364
Oktober 2026

HEMPELS

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

31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein



HOUSING FIRST IN KIEL: Ein echtes Zuhause für Wohnungslose

Entschleunigt statt verschlafen

Warum Meldorf in Dithmarschen der internationalen Cittàslow-Bewegung angehört

Moin liebe Leserinnen und Leser,

dass bereits seit August Spekulatius in Supermarktregalen zu finden ist, sorgt für alljährliches Schütteln sonnengebräunter Köpfe. Wir sind da etwas geduldiger: Das Weihnachtsgeschenk von HEMPELS bringen wir erst ab Oktober auf die Straßen. Worum es geht? Um unseren Kalender 2027. Dass dieser sich ganz hervorragend unter einem Weihnachtsbaum macht – das können Mitglieder unseres Vereins bestätigen, die es privat getestet haben. Alle Infos zum neuen HEMPELS-Kalender auf Seite 15!

Für unsere Titelgeschichte waren wir in Dithmarschen, genauer: in Meldorf. Das rund 7.500-Seelen-Städtchen gehört neben Kommunen in Australien, China, Kanada und Südafrika der Cittàslow-Bewegung an. Deren Mitglieder wollen etwa ihre lokale Identität bewahren, sich für nachhaltigen Tourismus einsetzen und kulturelle Teilhabe für alle ermöglichen.

In diesem Heft lernen Sie zudem einen besonderen Ort zwischen Nord-Ostsee-Kanal und Eider kennen: das Rendsburger Nordkolleg. Dort sprach HEMPELS-Reporterin Asmen Dogan mit Leiter Guido Froese darüber, wie kulturelle Bildung heute aussehen kann. Und zum Schluss noch eine besonders schöne Nachricht: Acht Jahre nach dem ersten Planungsschritt wurde endlich ein Gebäude fertiggestellt, mit dem die HEMPELS Stiftung gemeinsam mit der Diakonie Stiftung Schleswig-Holstein Wohnungen für Wohnungslose schafft. Lesen und vor allem sehen Sie ab Seite 22!

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 31.10.2026
Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.

GEWINNE

3 x je 1 Buch der Ullstein Verlagsgruppe. In der September-Ausgabe war das »Kleine Sofa« auf Seite 35 versteckt. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden im November veröffentlicht.

Im Juli und August haben gewonnen:
Gesa Friese-Friedrichs (Bockhorn), Beate Glende (Hohenfelde) und Aleksandra Pilot (Eckernförde). Herzlichen Glückwunsch!


Titelfoto: Holger Förster

TITEL

ENTSCHLEUNIGT STATT VERSCHLAFEN

Meldorf in Dithmarschen gehört einer Bewegung an, die in Italien gegründet wurde und nun Kommunen rund um den Globus vereint: Cittàslow – die langsame Stadt. Was es damit auf sich hat? Das erfuhr HEMPELS bei einem Besuch an der Westküste. **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 Wo Kultur Menschen verbindet: Über das Rendsburger Nordkolleg
22 Unser »Housing First«-Projekt in Kiel: Einzug in ein echtes Zuhause
29 Café »Zum Sofa«: Wie Sie mit einer Spende helfen



GESELLSCHAFT

24 Über-Leben: Autor Jörg Böckem sprach mit Menschen, die trotz Suchterkrankung ein selbstbestimmtes Leben führen



BILD DES MONATS

6 Grübelnd durch die Nacht



VON DER STRASSE

34 »Warum HEMPELS ideal passt«: Ulrike (rechts) verkauft unser Straßenmagazin in Tarp und Eggebek

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

Immer mehr heiße Tage

Daten des Deutschen Wetterdienstes zeigen, dass die Zahl der heißen Tage (30 Grad oder heißer) in Deutschland im Durchschnitt seit den 1950er Jahren deutlich ansteigt. Extreme Hitzejahre waren früher die Ausnahme, seit den 1990er Jahren häufen sich die zweistelligen Werte. 1994 waren es im Schnitt 16,3 Tage, 2018 kletterte das Thermometer an 20,4 Tagen auf mindestens 30 Grad. Im vergangenen Jahr pendelte sich die Zahl der heißen Tage in Deutschland bei 11,1 ein – und liegt damit knapp viermal so hoch wie der Wert aus dem Jahr 1951. Diese Entwicklung steht laut Experten im Zusammenhang mit dem fortschreitenden Klimawandel. **WP**

3 Tage

waren 1951 mindestens 30 Grad heiß

20,4 Tage

waren 2018 mindestens 30 Grad heiß

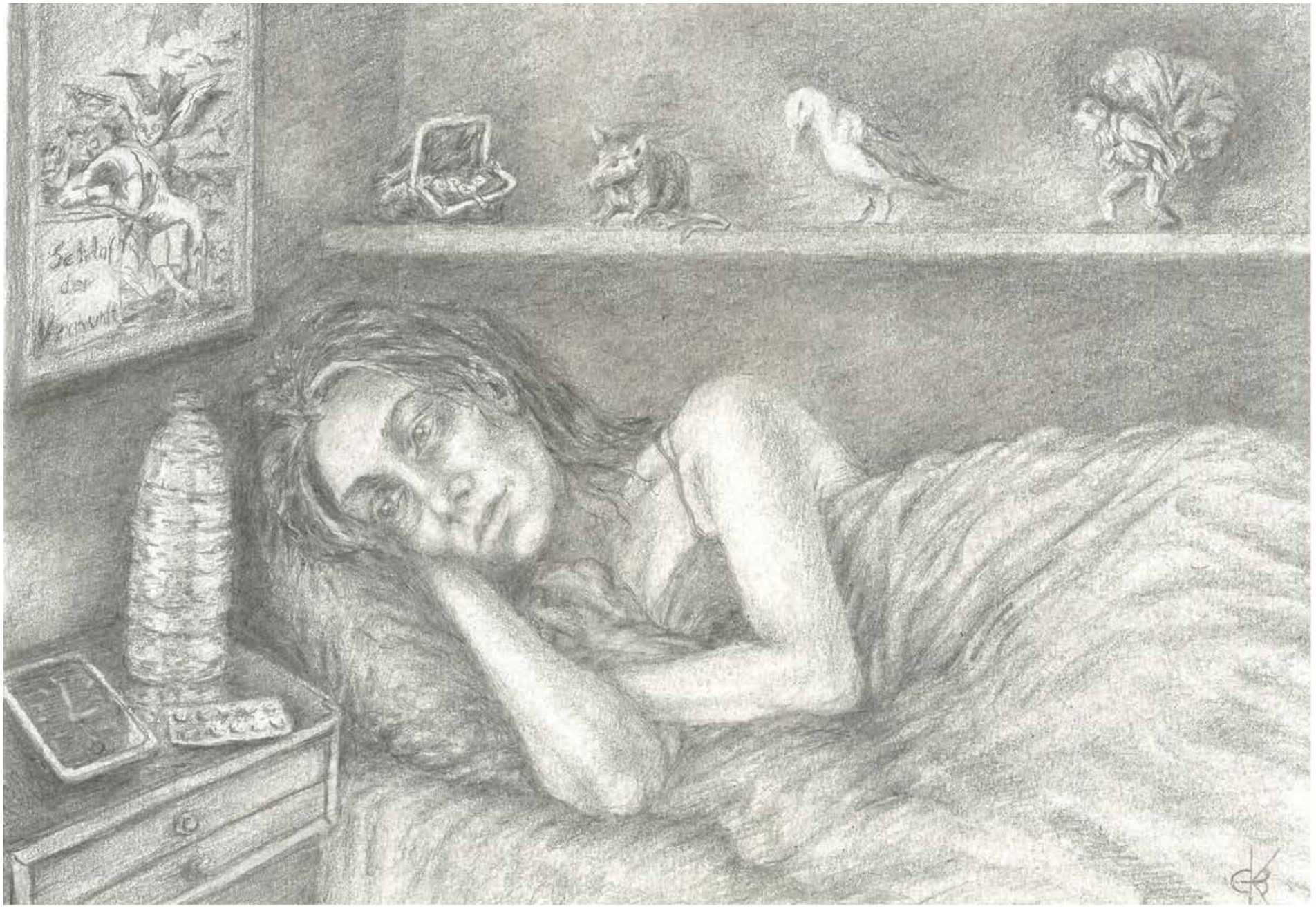
Auf der Straße wird der Ton rauer

Eine Umfrage der Unfallforschung der Versicherer (UDV) ergab, dass der Anteil der Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer, die auf Deutschlands Straßen drängeln, von 39 Prozent (2023) auf 47 Prozent (April 2026) gestiegen ist. Ein knappes Drittel der mehr als 2.000 befragten Personen gab an, nach dem Überholen so dicht einzuscheren, dass der Überholte abbremsen muss – 2023 war es noch ein Viertel gewesen. Fast jeder zehnte Befragte räumte ein, beim Überholen keine Rücksicht auf Radfahrende zu nehmen – ein doppelt so hoher Anteil wie bei der Umfrage vor drei Jahren. **WP**



Bild: mit KI generiert

Grübelnd durch die Nacht



Zeichnung: Gerd Kleine-Bley

Wer schläft im Flug? Wer im Stehen? Wer bis zu 22 Stunden am Tag? Wer hält dabei Händchen? Und in welchem Bundesland grübeln die meisten durch die Nacht? Die Antworten auf die ersten Fragen folgen am Ende dieses Textes, die auf Nummer fünf gleich, schließlich ist der Nachtgrübler ja das Thema: in Sachsen.

Warum? Das konnte die Kaufmännische Krankenkasse (KKH) bei ihrer Umfrage nicht ermitteln. Aber die Zahlen lesen sich trotzdem dramatisch: Von 2014 bis 2024 stieg dort die Schlaflosigkeit um 128 Prozent, 23 von 1.000 Versicherten der KKH in Sachsen sind betroffen. Wo wird am wenigsten gegrübelt? In Bremen und Niedersachsen (13/1000). Warum? Auch unklar.

