Kidneybohnen mit Gewürzen und passierten Tomaten dazugeben. Die Gurke würfeln und den Kopfsalat in mundgerechte Stücke schneiden. Außerdem den Schmand nach Geschmack würzen. Nun geht es ans Schichten: Dafür das Tomatengemisch in einen Glasbehälter füllen und darauf den Salat, die Gurke und die Schmandcreme verteilen. Anschließend den Käse und den Mais darübergeben. Den Salat erst kurz vor dem Servieren mit den Tortilla-Chips toppen, damit diese nicht durchweichen. Der Schichtsalat lässt sich auch gut einen Tag im Voraus vorbereiten – die Chips einfach separat aufbewahren.

ICH WÜNSCHE GUTEN APPETIT!

Zugehört

»You Seem Pretty Sad for a Girl So in Love«
Olivia Rodrigo

Olivia Rodrigo hat keine Lust mehr, das ewige Teenager-Mädchen zu geben. Auf ihrem dritten Album »You Seem Pretty Sad for a Girl So in Love« klingt sie erwachsener – zum Glück nicht vernünftiger. Statt Hochglanz-Pop serviert sie schrammelige Gitarren, 90er-Vibes und Melodien. Klassische Lovesongs? Fehlanzeige.

Das Album lebt von Brüchen. Gerade wenn man glaubt, jetzt komme die nächste kalkulierte TikTok-Hymne, biegt Rodrigo scharf ab. Mal klingt sie rotzig, mal verletzlich, dann wieder so, als würde sie ihre eigenen Zweifel mit voller Absicht vor sich hertragen. Das ist kein Jammern auf Popstar-Niveau, sondern erstaunlich präzises Songwriting über die Zumutungen des Erwachsenwerdens.

Natürlich ist nicht jeder Song ein Volltreffer. Einige Nummern verlieren sich etwas in ihrer Melancholie. Aber selbst dort bleibt Rodrigo interessanter als viele Kolleginnen und Kollegen, die Emotionen nur noch in Streaming-Minuten messen.

Wer bei Popmusik Ausschlag bekommt, wird vermutlich auch hier nicht bekehrt. Alle anderen erleben eine Künstlerin, die sich gerade erfolgreich aus ihrer eigenen Schublade befreit. Und das ist deutlich spannender, als zum dritten Mal über denselben Ex zu singen. Mein Superhit auf dem Album: Der Song »What's Wrong With Me«, den sie mit Robert Smith, dem Frontmann von The Cure, singt. Hier denkt ihr euch jetzt ganz viele Herzchen-Emojis von mir dazu!



MUSIKTIPP
VON MICHAELA DRENOVAKOVIC

Durchgelesen

»Mama, bitte lern Deutsch«
Tahsim Durgun

In dieser Autobiographie erzählt Tahsim Durgun, ein jesidisch-kurdischer Deutscher, der als zweites von vier Kindern in einem Plattenbau in Oldenburg (Niedersachsen) aufgewachsen ist, offen und ungefiltert von seiner Kindheit. Bekannt wurde er vor allem durch seine Videos in den sozialen Netzwerken, allen voran Clips mit seiner Mutter und ihrer liebevollen Bezeichnung für Hefe: »Hifa.«

Mit viel Witz, aber auch tiefer Wärme nimmt er die Leserschaft mit in eine Kindheit voller Fragen und Hürden. Er schildert, wie er schon als Kleinkind bei Behördengängen als Übersetzer für seine Eltern einspringen musste, und zeichnet dabei ein ehrliches Bild von den diskriminierenden und rassistischen Begegnungen, die seine Mutter im Alltag und bei Ämtern ertragen musste. Er beschreibt, wie das Fehlen der deutschen Sprache seiner Mutter ihn von klein auf prägte, wie er nicht nur Scham empfand, sondern sich gleichzeitig verpflichtet fühlte, sie zu schützen und so zu ihrer Stimme wurde. Für ihre Kinder begegnete sie der Welt mit Liebe, wo andere längst aufgegeben hätten. »Das Alleinsein ist nicht das Problem, mein Sohn. Deine Mutter ist gut darin … Diese Wohnung, dieser Block ist mein Berg. Er gibt mir Schutz, aber er kann mir kein Deutsch beibringen.«