Als Nachtgrübler werden Menschen bezeichnet, die über mehr als drei Monate von psychisch bedingten Schlafstörungen geplagt werden. Und wie verhält es sich bei uns? 2025 gab es in Schleswig-Holstein mehr als 42.000 Nachtgrübler – ein Plus im Zehn-Jahres-Vergleich von 77 Prozent.

Was hilft? Das Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie in Zürich empfiehlt, das Grübeln zu durchbrechen. Stellt sich nach 20 Minuten kein Schlaf ein, hilft Aufstehen und Bewegung. Das Gehirn soll so gehindert werden, Bett und Stress miteinander zu verbinden. Und: Nicht auf die Uhr schauen! Und: Sorgen aufschreiben und den Zettel dann weglegen.

Und jetzt die anderen Antworten: Laut »Geo« der Albatros. Er schaltet eine Gehirnhälfte aus, die andere steuert +++ Pferd. Und das lediglich zwei bis drei Stunden am Tag und immer nur für Minuten +++ Koala +++ Fischotter. Sie vergrößern so ihre Körperoberfläche und treiben im Schlaf dann nicht so weit ab. **WP**

+++

BAG W: Wohnungsnot im Alter steigt
Der aktuelle Statistikbericht der Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe (BAG W) zeigt, dass ältere Menschen zunehmend auf Hilfen in Wohnungsnotfällen angewiesen sind. Gleichzeitig bleiben sie häufiger über lange Zeit wohnungslos und sind stärker von gesundheitlichen Belastungen sowie sozialer Isolation betroffen. Der auffälligste Befund: Der Anteil der über 50-Jährigen unter den Menschen in Wohnungsnot ist in den vergangenen 20 Jahren kontinuierlich gestiegen (von 21 Prozent im Jahr 2004 auf nun 27 Prozent). Drei Merkmale prägen ihre Lebenslage besonders: Ihre vermutliche Unterrepräsentation in den Daten, die Verfestigung der Wohnungsnot und soziale Isolation. Besonders auffällig ist, dass Ältere deutlich seltener aus der Wohnungslosigkeit herausfinden: 38 Prozent der über 50-Jährigen sind seit mehr als einem Jahr wohnungslos, bei den 25- bis 49-Jährigen liegt dieser Anteil bei 27 Prozent. **WP**

+++

Paritätischer bemängelt Personalmangel in Kitas
Viele Kindertagesstätten (Kitas) kämpfen einer Erhebung zufolge mit Personalproblemen. Bundesweit seien etwa 49.000 Stellen wegen fehlender Fachkräfte nicht besetzt, auf weiteren 58.000 Stellen gebe es Ausfälle wegen längerer Abwesenheiten, heißt es im neuen Kita-Bericht des Paritätischen Gesamtverbands. »Personalmangel ist vielerorts zum Dauerzustand geworden«, resümierte der Verband. Der Bericht basiert auf einer Befragung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in bundesweit 3.267 Kindertageseinrichtungen. 89,5 Prozent der Befragten berichteten von einer starken psychischen Belastung der Fachkräfte. In 43,5 Prozent der Kitas habe aus diesem Grund mindestens eine Fachkraft innerhalb eines Jahres die Einrichtung verlassen. **EPD**

+++

SH: Vertrauensanwältin für Hochschulen beauftragt
Den Hochschulen in Schleswig-Holstein steht ab sofort eine unabhängige Vertrauensanwältin zur Seite. Das Bildungsministerium hat eine Vereinbarung mit der Kieler Rechtsanwältin Pia-Marie Spaeter geschlossen und stellt jährlich 20.000 Euro zur Verfügung. Spaeter biete Mitgliedern, Angehörigen und Beschäftigten aller Hochschulen, des Universitätsklinikums und des Studentenwerks eine vertrauliche rechtliche Erstberatung zu Fällen von Machtmissbrauch an. Dazu gehörten die unberechtigte Aneignung geistigen Eigentums, das unzulässige Einfordern von Mehrarbeit, Demütigung oder sexuelle Belästigung. **EPD**

+++

Barmer: Schulstress belastet Jugendliche
Fast jeder dritte Jugendliche in Schleswig-Holstein und Hamburg ist durch Schulstress stark belastet. 32 Prozent der 14- bis 17-Jährigen in diesen beiden Bundesländern fühlten sich stark durch Schulstress beeinträchtigt, teilte die Barmer-Krankenkasse Schleswig-Holstein nach Auswertung der Sinus-Jugendstudie mit. Schulstress wird demnach deutlich häufiger als starke Belastung empfunden als andere Faktoren. 17 Prozent fühlten sich durch familiäre Belastungen stark beeinträchtigt, 14 Prozent durch psychische Erkrankungen. Bundesweit sind Mädchen besonders betroffen. 42 Prozent berichten von starker Belastung durch Schulstress, bei den Jungen sind es 25 Prozent. Trotzdem blickt ein Großteil der Jugendlichen aus dem Norden positiv nach vorn. Rund 80 Prozent sehen ihre Zukunft optimistisch, 82 Prozent seien mit ihrem Leben zufrieden. **EPD**

+++

Greenpeace: Sommer 2026 kostete Milliarden
Der diesjährige Sommer in Deutschland verursacht nach einer Berechnung von Greenpeace volkswirtschaftliche Schäden von mindestens 36 Milliarden Euro. Diese entstünden durch Ernteausfälle, Waldbrände und Gesundheitskosten infolge extremer Hitze und Trockenheit und entsprächen in der Summe knapp einem Prozent des deutschen Bruttoinlandsprodukts, teilte die Umweltschutzorganisation in Hamburg mit. In die Greenpeace-Berechnung seien unter anderem Schadensschätzungen aus den Bereichen Verkehr, Gesundheit, Forst- und Landwirtschaft sowie Produktivitätsverluste und Bildungskosten aufgrund der Hitze eingeflossen. Der größte Schadensposten entfällt demnach auf die Arbeitswelt: Bei geschätzt 25 Hitzetagen würden sich hitzebedingte Produktivitätsverluste und -ausfälle auf 10,8 Milliarden Euro summieren. Greenpeace forderte die Bundesregierung zum Handeln auf. **EPD**

+++

Kampagne für Suizidprävention
Wie lässt sich öffentlich über Suizid sprechen, ohne zu dramatisieren oder zu tabuisieren? Mit dieser Frage haben sich Studierende der Medienkommunikation an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg beschäftigt. Im Auftrag der Arbeitsgruppe Regionale Netzwerke des Nationalen Suizidpräventionsprogramms für Deutschland (NaSPro) entwickelten sie eine bundesweite Kampagne. Zu den Kernbotschaften gehöre, dass Suizidprävention möglich und Hilfe erreichbar sei. Nach Angaben des NaSPro sterben in Deutschland jährlich mehr als 10.000 Menschen durch Suizid, weit mehr als 100.000 unternehmen einen Suizidversuch. Eine wichtige Rolle spielen laut NaSPro regionale Netzwerke. Sie sollen vorhandene Hilfsangebote miteinander verbinden und neue Strukturen anregen. **EPD**

Worüber wir reden können (sollten)

VON HANS-UWE REHSE

Reden ist ganz einfach. Man muss nur den Mund aufmachen und die Gedanken rauslassen, die man hat. So weit, so gut. Aber was kommt dann? Kann ich sagen, was ich denke? Oder gibt es etwas, das ich besser nicht anspreche?

Manchen fällt es schwer, sich zu öffnen. Sie schweigen lieber, als dass sie ihr Gegenüber verärgern – und dann einen Streit lostreten. Streiten wollten sie sich eigentlich nicht! Doch Schweigen hat auch einen Nachteil: Man bleibt mit sich und seinen Gedanken allein. Keiner da, mit dem man teilen kann, was einen bewegt.

Aber worüber könnte man dann reden? Nun, andere Leute haben diese Probleme nicht. Sie können über vieles reden – und machen das auch. Da kommt vieles zur Sprache. Auch mancher Ärger ist dabei. Wenn es um Menschen geht, die gerade nicht dabei sind, passiert das schnell. Schließlich muss man sich mit niemandem auseinandersetzen. Stattdessen wird eher mit Zustimmung gerechnet. Und dann geht das Schimpfen richtig los!

Ich habe den Eindruck, das hat zugenommen in der letzten Zeit. So wird oft geschimpft: über die Politik und die Menschen, die sich in der Politik engagieren. Über die Medien, die eine Meinung vertreten, die man nicht teilt. Über Nachbarn oder Familienangehörige. Sogar über Rettungskräfte ärgert man sich, weil sie irgendwie stören. Oder weil sie nicht gleich da sind, wenn man sie braucht. Der Ärger scheint groß zu sein und weiter zu wachsen, wenn man hört, worüber alles geschimpft wird.

Natürlich – mit vielem kann man nicht einverstanden sein. Kritik ist notwendig! Und in einer demokratischen Gesellschaft auch erwünscht. Schließlich gibt es unterschiedliche Interessen. Da muss man sich melden, wenn man nicht übersehen werden will. Aber: Schimpfen allein verändert nichts! Es dient nur dazu, Luft abzulassen – aber es baut nichts auf. Insofern ist es sinnvoller, nicht beim Schimpfen zu bleiben. Sondern darüber nachzudenken, wie es besser laufen könnte.

Sicher ist das mühsamer als zu schimpfen. Denn dabei kommen auch die Bedürfnisse und Sichtweisen anderer ins Spiel. Schließlich geht es ja nicht nur um mich und das, was mich stört. Entscheidend ist das, was das Miteinander fördert! Dafür brauchen wir das Gespräch, gerade auch mit Menschen, die ganz andere Erfahrungen machen. Und deshalb auch anderes im Blick haben als wir.