Dieses Buch ist eine Hommage an alle Mütter, die alles für ihre Kinder geben und an alle Kinder, »die ihre eigenen Träume kleinhalten, damit ihre Mütter eines Tages größer träumen können.«



BUCHTIPP
VON ASMEN DOGAN
STUDENTIN DER CAU ZU KIEL
UND HEMPELS-PRAKTIKANTIN

Angeschaut

»Insekten – Helden im Verborgenen«
Nepomuk Pfaff

Mal liebt man sie, weil sie für Honig sorgen, und schon hasst man sie wieder, weil sie stechen, beißen oder in den Mozzarella kacken: Insekten. Aber wissen Sie, dass es sie schon rund 500 Millionen Jahre gibt? Sie sahen Dinosaurier kommen und gehen, waren die ersten Wesen, die fliegen konnten. Und sorgen ganz nebenbei dafür, dass all die vielen Blüten bestäubt werden und wir dadurch zu leckerem Obst kommen.

Und wie funktioniert das eigentlich mit den Glühwürmchen? Ohne Akku oder Taschenlampen fliegen sie zur Paarungszeit durch die Nacht und leuchten wie verrückt. Wie? Machen? Die? Das? Und das größte Wunder überhaupt: Eine langsam kriechende Raupe verpuppt sich eine Weile und heraus kommt ein wunderschöner Schmetterling!

Wie? Geht? Das? Diese Frage kann selbstverständlich nur Gott oder die Evolution beantworten, aber dieser packende Dokumentationsfilm zeigt und beschreibt diese Wunder in faszinierenden Nahaufnahmen und Zeitlupen, begleitet die sechsbeinigen Krabbler und Flugkünstler auf ihren Wegen, spart aber auch nicht die unerfreuliche Wahrheit aus, dass der Mensch das sensible Gefüge der Natur durch immer mehr Monokulturen, Bodenverdichtung und Unkrautvernichter durcheinanderbringt und was einige Landwirte dagegen tun.

Und wissen Sie, was für ein gewaltiges, schier unglaubliches Bauwerk sich UNTER einem Waldameisenhaufen verbirgt? Sie werden es nicht glauben … Und Sie werden nie wieder harmlose Stubenfliegen totpatschen. Versprochen!



FILMTIPP
VON OLIVER ZEMKE

Experten vom Mieterverein zu Mietrechtsfragen

Schade, war grundsätzlich eine gute Idee

Seit einiger Zeit ist es grundsätzlich Pflicht, dass der Vermieter seine Mieter darüber informiert, wie sich deren Verbräuche bei Warmwasser und Heizung entwickeln. In der Heizkostenverordnung steht, dass unter anderem über den Verbrauch des abgelaufenen Monats, den Vergleichsmonat des vergangenen Jahres sowie den Verbrauch des vorletzten Monats informiert werden soll. Dies kann sicherlich hilfreich sein, da bei hohen Verbräuchen nicht erst bei Erteilung der Abrechnung reagiert werden kann, die häufig ja erst mit einem Jahr Verzögerung erteilt wird.

Einige Vermieter haben dies allerdings offenbar als Geschäftsmodell für sich entdeckt. Zwar ist nirgendwo festgelegt, dass Mietende die Informationen in jedem Fall kostenlos erhalten müssen, von einer gewissen Leistung geht man allerdings doch schon aus, wenn man dafür Geld bezahlen soll. Eine Hausverwaltung aus Itzehoe wendete sich an die Bewohner eines von ihr verwalteten Hauses mit einem Anschreiben mit dem Thema »Verbrauchsmitteilung« und folgenden Optionen für die Mietenden:

- Erste Variante: Bei monatlicher Verbrauchsinformation per E-Mail würden Kosten von ca. 8,00 Euro anfallen.
- Zweite Variante: Bei monatlicher postalischer Verbrauchsinformation würden ca. 25,00 Euro anfallen und, Achtung, jetzt kommt's:
- Bei der dritten Variante kann der Mietende vollständig auf den Service der Verbrauchsinformationen verzichten, wobei allerdings Grundservicekosten von 8,00 Euro anfallen würden. Donnerwetter, bezahlen für nichts!