Ich denke, das müsste doch möglich sein: miteinander über das zu reden, was verbindet! Das geht sogar mit Leuten, die politisch ganz anders denken. Und es ist allemal besser, nicht das zum Thema zu machen, was Menschen voneinander trennt.



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.

ENTSCHLEUNIGT STATT VERSCHLAFEN

Meldorf in Dithmarschen gehört einer Bewegung an, die in Italien gegründet wurde und nun Kommunen rund um den Globus vereint: Cittàslow – die langsame Stadt. Mitglieder wollen etwa ihre lokale Identität bewahren, sich für einen nachhaltigen Tourismus einsetzen und kulturelle Teilhabe für alle ermöglichen. Grund genug für HEMPELS, sich einmal in der Domstadt* an der schleswig-holsteinischen Westküste umzuschauen

TEXT: GEORG MEGGERS, FOTOS: HOLGER FÖRSTER

Etwa 1.300 Beschäftigte mit und ohne Behinderung arbeiten für die Stiftung Mensch an fünf Standorten im Kreis Dithmarschen. Zwei von ihnen sitzen an diesem sonnigen Dienstagnachmittag konzentriert vor Webstühlen, die ungefähr die Größe eines Handballtores haben. Nachdem das HEMPELS-Interview in der Meldorfer Museumsweberei fast zwei Stunden lang die Produktion unterbrach, steht nun wieder *business as usual* auf dem Plan. Die Mitarbeiterin und der Mitarbeiter fertigen das Gewebe für Kissenbezüge und Wolldecken. Faden für Faden.

Der Kissenbezug entsteht mittels Beiderwand-Technik. Laut Stiftung Mensch reicht diese bäuerliche Volkskunst in Schleswig-Holstein bis ins 14. Jahrhundert zurück. Die Museumsweberei wurde 1896 gegründet – »mit dem Ziel, das schleswig-holsteinische Beiderwand davor zu bewahren, durch die Industrialisierung verloren zu gehen«, erklärt Textilgestaltermeister Wolfgang Sternberg, der hier seit neun Jahren arbeitet. 130 Jahre später darf man wohl urteilen: Ziel erreicht. Und für die weitere Zukunft spricht, dass im Juli dieses Jahres Carola Kämmerling, die zuvor Textiles Gestalten und Biologie an der Uni Osnabrück studierte, ihre Ausbildung in der Meldorfer Weberei begann.

** Der Begriff »Domstadt« ist streng genommen falsch: Die Meldorfer Kirche St. Johannis war niemals Sitz eines Bischofs – eine Voraussetzung dafür, dass eine Kirche als Dom bezeichnet wird. Weil die Kirche in Dithmarschen jedoch liebevoll »Meldorfer Dom« genannt wird, wird diese Bezeichnung in diesem Artikel übernommen.*



Wie die internationale Cittàslow-Bewegung nach Meldorf kam? Darüber sprach HEMPELS mit Bürgermeisterin Uta Bielfeldt (links) und ihrer Vorgängerin Anke Cornelius-Heide.

Doch um Webkunst soll es in diesem Artikel nur am Rande gehen. »Die Museumsweberei ist der perfekte Ort, um darüber zu sprechen«, hatte Stadtmanager Simon Albertsen gesagt, als man ihn für ein Interview zur Cittàslow-Bewegung in Meldorf kontaktierte.

Cittàslow wurde 1999 in der italienischen Gemeinde Orvieto gegründet. Inzwischen gibt es Netzwerke dieser Bewegung rund um den Globus: in Australien und China zum Beispiel, in Kanada und Kolumbien, in Südafrika und Norwegen. Deutschlandweit zählen derzeit 25 Kommunen dazu, die Hauptgeschäftsstelle befindet sich im rheinland-pfälzischen Deidesheim. Grundvoraussetzung für eine Mitgliedschaft ist eine Einwohnerzahl von weniger als 50.000; zudem muss eine Bewerberstadt einen umfangreichen Kriterienkatalog erfüllen und ein Zertifizierungsverfahren erfolgreich durchlaufen.



Textilgestaltermeister Wolfgang Sternberg arbeitet seit neun Jahren in der Meldorfer Museumsweberei, Carola Kämmerling begann hier im Juli dieses Jahres ihre Ausbildung.

Der Begriff Cittàslow setzt sich aus dem italienischen Wort für »Stadt« und dem englischen für »langsam« zusammen. Worum es dabei geht? Um einen von der Slow-Food-Bewegung inspirierten Zusammenschluss von Städten, die nicht auf »höher, schneller, weiter« und globale Vereinheitlichung setzen – sondern auf Regionalität und lokale Identität, auf Entschleunigung und behutsame Stadtentwicklung, auf ökologische Nachhaltigkeit und sozialen Zusammenhalt.

Wie Cittàslow in die Dithmarscher Domstadt kam? Durch Anke Cornelius-Heide (ehemals Grüne, jetzt parteilos), die von 2013 bis 2019 Bürgermeisterin von Meldorf war. Auf der Suche nach Literatur über Stadtentwicklung stöberte sie in lokalen Buchhandlungen. Dabei stieß sie auf ein Werk über Cittàslow – und machte die Bewegung zum Hauptthema ihres Wahlkampfes 2012. »Wir haben in der Stadt zwar kein Geld, aber ganz viel ehrenamtliches Engagement«, sagt sie beim Interview in der Museumsweberei. »Deshalb passt Cittàslow als Leitbild perfekt zu uns.« 2015 feierte Meldorf sein 750-jähriges Stadtjubiläum und wurde als bis heute einziges Cittàslow-Mitglied in Schleswig-Holstein aufgenommen.

Zur Nachfolgerin von Cornelius-Heide als Meldorfer Bürgermeisterin wurde 2019 Uta Bielfeldt gewählt. »Den Prozess der Cittàslow-Entwicklung hier habe ich aber vorher schon von der Seite be-



»Wir wollten die Ruhe, die wir hier eh nicht ändern können, positiv konnotieren«: Anke Cornelius-Heide war von 2013 bis 2019 Meldorfer Bürgermeisterin.

gleitet«, sagt Bielfeldt, die SPD-Mitglied ist, jedoch als Einzelbewerberin antrat. Im rund 7.500-Seelen-Städtchen gebe es »viele Orte, die man mit Entschleunigung verbindet«, sagt sie und zählt neben der Museumsweberei auch das Dithmarscher Landesmuseum, das Schleswig-Holsteinische Landwirtschaftsmuseum und den Meldorfer Dom St. Johannis auf. »Es war alles schon da«, sagt Vorgängerin Cornelius-Heide. »Aber wir wollten die Ruhe, die wir hier eh nicht ändern können, positiv konnotieren und als eine Stärke in unser Bewusstsein rücken.« Meldorf wird kein norddeutsches New York mehr – aber das muss ja keine schlechte Nachricht sein.

Anke Cornelius-Heide, die auch nach ihrer Amtszeit als Bürgermeisterin weiter im Vorstand des deutschen Cittàslow-Netzwerkes aktiv ist, wuchs in einem Dorf bei Meldorf auf und kehrte nach Stationen in Kiel und Hamburg in ihre Dithmarscher Heimat zurück. Uta Bielfeldt verbrachte sogar ihr ganzes Leben in der Domstadt. Die Stärken und Schwächen von Meldorf kennen die beiden aus eigener Erfahrung.

Gibt es auch Meldorferinnen und Meldorfer, denen das Konzept »Cittàslow« nicht gefällt? »Man kann nie alle überzeugen – aber die Bürgerschaft steht zum großen Teil dahinter«, sagt Cornelius-Heide. »Widerstand kam vor allem aus der lokalen Wirtschaft, die Langsamkeit mit fehlender Dynamik verwechselte. Dabei ist in unserem eng getakteten Alltag Entschleunigung höchst innovativ.« Und sie ergänzt: »Cittàslow wird bei uns gelebt, auch wenn es nicht überall draufsteht.« So sei das Logo der Bewegung – eine orangefarbene Schnecke mit einer Stadtsilhouette auf ihrem Häuschen – im Wesentlichen auf den Schildern an den Ortseingängen zu finden.

Dass Cittàslow in Meldorf positiv wahrgenommen wird, deutete bereits eine Studie des Instituts für Management und Tourismus der Fachhochschule Westküste von 2017 an – also zwei Jahre nach dem Beitritt zum Netzwerk: 79 Prozent der 303 befragten Einwohnerinnen und Einwohner waren mit ihrer Stadt insgesamt zufrieden oder sehr zufrieden. 70 Prozent wussten, dass Meldorf Mitglied der Cittàslow-Bewegung ist. Von ihnen nahm ein Viertel seit dem Beitritt eine Verbesserung der Lebensqualität wahr. Als positive Entwicklungen im Zusammenhang mit Cittàslow wurden vor allem Veränderungen bei Stadtplanung und Infrastruktur genannt, aber auch Fortschritte bei Umweltschutz und Nachhaltigkeit sowie in der Wirtschaft.

Nachhaltiger Tourismus sei ein wichtiges Cittàslow-Ziel, erklären die aktuelle und die ehemalige Bürgermeisterin. Keine Massen, die in möglichst kurzer Zeit möglichst viel Geld in Dithmarschen lassen. Stattdessen Gäste, die »in entspannter Atmosphäre hochwertige regionale Produkte« kaufen und dabei möglichst wenig Müll produzieren. Beispielsweise in den Kiosken am etwa 10 Kilometer von der Museumsweberei entfernten Nordseestrand – einen Besuch dort empfehlen Uta Bielfeldt und Anke Cornelius-Heide dem Reporterteam von der Ostsee mit freundlichem Nachdruck.