*Expertinnen und Experten des Kieler Mietervereins schreiben zu aktuellen Mietrechtsfragen. Lesen Sie diesen Monat eine Kolumne der Geschäftsführerin **Ann Sophie Mainitz.** Bei Anregungen und Fragen können sich unsere Leser/innen direkt an den Mieterverein wenden. Eine Mitgliedschaft ist erforderlich, Bezieher/innen von Sozialleistungen erhalten einen Beitragsnachlass von 30 Prozent.* **MIETERVEREIN IN KIEL, EGGERSTEDTSTR. 1, TEL.: (04 31) 97 91 90.**

Wichtige Urteile zum Sozialrecht

Bei Grundsicherung ist kein Weiterbewilligungsantrag nötig

Während Grundsicherungsleistungen nach dem SGB II nur für einen bestimmten Zeitraum bewilligt werden und für eine Weiterbewilligung nach Ablauf des Bewilligungszeitraumes stets ein Weiterbewilligungsantrag gestellt werden muss, um auch fürderhin SGB-II-Leistungen zu erhalten, ist dies bei Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem SGB XII nicht erforderlich.

Wurden einem Bezieher von Leistungen nach dem SGB XII also zum Beispiel bis zum 31.07.2026 Leistungen bewilligt und gibt dieser seine Erklärung, dass er auch weiterhin hilfebedürftig ist, erst im September 2026 beim Grundsicherungsamt ab, so sind ihm dennoch auch für den Monat August 2026 Leistungen nach dem SGB XII zu bewilligen.

Begründet hat das Bundessozialgericht (BSG) seine Entscheidung damit, dass der erstmals gestellte SGB-XII-Grundsicherungsantrag nicht auf einen bestimmten Zeitraum begrenzt ist und sich auch aus einer zeitlich befristeten Bewilligung nicht – gleichsam als Kehrseite der Bewilligung – eine Leistungsablehnung für den Zeitraum nach dem Ende der Bewilligung ergibt. Diese gegenüber dem SGB II abweichende Auslegung des Antragserfordernisses erklärt das BSG damit, dass Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem SGB XII regelmäßig dauerhaft zu gewähren sind, weil die Verhältnisse sich nicht mehr ändern: Entweder liegt wegen Krankheit oder Behinderung eine dauerhafte Erwerbsminderung vor oder es ist das Rentenalter erreicht.

Die Entscheidung ist insbesondere für Kieler Grundsicherungsempfänger wichtig, weil die Landeshauptstadt Kiel bei »zu spät« abgegebenen oder auch einmal auf dem Weg zu ihr »verloren gegangenen« Erklärungen zur weiteren Hilfebedürftigkeit für die Monate, die zwischen dem Bewilligungsablauf und dem bestätigten Zugang der Hilfebedürftigkeitserklärung bei ihr liegen, bislang keine Grundsicherungsleistungen bewilligt. (BSG, Urteil vom 29.09.2009, B 8 SO 13/08 R)



*Wir veröffentlichen jeden Monat ein Urteil, das für Bezieher/innen von Bürgergeld sowie anderen Sozialleistungen von Bedeutung ist. Unsere Servicerubrik entsteht in Zusammenarbeit mit dem Kieler **Rechtsanwalt Helge Hildebrandt.** Der Experte für Sozialrecht veröffentlicht unter www.sozialberatung-kiel.de einen Blog.*

»Freue mich auf den Herbst – und auf den HEMPELS-Kalender«

Katharina, 54, verkauft in Kiel unser Straßenmagazin und ab Oktober auch den HEMPELS-Kalender 2027



Unsere Straßenverkäuferin Katharina im Innenhof vor dem HEMPELS-Vereinscafé »Zum Sofa« in der Kieler Schaßstraße.

In meiner 2-Zimmer-Wohnung war es während der Hitzewellen im Sommer kaum auszuhalten. Kein Wunder, denn ich wohne in Kiel-Mitte im Dachgeschoss und habe nur einen ganz kleinen Ventilator. Tagsüber habe ich viel Wasser getrunken und frischen Salat gegessen, das tat gut. Und abends bin ich in einen Park gegangen, um mich abzukühlen.

Weil ich die Sonne nicht so gut vertrage, habe ich an den heißen Tagen nur vormittags HEMPELS verkauft – solange mein Verkaufsplatz vor der Querpassage am Sophienhof noch im Schatten lag.

Wenn ich vom HEMPELS-Verkauf nach Hause komme, schalte ich als erstes mein Radio an. Und ich höre jeden Morgen gleich nach dem Aufstehen Musik. Bei mir läuft immer NDR 1 Welle Nord, weil dort die Lieder gespielt werden, mit denen ich aufgewachsen bin. Zum Beispiel von ABBA oder Marvin Gaye.

Meine Mini-Musikanlage hat mir mein Freund geschenkt, der auch HEMPELS verkauft. Wir sind gemeinsam durch schwierige Zeiten gegangen und unterstützen uns gegenseitig, so gut wir können. Mein Freund und meine Familie sind mein großer Halt. Ich habe drei Söhne und zu den beiden älteren, die Zwillinge sind, einen guten Kontakt. Mein jüngster Sohn kam schon als Baby zu Pflegeeltern – ich hoffe sehr, dass wir uns bald wiedersehen.

Neben der Musik habe ich noch ein anderes Hobby: deutsche Krimis aus den 1960er- bis 2000er-Jahren. Nachdem ich jahrelang kein Handy hatte, haben mir meine Zwillinge vor ein paar Jahren ein Smartphone geschenkt. Darauf schaue ich jeden Tag alte Folgen berühmter Fernsehserien. Das ist Nostalgie pur: Ich achte zum Beispiel darauf, was die Leute damals trugen und welche Musik sie hörten.

Und ich achte auf die tollen Darsteller, weil mir die Schauspielerei am Herzen liegt. Mitte der 1990er Jahre habe ich neben meinem Soziologie-Studium auch Schauspielkurse besucht. Und ich wollte eigentlich auf eine Schauspielschule wechseln – doch leider war das dann wegen meiner psychischen Erkrankung nicht mehr möglich.

Jetzt freue ich mich auf den Herbst, der in diesem Monat beginnt. Weil es dann in meiner Wohnung nicht mehr so warm ist. Und weil ich einen Tagesausflug nach Büsum plane. Dort ist es im Herbst immer besonders schön. Außerdem finde ich es super, dass ich ab Oktober neben dem Straßenmagazin auch den neuen HEMPELS-Kalender verkaufe.

Im Winter wird es dann so kalt in meiner Wohnung, dass ich mich mit warmen Socken und Plüschanzug in mein Bett verkrieche. Aber so weit sind wir noch nicht – zuerst kommt der Herbst, meine Lieblingsjahreszeit. Und natürlich hoffe ich, dass meine liebe Kundschaft den Herbst so genießen wird wie ich.

PROTOKOLL UND FOTO: GEORG MEGGERS

JA, ICH MÖCHTE HEMPELS UNTERSTÜTZEN!

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

Ich möchte Fördermitglied von HEMPELS werden und zahle monatlich _____ Euro

☐ Einzug (erfolgt bei Beträgen unter 5 Euro/Monat vierteljährlich)

☐ Überweisung auf das Konto: IBAN: DE66 2105 0170 1004 0834 14; BIC: NOLADE21KIE

☐ Ich bin mit der Veröffentlichung meines Namens einverstanden

HEMPELS e. V. ist vom Finanzamt Kiel (Nord-GL 4474) als mildtätig anerkannt. StNr. 20/291/84769

MEINE ANSCHRIFT

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum & Unterschrift

BANKVERBINDUNG

DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _
IBAN

_ _ _ _ _ _ _ _ | _ _ _
BIC

Bankinstitut

Bitte senden an:
HEMPELS e. V.,Schaßstraße 4, 24103 Kiel
E-Mail: abo@hempels-sh.de
Oder einfach anrufen: (04 31) 67 44 94

SPENDEN MIT WENIGEN KLICKS!

Öffnen Sie Ihre Banking-App und scannen Sie diesen Code, dann müssen Sie nur noch einen Betrag festlegen – schon haben Sie HEMPELS mit Ihrer Spende geholfen.

HEMPELS

Leserbriefe

Zu: Ausgabe Nr. 360 und allgemein

»Komplett durchgelesen«

Vielen Dank für die sehr informative Mai-Ausgabe mit den tollen Zeichnungen. Ich habe sie wie immer komplett durchgelesen und freue mich jedes Mal, wenn ich die neuste Ausgabe in Grömitz durch den Verkäufer mit einem Lächeln überreicht bekomme.

ISABEL ROTHER; GRÖMITZ

Zu: Ausgaben Nr. 359 und 360

»Tolle Artikel«

Vielen Dank für die tollen Artikel in den April- und Mai-Ausgaben. Liebe Grüße und weiter so!