Aber beißt sich ökologische Nachhaltigkeit nicht manchmal mit sozialer Teilhabe? Schließt dieses Konzept nicht Menschen aus, die sich all das nicht leisten können? »Die Preise in den Kiosken am Strand oder auch auf unserem beliebten Wochenmarkt sind trotzdem moderat«, sagt Uta Bielfeldt. Zudem gebe es mehrere Events in der Stadt, bei denen der Eintritt frei sei: etwa beim jährlichen »Summer Open Air – DAS! Festival der Sozialen Allianz« in der Innenstadt, beim Weltmusikfestival »Frequenzen« auf dem Rathausplatz – oder bei der Veranstaltungsreihe »Kulturbonsche«, bei der Musikerinnen und Musiker sowie Tanzgruppen an verschiedenen Plätzen in der Stadt auftreten. Nicht ganz zufällig entstand die Idee zum »Kulturbonsche« in einem Cittàslow-Workshop. »Die kulturelle Teilhabe aller Menschen hier ist uns super wichtig«, sagt Bielfeldt.



»Die kulturelle Teilhabe aller Menschen hier ist uns super wichtig«: Uta Bielfeldt wurde 2019 zur Bürgermeisterin der Domstadt gewählt.

Dafür arbeitet die Stadt mit mehreren Organisationen zusammen. So betreibt die Stiftung Mensch neben der Museumsweberei etwa auch eine inklusive Töpferei in Meldorf und die hoelp gGmbH ein Sozialkaufhaus sowie eine Tafel. »Außerdem ist das Bündnis ›Meldorf ist bunt‹ immer mit dabei«, so Bürgermeisterin Bielfeldt. »Und wir freuen uns, dass der CSD Westküste schon

zum zweiten Mal bei uns stattfand.« Für Kooperationen hat die Stadt eine praktische Größe, wie Cornelius-Heide erklärt: »Meldorf ist groß genug, um verschiedene Angebote zu haben – aber klein genug, dass man sich noch gegenseitig kennt.«



Für die Stiftung Mensch arbeiten etwa 1.300 Beschäftigte mit und ohne Behinderung an fünf Standorten im Kreis Dithmarschen.

Für das Titelfoto schlagen die ehemalige und die aktuelle Bürgermeisterin einen Strandkorb als Kulisse vor, der neben dem Meldorfer Dom steht. »Mit den Strandkörben wollten wir etwas Nordsee in die Stadt holen«, sagt Uta Bielfeldt. Keine schlechte Motivwahl; so könnte man einen Strandkorb doch mit einigem Recht als Sitzgelegenheit gewordene Entschleunigung bezeichnen. Zumal die in Meldorf verteilten Exemplare in traditioneller Handarbeit in der Strandkorbmanufaktur der Stiftung Mensch gefertigt wurden. Das Schnecken-Logo der Bewegung klebt nicht auf dem Strandkorb, der Cittàslow-Gedanke steckt aber offenkundig darin.

Zum Schluss noch ein Blick in die Zukunft: Wie soll es weitergehen mit Cittàslow in Meldorf? »Wir sollten weiterhin unsere Potenziale erkennen«, sagt Cornelius-Heide. »Dazu gehört auch die Erkenntnis, was man nicht kann. Dann sollten wir unsere Stärken betonen, ohne dadurch unsere Schwächen auszublenden.« Klingt nach einem guten Tipp. Und das nicht nur für die Dithmarscher Domstadt, sondern eigentlich für jeden Standort zwischen kleinster Gemeinde und Millionenmetropole.

Dass der HEMPELS-Reporter nach dem Fotoshooting am Dom noch seine Kaffeetasse zurück in die Museumsweberei bringen muss, entpuppt sich als glücklicher Zufall. Nach der Unterbrechung durch das Interview sitzen nun die Mitarbeiterin und der Mitarbeiter der Stiftung Mensch vor den handballtorgroßen Webstühlen. In zwei Tagen webe sie den Bezug für vier bis fünf Kissen, erzählt die Frau. Und ihr Kollege brauche ungefähr anderthalb bis zwei Arbeitstage für eine Wolldecke. Klingt eher nicht nach *big business* mit enormem Wachstumspotenzial. Aber das soll es auch nicht.



Die Museumsweberei wurde 1896 gegründet – »mit dem Ziel, das schleswig-holsteinische Beiderwand davor zu bewahren, durch die Industrialisierung verloren zu gehen«.

Jetzt im Straßenverkauf:

HEMPELS-KALENDER 2027

Unsere Kalender waren jedes Jahr ein Erfolg: vor allem für unsere landesweit etwa 240 Verkäuferinnen und Verkäufer, die – genau wie beim Straßenmagazin – die Hälfte des Verkaufspreises erhalten. Wenn Sie sich über beeindruckende Fotos von Schleswig-Holstein freuen – oder nach einem ungewöhnlichen und zugleich sozialen Weihnachtsgeschenk suchen: Wir haben da eine Idee! ;)

Im HEMPELS-Kalender 2027 zeigen wir Ihnen Orte voller Geschichte im Land zwischen den Meeren: Kirchen, Schlösser und Altstadtgassen. Auf dem Cover sehen Sie den Leuchtturm Kiel-Holtenau – auf den Monatsblättern finden Sie Bilder von Gelting, Schleswig, Bad Segeberg, Husum, Heide, Rendsburg, Eutin, Flensburg, Mölln, Lauenburg, Glücksburg und Lübeck. Alle Fotos stammen von Jan Krützfeldt (bildarchiv-sh.de) aus Handewitt, mit dem wir seit 2020 zusammenarbeiten.

Damit die Motive voll zur Geltung kommen, erscheint unser Kalender im DIN-A3-Format 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 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 stets dabei. Unser Tipp: Bestellen Sie Ihren Kalender einfach für Ihr nächstes Treffen.

Und sollten Sie niemandem begegnen, der Ihnen einen Kalender anbietet, helfen wir gerne, Sie mit einer Verkäuferin oder einem Verkäufer zusammenzubringen. Dann schreiben Sie uns bitte an verwaltung@hempels-sh.de oder melden sich unter (0431) 67 44 94.

Druckprodukt mit finanziellem Klimabeitrag
ClimatePartner.com/11287-2607-1002

HEMPELS
31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein

Wo Kultur Menschen verbindet



»Ein offener, friedlicher Ort, an dem es keine Einschränkungen oder Vorbehalte gegenüber anderen Menschen gibt«: Guido Froese leitet das Rendsburger Nordkolleg. Während des HEMPELS-Besuchs testet er zum Spaß eines der vielen Klanginstrumente auf dem Campus.

Zwischen Kanal und Garten, zwischen Musik und Miteinander: HEMPELS sprach mit Guido Froese, dem Leiter des Rendsburger Nordkollegs, darüber, wie kulturelle Bildung heute aussehen kann

TEXT: ASMEN DOGAN, FOTOS: HOLGER FÖRSTER

Zwischen dem Nord-Ostsee-Kanal und der Eider liegt in Rendsburg das Nordkolleg: ein Ort, an dem kulturelle Bildung großgeschrieben wird. Zum Interview setzen wir uns mit Leiter Guido Froese in den Garten. Im Gespräch erfahren wir mehr über die Geschichte und Gegenwart des Hauses, bevor wir gemeinsam den Garten und den Campus erkunden.

»Bewusst offener und zugänglicher gestaltet«

Guido leitet das Nordkolleg seit fast 20 Jahren. Zuvor war er zehn Jahre lang im Münsterland in der Kulturförderung tätig, bevor er in Rendsburg einen Ort fand, an dem Musik und kulturelle Bildung zusammenkommen.

Das Nordkolleg wurde 1921 gegründet und war von 1933 bis 1945 geschlossen. Die englische Besatzungsmacht erlaubte eine Wiedereröffnung 1946 am heutigen Standort. Danach war es lange Zeit stark auf intellektuelle und kulturelle Bildung ausgerichtet: »ein Ort für Menschen mit vertieftem Interesse an Literatur, Sprachen oder Musik, nicht unbedingt für jedermann«, wie Guido erzählt, der mir schon zu Anfang unseres Gesprächs das Du angeboten hatte. »Heute ist das Nordkolleg bewusst offener und zugänglicher gestaltet.« Gleichzeitig ist es ein Tagungszentrum, das unter anderem dem Orchester des Schleswig-Holstein Musikfestivals als Heimat dient.

Über das Gelände führt ein Weg, in dessen Boden zwei gläserne Deckenelemente eingelassen sind, durch die sich die Proben von Gruppen von oben beobachten lassen. Im Hauptgebäude befindet sich eine Rezeption. Hier erhält man Informationen zu den Kursen und kann sich seinen Zimmerschlüssel abholen. Was das Nordkolleg so besonders macht? Darauf antwortet Guido: »Es ist ein Ort, an dem Menschen sich wohlfühlen und gerne herkommen.« Obwohl das Nordkolleg eine Akademie ist, verwende man diesen Begriff bewusst nicht mehr so gern, erklärt Guido. Er klinge abgehoben und das sei man nicht. Die Angebote richten sich an Menschen jeden Alters, von Kindern bis hin zu Seniorinnen und Senioren, aus den unterschiedlichsten

gesellschaftlichen Bereichen. »Diese Form der Begegnung, die hier stattfindet, schätze ich sehr«, so Guido.

Angebote richten sich an Menschen jeden Alters

Der Weg führt weiter über den Campus. Vorbei an zahlreichen Obstbäumen entdeckt man immer wieder Kunstwerke aus Holz und Metall sowie Klanginstrumente, die der Wind zum Klingen bringt. Das Gelände besitzt zudem mehrere Bienenstöcke. Neben diesen Außenbereichen gibt es auf dem Campus Seminarräume, in denen geprobt und gelernt wird. Auch Übernachtungsmöglichkeiten sowie eine große Küche mit angeschlossenem Speisesaal gehören zum Angebot.