UTE ALTENBERG; HUSUM

Orte voller Geschichte in SH

Im Oktober startet der Straßenverkauf des neuen HEMPELS-Kalenders

Seit 2021 veröffentlichen wir jedes Jahr einen Jahreskalender mit Fotos, die das Besondere und die Schönheit des nördlichsten Bundeslandes zeigen. Und jedes Mal wurde daraus ein echter Verkaufserfolg – vor allem für unsere landesweit etwa 240 Verkäuferinnen und Verkäufer. Denn wie beim Monatsmagazin bleibt auch beim Kalender die Hälfte des Verkaufspreises bei ihnen.



Der Leuchtturm Kiel-Holtenau auf dem Cover unseres neuen Kalenders. Zwölf weitere historische Orte in anderen Städten finden Sie auf den Monatsblättern.

Wie immer stammen auch im HEMPELS-Kalender 2027 alle Fotos von Jan Krützfeldt (bildarchiv-sh.de) aus Handewitt. Diesmal zeigen sie Orte voller Geschichte im Land zwischen den Meeren: Kirchen, Schlösser und Altstadtgassen. Damit die Motive voll zur Geltung kommen, erscheint unser Kalender im DIN-A3-Format sowie auf hochwertigem Papier. Für den Druck unterstützen wir erneut ein Klimaschutzprojekt in Deutschland; unter climatepartner.com/11287-2607-1002 finden Sie alle Infos dazu. Ihr Exemplar bekommen Sie ab Oktober für 14,80 Euro auf den Straßen Schleswig-Holsteins. Da der Kalender größer ist als das Monatsmagazin, haben ihn möglicherweise nicht alle Verkäuferinnen und Verkäufer dabei. Unser Tipp: Bestellen Sie Ihren Kalender einfach für Ihr nächstes Treffen. **MGG**

Wir trauern um

Angelika Elisabeth Möhlenbeck

*** 03.10.1949 † 20.07.2026**

Angelika bot ehrenamtlich Deutschkurse für Menschen aus dem Umfeld unseres Straßenmagazins an.

Die Verkäuferinnen und Verkäufer, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Ehrenamtlichen von HEMPELS

IMPRESSUM

Herausgeber des Straßenmagazins
HEMPELS e. V., Schaßstraße 4,
24103 Kiel, Tel.: (04 31) 67 44 94
Redaktion Georg Meggers (V.i.S.d.P.), Wolf Paarmann
redaktion@hempels-sh.de
Online-Redaktion Georg Meggers, Cara Salto, Carla Langer
Foto Holger Förster, Tilman Köneke, Jan Krützfeldt
Mitarbeit Asmen Dogan, Michaela Drenovakovic, Alexander Hertz-Kleptow, Gerd Kleine-Bley, Hans-Uwe Rehse, Margit Waschull, Oliver Zemke
Layout Nadine Grünewald
Redesign 3G-GRAFIK, Uta Lange und Götz Lange
Anzeigen Vera Ulrich
anzeigen@hempels-sh.de
HEMPELS in Flensburg
Johanniskirchhof 19, Tel.: (04 61) 4 80 83 25, flensburg@hempels-sh.de
HEMPELS in Husum
nordfriesland@hempels-sh.de
HEMPELS in Lübeck
Wahmstraße 60, Tel.: (04 51) 400 25 76 40, luebeck@hempels-sh.de
HEMPELS im Internet
www.hempels-sh.de
Geschäftsführung Vera Ulrich
verwaltung@hempels-sh.de
Vereinsvorstand Jo Tein (1. Vors.), Catharina Paulsen, Lutz Regenberg
vorstand@hempels-sh.de
Verkäuferbetreuung Alexander Hertz-Kleptow
Vertrieb Cara Salto (Leitung), Elke Blanke, Bent Lukas, Detlef Riepe
HEMPELS-Café Schaßstraße 4, Kiel, Tel.: (04 31) 6 61 41 76
Druck PerCom Vertriebsgesellschaft, Am Busbahnhof 1, 24784 Westerrönfeld
Geschäftskonto HEMPELS
IBAN: DE43 2105 0170 1003 5790 40
BIC: NOLADE21KIE
Spendenkonto HEMPELS
IBAN: DE66 2105 0170 1004 0834 14
BIC: NOLADE21KIE
Als gemeinnützig anerkannt: Finanzamt Kiel Nord unter der Nr. GL 4474
HEMPELS – das Straßenmagazin für Schleswig-Holstein – ist Mitglied im International Network of Street Papers (INSP).

HEMPELS wurde 2015 ausgezeichnet mit dem Ingeborg-Drewitz-Preis für die Arbeit der Schreibwerkstatt für Gefangene.

HEMPELS gewann 2024 den Award für das »Beste Foto« des internationalen Netzwerks der Straßenmagazine (INSP).



Ausstellungs-eröffnung und **Empfang**

Menschen wie **WIR**
(2.10.-23.10.2026)

Eröffnung am
2.10.2026
17 Uhr
Stadtbücherei Heide

Fotos: Holger Förster

Anmeldungen bis 28.09.26 an nordfriesland@hempels-sh.de

HEMPELS
Das Straßenmagazin für Schleswig-Holstein



Anzeige

Verkaufende in anderen Ländern

Rund 100 Straßenzeitungen gibt es auf der Welt. Wir lassen hier Verkäufer/innen zu Wort kommen. Keith verkauft in Nashville (USA) »The Contributor«.



Ich fing Halloween 2011 an. Ich war entlassen worden und meine Ersparnisse waren aufgebraucht. Also ging ich zum Büro von »The Contributor«. Ich prahlte, dass ich in die Top 15 der Verkäufer kommen würde, da ich als Kellner gearbeitet hatte und sicher war, dass sich diese Fähigkeit übertragen ließe. Und? Ich war bei jeder Ausgabe in den Top 15. Der explosionsartige Anstieg der Obdachlosigkeit in Nashville begann Ende der 80er Jahre aufgrund politischer Veränderungen, Crack und all den harten Drogen, die es früher nicht gab. Als ich damals in der Innenstadt obdachlos war, habe ich manchmal die Nacht im Kapitol verbracht. Dort blieb ich unbemerkt, weil es Büsche und so gab. Inzwischen gibt es hier keine Vegetation mehr. Ein Freund hat sein Haus um eine Einzimmerwohnung erweitert. Er wollte sie im Bekanntenkreis vermieten, fand aber niemanden. Weil mein vorheriger Vermieter gut über mich sprach, bekam ich sie – und jetzt habe ich einen kleinen Garten! Was beim Anbauen übrig bleibt, verschenke ich. Ich schätze jeden, der die Zeitung mitnimmt und liest. Ein Drittel sind hispanischer Herkunft und können kein Englisch lesen. Aber sie nehmen sie mit, weil sie wissen, dass ich mir genau das wünsche!

MIT DANK AN LINDA BAILEY (TEXT & FOTO), »THE CONTRIBUTOR« UND INSP.NGO

1	3			4			2	7
4				9				1
	8		1		7		9	
6	2						3	8
9			3	7	6			2
7	1						4	6
	6		4		8		1	
2				3				4
8	9			2			6	5

Leicht

	3		6	8	5		2	
2								1
	6						4	
5				6				9
		6	4		7	5		
8				2				4
	8						9	
4								6
	1		2	4	6		7	

Schwer

© BERTRAM STEINSKY

Das jeweilige Sudoku-Diagramm muss mit den Ziffern 1 bis 9 aufgefüllt werden. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen. Die Lösungen veröffentlichen wir im nächsten Heft.

Lösung Juli/August 2026 / Nr. 362:

9	4	1	5	6	7	3	2	8
6	5	3	4	8	2	1	7	9
2	7	8	9	3	1	4	5	6
3	1	2	8	5	9	6	4	7
4	9	7	6	1	3	2	8	5
8	6	5	2	7	4	9	1	3
7	3	6	1	2	5	8	9	4
1	8	9	7	4	6	5	3	2
5	2	4	3	9	8	7	6	1

Leicht

1	7	4	5	9	6	3	2	8
3	5	9	2	8	7	4	1	6
8	6	2	4	3	1	9	7	5
2	4	7	6	5	8	1	3	9
5	8	3	1	2	9	7	6	4
9	1	6	7	4	3	5	8	2
6	3	5	9	7	2	8	4	1
4	2	8	3	1	5	6	9	7
7	9	1	8	6	4	2	5	3

Schwer

HEMPELS-KARIKATUR VON KOSTAS KOUFOGIORGOS
WWW.KOUFOGIORGOS.DE





SOFARÄTSEL

Haben Sie zuvor das kleine Sofa gefunden?