Ein besonderer Teil des Geländes ist der Garten, in dem unser Gespräch begonnen hatte. Im Laufe der Jahre wurde ein Teich angelegt und der Garten stetig ausgebaut; vor dreißig Jahren stellte man einen Gärtner ein, dessen Leidenschaft es war, einen Nutzgarten zu schaffen und Obstbäume zu pflanzen. »Letztlich ist er der schönste Seminarraum, den wir hier haben«, sagt Guido über den Garten. Eine Besonderheit ist der »100-Sorten-Baum«: ein einzelner Apfelbaum, auf dem über 100 verschiedene veredelte Sorten wachsen. Gartenseminare, etwa zur Veredelung von Apfelbäumen, gehören zum ganzjährigen Angebot.



Durch die gläsernen Deckenelemente sieht man Musikerinnen und Musiker bei ihren Proben.



Im größten Seminarraum proben Ensembles wie das Orchester des Schleswig-Holstein Musik Festivals.

Der Garten sei »der schönste Seminarraum, den wir hier haben«

Im Sommer sind für sechs Wochen 120 junge Menschen aus 30 Nationen auf dem Campus untergebracht: das Orchester des Schleswig-Holstein Musik Festivals. Man sieht sie im Garten, hört sie durch die Fenster proben, und von hier aus fahren sie durch ganz Schleswig-Holstein, Hamburg und das nördliche Niedersachsen, um Konzerte zu geben. Das Nordkolleg in Rendsburg ist dabei ihr gemeinsamer Ausgangspunkt, erklärt Guido: »Ein Ort, an dem sie als Klangkörper zusammenfinden, gemeinsam leben und feiern und vor allem: eine Gemeinschaft bilden.« Unser Besuch beim Nordkolleg fand Ende Juli statt, genau zur Zeit des Festivals, und so konnten wir einen Blick auf die Räume erhaschen, in denen sich Musikerinnen und Musiker mit ihren Instrumenten aufhalten. Ensembles und Solisten waren beim Proben zu beobachten.

Das Nordkolleg ist eine gemeinnützige GmbH. Neben den Beschäftigten arbeiten auch Menschen aus anderen Verbänden vor Ort zusammen, entwickeln gemeinsame Projekte und gestalten die kulturelle Entwicklung Schleswig-Holsteins mit. Die Kulturstiftung Kreis Rendsburg-Eckernförde etwa setzt dabei auf ein mobiles Konzept: Ein ausgebauter Wagen bringt Informationen und Materialien rund um die regionale Kulturszene direkt zu den Menschen.



Im Garten des Nordkollegs steht ein Apfelbaum, auf dem über 100 verschiedene Sorten wachsen.

Neben der Musik ist auch Nachhaltigkeit ein wichtiges Thema für das Nordkolleg, erfahre ich im Gespräch mit Guido. Gemeinsam mit vier weiteren Kulturinstitutionen wurde ein eigenes Klimaschutzmanagement entwickelt, um eine Klimabilanz zu erstellen sowie CO_2-Emissionen zu identifizieren und zu reduzieren. Als erste Kulturinstitution in der 50-jährigen Geschichte des Umweltpreises der Wirtschaft Schleswig-Holstein wurde das Haus damit ausgezeichnet. »Das zeigt, auf welchem Weg wir sind, auch wenn wir noch lange nicht da sind, wo wir hinwollen«, sagt Guido. »Aber wir bleiben auf diesem Weg, egal wie das Thema politisch gerade bewertet wird.«

»Die meisten Menschen kommen der Musik wegen«, so Guido: Chöre, Orchester, Bands, dazu bieten sie auch eigene Bandcamps an. Zudem war Nordkolleg schon immer skandinavisch orientiert. Diese Tradition reicht bis in die Nachkriegszeit zurück, als das Schwedische Rote Kreuz dem Haus in schwierigen Zeiten mit Lebensmitteln aushalf. »Letztlich ist es der regionale Bezug zur Ostsee, der uns prägt«, sagt Guido. Aus dieser Verbindung entstand später das heutige Sprachkursangebot, das mittlerweile weit über die skandinavischen Sprachen hinausgeht. Auch Menschen mit wenig Geld sollen Zugang zu den Angeboten erhalten: Über einen Teilhabefonds können Teilnahmegebühren übernommen werden, manche Angebote sind kostenlos. Auch spontane Besuche sind jederzeit willkommen, der Garten steht allen offen, ob zum Spazierengehen oder um einen Apfel zu probieren. »Das Nordkolleg ist ein offener, friedlicher Ort, an dem es keine Einschränkungen oder Vorbehalte gegenüber anderen Menschen gibt«, betont Guido.

Mit Blick auf die Zukunft spricht Guido auch über gesellschaftliche Entwicklungen der letzten Jahre. Man habe vielerorts verlernt, miteinander zu leben, rede übereinander statt miteinander und stecke sich gegenseitig in



Den Begriff »Akademie« verwende man nicht so gerne für das Nordkolleg, erklärt Guido Froese. Dieser klinge abgehoben – und das sei man nicht.



Schubladen. »Und genau da sehe ich den Schwerpunkt unserer zukünftigen Arbeit: zurück zu den Wurzeln, zu dem, was das Nordkolleg ursprünglich war, eine Heimvolkshochschule, wie es sie in Skandinavien noch überall gibt.« In Dänemark, Schweden und Finnland seien die positiven Effekte dieser Tradition bis heute deutlich spürbar, auch wenn diese Länder ihre eigenen Herausforderungen hätten. Was vielerorts fehle, sei die Fähigkeit, sich über Herkunft und Bildung hinweg zu respektieren und kennenzulernen. Genau das wolle das Nordkolleg wieder ermöglichen – als Ort, an dem Menschen über eine längere Zeit zusammenleben, lernen und miteinander ins Gespräch kommen. Dabei bleibt eines konstant: der Bezug zur Kultur, die Guido als »unsere Kernkompetenz« bezeichnet.



Interview im Grünen: Nordkolleg-Leiter Guido Froese im Gespräch mit HEMPELS-Reporterin Asmen Dogan.

Zusammenleben, lernen und ins Gespräch kommen

Vielleicht ist genau das die stillste, aber deutlichste Botschaft des Nordkollegs: dass Zusammenleben gelingt, wenn man einander wirklich zuhört, bei einer Melodie ebenso wie im Gespräch.

Holzskulpturen kaufen – und damit HEMPELS unterstützen!

Der Künstler Reinhard Wölfer hat uns Skulpturen gespendet, die er zwischen 1994 und 2020 auf der Insel La Gomera aus kanarischen Hölzern gefertigt hat. Dabei ist er auf die Formen eingegangen, die durch den natürlichen Wuchs des Holzes vorgegeben sind, und hat dessen besondere Schönheit herausgearbeitet. Die meisten Skulpturen sind abstrakt gestaltet, einige auch gegenständlich.

Nun bieten wir diese Kunstwerke zum Verkauf an. Der Erlös kommt der Arbeit unseres Vereins zugunsten wohnungsloser und von Armut betroffener Menschen zugute. Unter www.hempels-sh.de/helfen/holzskulpturen-kaufen können Sie einen Blick auf alle 33 Skulpturen werfen (Fotos: Alexander Hertz-Kleptow). Dort finden Sie auch Informationen zu Größe, Holzart und Preis.

Wenn Sie also ein besonderes Kunstwerk erwerben und gleichzeitig die Arbeit von HEMPELS unterstützen möchten, sind unsere Holzskulpturen vielleicht genau das Richtige für Sie. Interessiert? Dann melden Sie sich bitte bei unserem Mitarbeiter Alexander Hertz-Kleptow unter vk-betreuung@hempels-sh.de oder (0431) 67 93 98 02.



Eine von 33 Holzskulpturen von Künstler Reinhard Wölfer, die Sie zugunsten von HEMPELS erwerben können: ohne Titel, aus Orangenholz, 39 cm hoch und 12 cm breit.

HEMPELS

31 Jahre Straßenmagazin für Schleswig-Holstein

»Housing First« in Kiel: 9 mal ein echtes Zuhause

Das dicke Brett war im September endlich durchbohrt: Acht Jahre nach dem ersten Planungsschritt wurde ein Gebäude fertiggestellt, mit dem die HEMPELS Stiftung in Zusammenarbeit mit der Diakonie Stiftung Schleswig-Holstein Wohnungen für Wohnungslose schafft. Nun erhielten neun Menschen, die vorher kein eigenes Zuhause hatten, die Schlüssel zu ihren Apartments. Wir haben uns kurz vor ihrem Einzug vor Ort umgeschaut

FOTOS UND TEXTE: GEORG MEGGERS



»Ich bin sehr froh, dass es endlich losgeht und neun ehemals wohnungslose Menschen hier ein echtes Zuhause finden«: Catharina Paulsen, Mitgründerin und Vorstandsmitglied von HEMPELS, vor dem Neubau nahe der Kieler Innenstadt. Auf den Flächen davor soll bald Rasen wachsen.



Die circa 35 Quadratmeter großen Apartments bestehen aus einem Schlaf- bzw. Wohnraum sowie einem Badezimmer und einer Küchenzeile. Einige Tage vor dem Einzug wirft HEMPELS-Mitarbeiterin Paulsen noch einen Blick in die bezugsfertigen Räume.



Die Wohnungen im ersten und zweiten Stock haben einen kleinen Balkon, die drei Wohnungen im Erdgeschoss eine kleine Terrasse und sind nahezu barrierefrei.



Impressionen kurz vor dem Einzug: Die Glühbirne hängt schon, der Lampenschirm noch nicht.



Bereits 2017 erwarb die HEMPELS Stiftung in Zusammenarbeit mit der Diakonie Stiftung Schleswig-Holstein ein Mehrfamilienhaus (im Hintergrund) mit zwölf Wohnungen, um Wohnraum für Wohnungslose zu schaffen. Der nun fertiggestellte Neubau entstand auf einer angrenzenden Fläche.



Bei Veröffentlichung der Oktober-Ausgabe von HEMPELS stehen auf den Briefkästen bereits die Namen. »Von Menschen, die zum Beispiel wegen ihrer Schulden und ihres SCHUFA-Eintrags sonst keine Chancen auf dem normalen Wohnungsmarkt hätten«, wie Catharina Paulsen sagt.



Vor dem Haus stehen Fahrradständer für die Bewohnerinnen, Bewohner und Gäste.

Über-Leben

2025 starben 2150 Menschen deutschlandweit an den Folgen ihres Drogenkonsums. Diese Toten sind eine Mahnung. Autor Jörg Böckem hat mit vier Betroffenen gesprochen, denen es gelingt, trotz ihrer Suchterkrankung ein selbstbestimmtes Leben zu führen

TEXT: JÖRG BÖCKEM, FOTOS: JOHANNES BESCHONER

Benny, 38, Berlin

»Ich bin in Chemnitz aufgewachsen, meinen leiblichen Vater kenne ich nicht. Mein Stiefvater hat meine Mutter verlassen, als ich zwölf war. Mit 13 ging es mit Alkohol, Kiffen und Klauen los, dann kamen Ecstasy und Crystal dazu. Auf dem Gymnasium wurde mir alles zu viel. Dass ich ADHS habe, wusste ich nicht. Ich wusste im Allgemeinen nicht, was mit mir los war. Meine Mutter hat mich in die Psychiatrie geschleift, aber das hat auch nichts gebracht. Mit 19 habe ich in Haft das erste Mal Heroin geraucht. Das war großartig – du brauchst keinen Fernseher, kein Radio, keine Beschäftigung. Der Tag ging rum und alles war gut.

Danach habe ich zusammen mit meiner großen Liebe angefangen, Heroin zu spritzen. Am Anfang war das total schön. Aber alles ist wieder kaputtgegangen. Es war immer das gleiche Muster: Drogen, Beschaffungskriminalität, Haft, Entlassung und dann wieder von vorne. Wenn du aus dem Knast kommst, ist all das, womit du vorher schon nicht klargekommen bist, wieder da. Es wird nicht einfacher, im Gegenteil.



2014 ist meine Freundin gestorben, an einer Überdosis Fentanyl. Das hat mich umgehauen. Ich bin abgestürzt und war wohnungslos. Im vergangenen Jahr wurde mir klar, dass ich nicht mehr so leben wollte: nur Hetzen, Klauen, Einbrüche, und wenn du Geld hast, ist es gleich wieder weg. Ich habe konsumiert, bin weggepennt, wieder aufgewacht und dann ging es von vorne los.

Ich habe mich für einen Platz im Diamorphinprogramm beworben und bin zu ›Zik‹ gegangen, einem Verein für Eingliederungshilfe. Seitdem hat sich mein Leben massiv verbessert: Ich habe einen Platz im betreuten Wohnen und arbeite zweimal in der Woche im Restaurant ›Orangerie‹. Ich bin zur Ruhe gekommen. Seitdem ich Diamorphin und Substitol bekomme, habe ich kein Verlangen mehr nach Heroin. Auch nicht nach Crystal, wohl wegen der Medikamente gegen mein ADHS. Die Termine in der Substitutionspraxis und die Arbeit geben meinem Leben Struktur.

Die vergangenen 20 Jahre waren keine verlorene Zeit. Ich musste all diese Erfahrungen machen, um zu begreifen, dass ich dieses Leben nicht will, und um da hinzukommen, wo ich heute bin.«



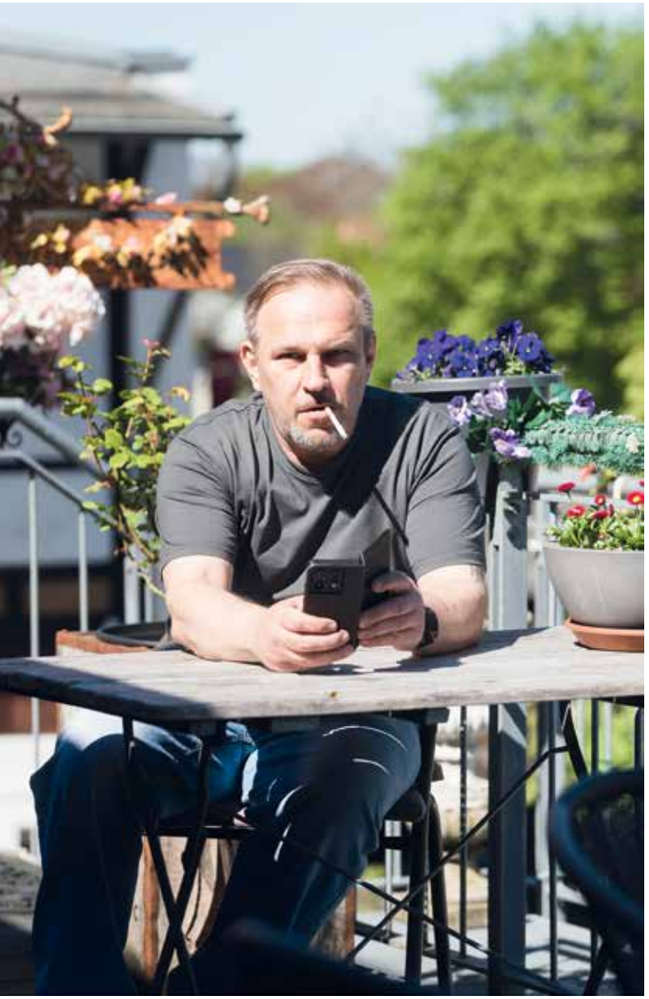
Bina, 40, Köln

»Als ich 2020 mit meiner Partnerin in Köln ankam, waren wir obdachlos. Ich habe einen Ort gesucht, an dem ich duschen kann, und bin bei ›Vision‹ gelandet, einem Drogenselbsthilfeverein. Hier haben wir uns willkommen gefühlt, konnten essen, den Garten nutzen und den PC.

Aufgewachsen bin ich in einer Kleinstadt in Bayern, wohlgefühlt habe ich mich da nie. Mit 13 fing ich an, Cannabis und Speed zu nehmen, mit 16 Ecstasy und Koks. Mit 17 bin ich schwanger geworden und war anderthalb Jahre drogenfrei. Dann bin ich an Crystal gekommen, aber mein Konsum war kontrolliert, mein Kind stand an erster Stelle. Mein erster Heroindruck war dann eine Offenbarung – zum ersten Mal in meinem Leben habe ich mich normal gefühlt. Ich habe mich immer gefragt, was stimmt nicht mit mir? Ich konnte mich nur schwer regulieren, meine Gefühle und Impulse haben mich überwältigt, ich stand ständig unter Strom. Nach meinem ersten Heroinknaller war das alles weg! So wollte ich immer sein!

Doch als mein Vater starb, bin ich abgestürzt, er war mein einziger Halt in der Familie. Trotzdem habe ich alles irgendwie geschaukelt – bis meine Tochter zwölf war. Ein Raubüberfall meines damaligen Partners ging schief, wir sind nach Italien geflohen und wurden verhaftet. Obwohl ich an dem Überfall nicht beteiligt war, kam ich in U-Haft. Ich habe meine Wohnung und das Sorgerecht für mein Kind verloren.

Dann bin ich nach Köln und kam zu Vision. Das Gefühl, das mir hier vermittelt worden ist, war überwältigend. Ich konnte sein, wie ich bin. Heute lebe ich in einer WG und arbeite 35 Stunden in der Woche im Kontaktladen von Vision – das Schönste, was ich je gemacht habe! Das Team, die Besucherinnen und Besucher sind meine Familie. Ich substituiere mich selbst mit Substitol (ein Opioid, die Red.), das ich auf dem Schwarzmarkt kaufe. So muss ich niemandem Rechnung darüber ablegen, wenn ich hin und wieder eine Crackpfeife rauche. Es ist die glücklichste, entspannteste und in Sachen Drogenkonsum kontrollierteste Zeit meines Lebens.«



Nils, 56, Unna

»Neben Drogen waren Kriminalität und Gewalt lange meine Themen. Ich bin von der Realschule geflogen, weil ich einen Jungen verprügelt habe, der einen anderen gemobbt hat. Dass ich ADHS und eine gestörte Impulskontrolle hatte, wusste ich nicht. Ich wusste nur, dass ich nie zu den Geburtstagen eingeladen wurde. Mit 18 habe ich angefangen, Kokain, Speed und Heroin zu nehmen und Heroin zu verkaufen. Peter war immer an meiner Seite, er war wie ein Bruder für mich. Er war als Zwölfjähriger mit seinen Eltern aus Polen gekommen, wie ich hat er sich nie irgendwo zugehörig gefühlt. Mit Anfang 20 musste ich für viereinhalb Jahre in den Knast. Als ich aus meiner ersten Therapie kam, habe ich erfahren, dass Peter tot war. Überdosis. Damals ist eine Welt für mich zusammengebrochen.

Ich war ständig in Haft: Autodiebstahl, bewaffnete Überfälle. Im Gefängnis habe ich gearbeitet, bei meiner Entlassung 2008 hatte ich eine Ausbildung zum Mediengestalter in der Tasche.

Damals habe ich meine ADHS-Diagnose bekommen. Ich hatte Drogen benutzt, um mit den Symptomen klarzukommen. 2016 bin ich das erste Mal beim Wiedereingliederungsprojekt ›Lüsa‹ zur Therapie aufgeschlagen. Meine Ehe war in die Brüche gegangen, die Trennung von meiner Frau, meiner Stieftochter und unserem gemeinsamen Hund hat mich zerrissen. Bei ›Lüsa‹ hat mich nie einer angepisst, es ging immer darum, wie es mir geht, gesundheitlich, aber auch in mir drin, in meinem Herzen. Als ich beim Autoknacken erwischt wurde, war's das mit Therapie, ich musste wieder in Haft.

Dort kamen die unterdrückten Gefühle in mir hoch. Ich war 46, hatte 20 Jahre Haft hinter mir und habe gelitten wie ein Hund. Ich habe gespürt, wenn ich den Weg weiter gehe, bin ich der Nächste, der 1,80 Meter unter der Erde liegt. In Haft habe ich mich bei einer Fachklinik für stationäre Suchtrehabilitation beworben. Dort habe ich eine Ausbildung zum Arbeitspädagogen absolviert und meinen Ausbilderschein gemacht, meine Partnerin hat mich dabei unendlich unterstützt.

Seit Ende 2016 nehme ich keine illegalen Drogen mehr. Seit einem Jahr bin ich Arbeitstherapeut bei ›Lüsa‹. Ich möchte etwas von der Wärme zurückgeben, die ich hier erfahren habe.«



Kim, 37, Rendsburg

»Als ich sechs war, hat sich mein Vater erhängt. Die Kinder in unserem Dorf durften dann nicht mehr mit mir spielen. Meine Mutter war wie gelähmt vor Trauer, sie saß oft schon früh morgens betrunken am Küchentisch. Ich musste den Haushalt organisieren und Verantwortung für meine einjährige Schwester übernehmen. Als ich neun war, hat meine Mutter wieder geheiratet. Mein Stiefvater war gewalttätig, mit 13 kam ich ins Heim, dann zu einer Pflegefamilie. Ich habe angefangen, Alkohol zu trinken und zu kiffen. Das Gefühl, nirgendwohin zu gehören, war eklig. Wenn ich genug Joints geraucht habe, war es auszuhalten. Mit 19 kamen Kokain und Crack dazu. Als ich mit 23 zum Entzug in einer Klinik war, hat sich meine Mutter umgebracht. Ich habe völlig den Boden unter den Füßen verloren. Damals bin ich an Heroin gekommen. Das Gefühl war so weich und zart, als ob mich jemand in den Arm nimmt und mich einfach festhält. Heroin hat die Trauer gestillt und mein Herz so schön ruhig gemacht.

Ich habe immer wieder versucht, mich aus dem Sumpf zu ziehen, Entgiftungen, Therapie, dazwischen Haftstrafen, immer wieder Rückfälle. In einer Klinik habe ich versucht, mich umzubringen – ich wollte, dass der Schmerz endlich aufhört.

Seit 2019 bin ich mit Buprenorphin substituiert. Im betreuten Wohnen habe ich mich verliebt und bin schwanger geworden. Ich wollte auf keinen Fall, dass mein Kind abhängig zur Welt kommt, und ich wollte stillen. Mit Buprenorphin war das möglich. Ich bekomme eine sogenannte Depotspritze, die einen Monat wirkt. Eine Erlösung, das verschafft mir Ruhe – ich habe eine Borderline-Diagnose und eine Posttraumatische Belastungsstörung. Ruhe in meinem hektischen Kopf ist Gold wert! Ich habe eine gesunde Tochter und kann ein normales Leben mit ihr führen. Ein Leben ohne Substitution kann ich mir nicht vorstellen.

Seit fünf Jahren nehme ich kein Heroin und kein Crack mehr. Meine Kleine ist zwei, der Alltag mit ihr hilft mir, mich zu strukturieren. Ich habe eine Familie und werde geliebt.«

Der Autor


Foto: Matthias Oertel

Jörg Böckem war selbst lange heroinabhängig, hat Überdosis, Haft, Therapie und Substitution erlebt. Heute lebt er suchtfrei mit seiner Partnerin und zwei Kindern in Hamburg. Als freier Journalist schreibt der 60-Jährige für den »Spiegel« und die »Zeit«. Mit seinem Buch »Lass mich die Nacht überleben« hat er 2004 seinen Drogenkonsum öffentlich gemacht.

Aus eigener Erfahrung sagt er: »Elend und Tod sind nicht zuletzt eine Folge von Lücken im Hilfesystem sowie von Stigmatisierung und Strafverfolgung von Drogenabhängigen. Unschätzbar wichtige Bausteine für ein lebenswertes Leben mit Substanzabhängigkeit sind ein vorurteilsfreier, respektvoller Umgang, der die Bedürfnisse von abhängigen Menschen ernst nimmt und ohne moralische Wertung Unterstützung anbietet. Ein Umgang, der ihre Fähigkeiten und Ressourcen stärkt und ihnen hilft, zu einem positiven Selbstbild zu gelangen, sowie menschenwürdige Lebensumstände. Und, nicht zuletzt: Substitution, die medikamentöse Behandlung einer Abhängigkeitserkrankung, rettet nicht nur Leben und schützt vor Folgeerkrankungen, sie kann auch maßgeblich dazu beitragen, dieses Leben menschenwürdig zu gestalten. Die Bedürfnisse abhängiger Menschen sind verschieden – wie bei anderen Krankheiten sprechen nicht alle auf das gleiche Medikament gleich gut an. Auch hier ist es die Aufgabe des Hilfesystems, das richtige Medikament für den jeweiligen Menschen zu finden.«

Freundlicherweise zur Verfügung gestellt vom Hamburger Straßenmagazin Hinz&Kunzt



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

Anzeige

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.


Protokoll und Foto: Alexander Hertz-Kleptow

Katharina, 54, HEMPELS-Verkäuferin und Besucherin im Café »Zum Sofa«:
Das »Sofa« ist ein Ort der Begegnung. Hier können sich die Leute treffen und austauschen. Ganz egal mit welchem Hintergrund. Ob obdachlos, psychisch erkrankt oder aus der Straßenszene, hier ist jeder willkommen. Man findet hier Unterstützung, auch untereinander. Jedem wird mal ausgeholfen, ob mit einem bisschen Tabak oder ein paar Euro, die man geliehen bekommt. Außerdem kommen hier Spenden an und werden verteilt. Davon profitiere auch ich. Dadurch, dass ich HEMPELS-Verkäuferin bin, komme ich eigentlich täglich in das »Sofa«, um meine Magazine zu kaufen. Denn das »Sofa« ist auch eine HEMPELS-Ausgabestelle, was sehr wichtig für mich ist. Dass es hier einen guten und günstigen Kaffee gibt, muss auch noch erzählt werden. Das »Sofa« muss unbedingt bleiben!

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

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

Brathering mit Bratkartoffeln

von Roland


Bild: Mit KI generiert

Für 4 Personen:

- 8 sauer eingelegte Heringe
- 1 kg Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 100 g durchwachsener Speck
- 6 Eier
- Schnittlauch
- Petersilie
- Salz, Pfeffer


Foto: A. Hertz-Kleptow

Roland war auch schon mal HEMPELS-Verkäufer. Inzwischen ist er aber bereits seit langer Zeit – mit kleinen Unterbrechungen – ehrenamtliche Tresenkraft im HEMPELS-Vereinscafé »Zum Sofa«. Diese Arbeit macht ihm Spaß und er weiß, dass er etwas Gutes tut. Außerdem ist ihm der soziale Kontakt wichtig. »Man trifft hier auf Freunde, die fast schon zum Familienersatz geworden sind«, sagt der 56-Jährige. Unseren Leserinnen und Lesern empfiehlt er Brathering mit Bauernfrühstück. Das Rezept hat der gebürtige Kieler von seiner Oma. Sie wurde 103 Jahre alt und spielte in Rolands Leben eine wichtige Rolle. Es war das erste Gericht, das er von ihr gelernt hat.

Dazu als Erstes die Kartoffeln schälen und kochen. Am besten sind Kartoffeln vom Vortag. Dann die Zwiebeln und den Speck klein schneiden. Die Kartoffeln schön knusprig braten, salzen und pfeffern. Etwas später die Zwiebeln und den Speck mit in die Pfanne geben. Die Eier mit Salz, Pfeffer und den Kräutern verquirlen. Den Hering scharf anbraten. Zum Schluss das Rührei über die Bratkartoffeln geben und umrühren, bis das Ei gestockt ist. Dazu gehören auf jeden Fall saure Gurken aus dem Glas – und ein gemischter Salat passt auch sehr gut. **AHK**

ROLAND WÜNSCHT GUTEN APPETIT!

Zugehört

»Killer«
Mine

Blutverschmiert blickt Mine vom Cover ihres sechsten Albums »Killer«. Das passt: Die Berliner Musikerin, mit bürgerlichem Namen Jasmin Stocker, klingt so wütend und rastlos wie lange nicht. Nach »Klebstoff«, »Hinüber« und »Baum« räumt sie auf und killt alte Selbstbilder und Teile von sich, die sie nicht mehr braucht.

Thematisch dreht sich alles um Veränderungen: Bei »Lichter aus« etwa wiederholt sie manisch »Es ist vorbei, es ist vorbei«. »Bild von mir« handelt vom Kampf gegen fremde Zuschreibungen, »Eat the Rich« mit Nenda von Geld und Ungleichheit und in »Relativ« landet Mine mitten im politischen Jetzt: Rechtsruck, Angst und die Frage, wie man in einer zunehmend braun gefärbten Welt noch zusammenfindet.

Der Sound? Elektronisch. Analoge Synthesizer pumpen und flirren, Beats treiben nach vorn, Stimmen werden verfremdet, Streicher und große Chöre brechen immer wieder durch die Elektronik. Mine lässt Hyperpop, Hip-Hop und düsteren Elektropop aufeinanderprallen und schafft es trotzdem, unverkennbar nach Mine zu klingen.

Das ist ambitioniert, manchmal fast überladen. Wo jeder Sound, jeder Gedanke und jede Wendung Bedeutung tragen soll, fehlt gelegentlich Luft. Aber vielleicht passt auch das zur Gegenwart. »Killer« ist kein bequemes Album, sondern eines, das zappelt, zweifelt und wütet. Und gerade weil Mine hier so viel zerstören will, bleibt am Ende etwas erstaunlich Lebendiges übrig.



MUSIKTIPP
VON MICHAELA DRENOVAKOVIC

Durchgelesen

»Unser Sommer endet nie«
Virginie Grimaldi

Zwei Schwestern – ein Neuanfang? Virginie Grimaldi erzählt die Geschichte zweier erwachsener Schwestern, die eine letzte Woche im Haus ihrer verstorbenen Großmutter verbringen, auf sehr interessante Weise. Vor jedem Kapitel aus der Gegenwart gibt es einen Eintrag aus den Jahren der Kindheit der beiden Schwestern. Das heißt, das Buch beginnt im Jahr 1985 mit der Geburt Agathes und endet 2017. So peu à peu lernen wir die beiden Schwestern kennen und werden mit ihnen erwachsen.

Das Buch hat mich sehr positiv überrascht. Es ist keine seichte Schwestern-Geschichte, sondern greift durchaus schwierige Themen auf. Am Anfang erscheint alles rosig. Doch je weiter man liest, bekommt die heile Welt Risse. Es ist erschreckend, wie weit die Erfahrungen der Vergangenheit in die Gegenwart reichen.

Ein schöner Roman – spannend zu lesen, aber mit einem gewissen Tiefgang.



BUCHTIPP
VON MONIKA FUCHS
BÜCHERKOMPASS BULL KG
IN NORDERSTEDT

Angeschaut

»Lebensansichten eines Huhns«
György Pálfi

Ob nun das Ei oder das Huhn zuerst da war, wird sich wohl nie klären, aber mit Sicherheit ist dies der erste abendfüllende Kinofilm mit einem leibhaftigen Huhn in der Hauptrolle!!!

Das Leben dieses Huhns beginnt wie geplant in der Massentierhaltung: schlüpfen, wachsen, fett werden und dann ab in den LKW. Doch mit Glück, Geschick und dem nötigen Freiheitsdrang gelingt die Flucht und ab dafür in die Freiheit. Doch dort lauern andere Gefahren: Füchse, Raubvögel und natürlich Autos. Doch dann wird es von einem Hund geschnappt und zu seinem Herrchen apportiert, dem Besitzer eines heruntergekommenen Restaurants mitten in den Bergen Griechenlands. In dessen Hühnerstall setzt es sich gegen die Angriffe der anderen Hennen durch und gewinnt das Herz des Hahns. Mischt sich zudem in die kriminellen Machenschaften der dort lebenden Familie ein und verursacht auf einem der vielen weiteren Fluchtversuche ein großes Unglück, obwohl sie doch nur ihr Ei ausbrüten wollte …

Geschickt verwebt György Pálfi die Lebenswege von Huhn und Mensch. Kameraführung, Dramaturgie, kluge und spannende Überraschungen und ein sehr gutes Ende haben mich sehr überzeugt. Und spätestens NACH diesem Film wäre ich Vegetarier geworden, denn es sind kluge Tiere mit frechem Schalk im Blick – schauen sie ruhig einmal genau hin! Allerdings würde ich die Altersfreigabe von 6 auf 12 Jahre erhöhen.



FILMTIPP
VON OLIVER ZEMKE

Experten vom Mieterverein zu Mietrechtsfragen

Dreistigkeit siegt nicht immer, ist aber lästig

Manchmal können auch wir als erfahrene Volljuristen nicht glauben, was einigen Mietern zugemutet wird. Folgender Fall ereignete sich in Kiel:

Ein Ehepaar mietet eine Wohnung bei einem namhaften Vermietungsunternehmen. Sodann erreichte sie ein Mieterhöhungsverlangen nach § 558 BGB. Hierbei handelte es sich um ein Vergleichsmieterhöhungsverlangen, welches in Kiel mit dem Kieler Mietspiegel begründet sein sollte.

Nach einigem Hin und Her landete die Angelegenheit einige Monate später vor Gericht. Der Richter entschied, dass die Wohnung einen Wert von 6,52 Euro pro Quadratmeter hat. Zugleich mussten die Mieter rückwirkend ab 01.08.2025 die zu wenig gezahlte Miete nachzahlen. Nur drei Monate nach der gerichtlichen Feststellung erhielten eben diese Mieter ein erneutes Mieterhöhungsverlangen, in dem der Vermieter 6,91 Euro pro Quadratmeter verlangt.

Zwar wird die gesetzliche Frist von 15 Monaten gemäß § 558 Abs. 1 S. 1 BGB eingehalten, allerdings hat ein Richter eben gerade den aktuellen Quadratmeterpreis (6,52 Euro) ausgeurteilt. Nun fast 34 Euro im Monat mehr zu verlangen, auch wenn es die Wohnung aktuell nicht hergibt, ist wirklich dreist. Auch wenn die Mieter sich selbstverständlich gegen eben diese Mieterhöhung wehren sollten, so ist auch dies wieder eine neue Belastung und Anstrengung, die nicht sein müsste.



*Expertinnen und Experten des Kieler Mietervereins schreiben zu aktuellen Mietrechtsfragen. Lesen Sie diesen Monat eine Kolumne des Volljuristen **Hibo Smit.** 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

Jobcenter darf Heizkosten nicht ohne Weiteres kürzen

Das Landessozialgericht Schleswig-Holstein hat mit Beschluss vom 02.06.2026 entschieden, dass ein Jobcenter Leistungen für die Heizung nicht allein deshalb kürzen darf, weil der Vermieter keine Verbrauchsabrechnung vorgelegt hat und der Leistungsbezieher deswegen ein Zurückbehaltungsrecht haben könnte. Zudem ist vor einer Leistungsabsenkung ein ordnungsgemäßes Kostensenkungsverfahren durchzuführen.

In dem der Entscheidung zugrunde liegenden Verfahren hatte die Leistungsbezieherin nach Auffassung des Jobcenters einen Mietvertrag abgeschlossen, bei dem neben einer Betriebskostenpauschale auch eine Heizkostenpauschale vereinbart worden ist. Da der Vermieter nach § 4 Heizkostenverordnung zur verbrauchsabhängigen Abrechnung über die Heizkosten verpflichtet ist, habe die Leistungsbezieherin hinsichtlich der Heizkosten ein Zurückbehaltungsrecht, müsse diese also nicht zahlen. Insofern bestehe auch kein grundsicherungsrechtlicher Bedarf. In der Folge bewilligte das Jobcenter der Leistungsberechtigten ab März 2025 keine Leistungen für die Heizung mehr.

Das Landessozialgericht konnte die Frage, ob Heizkostenvorauszahlungen oder Heizkostenpauschalen vereinbart wurden, dahingestellt lassen. Denn in beiden Fällen hätte der Leistungsberechtigten ein Zurückbehaltungsrecht zugestanden. Dieses hätte sie aber tatsächlich auch ausüben müssen, um keiner Zahlungspflicht mehr ausgesetzt zu sein. Da sie das nicht getan hat, war sie zur Heizkostenzahlung weiterhin verpflichtet und hatte damit auch einen Anspruch auf Leistungen für die Heizung gegenüber dem Jobcenter.

Zudem hätte das Jobcenter vor einer Einstellung der Leistungen für die Heizung ein Kostensenkungsverfahren mit einer qualifizierten Kostensenkungsaufforderung durchführen müssen, welche die Leistungsberechtigte in die Lage versetzt hätte, ihre Rechte gegenüber ihrem Vermieter wirksam geltend zu machen. (Schleswig-Holsteinisches Landessozialgericht, Beschluss vom 02.6.2026, L 3 AS 122/26)



*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.*

»Warum HEMPELS ideal passt«

Ulrike, 59, verkauft seit Oktober 2025 unser Straßenmagazin in Tarp und Eggebek



Treffen an einem verregneten Freitagmittag in Tarp: Straßenverkäuferin Ulrike (rechts) mit HEMPELS-Vertriebsmitarbeiterin Elke Blanke auf dem Parkplatz vor ihrem Verkaufsplatz.

Vorhin habe ich Elke (HEMPELS-Mitarbeiterin Elke Blanke, die unsere Verkäuferinnen und Verkäufer in Flensburg und dem Umland betreut, Anm. d. Red.) vom Bahnhof in Tarp abgeholt. Sie hat mir die aktuelle Ausgabe mitgebracht und mich zu meinem Verkaufsplatz vor dem Edeka-Markt begleitet. Wir haben beim Bäcker einen Kaffee getrunken, auch über Privates geschnackt – und dann habe ich noch zwei Hefte verkauft, bevor der Reporter für dieses Protokoll dazukam.

Wie ich zu HEMPELS kam? Fangen wir vorne an! Aufgewachsen bin ich in einer Kleinstadt in Rheinland-Pfalz. 1984 zog ich nach Hamburg und wollte Diätassistentin werden. Ich habe die Ausbildung abgeschlossen, dabei aber festgestellt, dass ich nicht in diesem Beruf arbeiten möchte. Stattdessen wollte ich mein Fachabitur nachholen, um Sozialpädagogik zu studieren. Auf dem Weg zur Schule stand ich leider öfter im Elbtunnel im Stau – und wegen ein paar Minuten Verspätung wurde immer ein Riesen-Theater gemacht.

Deshalb habe ich das Fachabi abgebrochen und in der Gastronomie gearbeitet. Ich war ein echter Workaholic, hatte mehrere Jobs gleichzeitig und war eine beliebte Angestellte: Morgens habe ich in dem einen Laden Frühstück gemacht, abends stand ich woanders am Tresen.

Ich war eine