Dann Seite 2 lesen und mitmachen!

Schapptüüg



Dor liggt se. Mien griese Strickjack. As ik nu Saken för de Sammeln vun Ooltkledaschen tosamensöök, heff ik de werr in'e Hannen. Wo faken heff ik all dorstahn un heff nich wüsst, schall de nu weg or schall ik de noch beholen. Dat is'n beten so as mit de Fraag: is dat Kunst or kann dat weg. Un denn seggst du, nee, ni nich. Dat is Kunst. Grode Kunst!

Mien Strickjack is nu wiss keen grode Kunst. Tomindst nich mehr. Man dat is doch dörch de Johren mien leevsste Jack west. De kann ik doch nich wegdoon. Nee, de blifft bi mi. Man treck ik de noch an? Wenn ik ünner Lüüd bün, wiss nich mehr. Un tohuus? Nee, ok nich. Dat gifft all lang een niege leevste Strickjack. Un de ole Jack, de döggt doch blots noch wat, wenn dat schietig warrd, bi't Reinmaken or in'e Goorn. Man ik segg di dat, dorför heff ik doch ok all lang een annere een. Wegdoon mag ik dat ole Deel liekers nich.

So hett doch wiss jedeen een leevste Deel, mehrsttiets is dat wat för tohuus. Dor hebbt wi denn een Strickjack mit Löcker, een Joggingbüx mit Placken or een Hemd ahn Knööp. Familje un Frünnen stennt all, wenn se di so seht. De een or anner versöcht villicht, di dorvun aftobringen, dat Deel noch antotrecken. Schaffen warrd se dat nich. Man jichtenswann warrd dien leevste Kledaasch denn doch Schapptüüg.

Ja, ja, ik weet doch, Schapptüüg is dat gode Tüüg, de besünnere Kledaasch, faken ok de düre Kledaasch, de du villicht blots eerst eenmal antrucken hest. Dat Hochtietskleed, de Antog vun de Konfirmatschoon. Un du willst dat wohrhaftig na tein or twintig Johr noch eenmal antrecken?

Mien Moder hett, as dat fröher vele junge Fruenslüüd maakt hebbt, ehr Hochtietskleed ännern laten, dat se dat bi een Fier noch harr antrecken kunnt. Un denn harr dat ja nich na Hochtietskleed utsehn schullt. So hett dat dor denn föfftig Johr in't Schapp hungen. Dat is denn doch wohrhaftige Schapptüüg. Denn harr se dat ok gor nich eerst ännern bruukt.

Dat wohrhaftige Schapptüüg is veel to schaad to'n Weggeven. Dat weet wi nu. Veel to schaad för de Sammeln vun Ooltkledaschen. So as mien Strickjack. Veel to schaad, nich wieldat een Deel is, dat düer west is, or dat noch veel to goot is. Nee, dat is veel to schaad, wieldat dor so veel Torüchdenken un Föhlen an hangt. De Jack is wat för dat egen Museum.

DIE AUTORIN UND DOZENTIN MARGIT WASCHULL AUS KIEL SCHREIBT PLATTDÜÜTSCHE UND DEUTSCHE TEXTE FÜR KINDER UND ERWACHSENE. SIE STELLT PLATTDEUTSCH IN SCHLESWIG-HOLSTEINISCHEN KITAS UND SCHULEN VOR UND INFORMIERT ÜBER MEHRSPRACHIGKEIT. KONTAKT: PLATT-ATTACK.SH@GMX.DE

Maurermeister Klinger

Natursteinarbeiten | Betonarbeiten
Sanierungen | Eingangspodeste
Triflex-Beschichtungen

Kiel

Graf-Spee Straße 7 24105 Kiel
Tel: 0431 - 58 78 394

E-Mail: info@maurermeisterklinger.de
www.maurermeisterklinger.de

GAARDENER APOTHEKE

Apotheker Jochen Kümmerle
Karlstal 33 · 24143 Kiel
Tel. 04 31/ 73 22 52 · Fax 77 52 00



„Wir schnacken sozial!“

DU SUCHST EINEN JOB MIT SINN?

Dann bewirb dich bei uns oder unseren rund 500 Mitgliedern in ganz Schleswig-Holstein!

DER PARITÄTISCHE
Schleswig-Holstein



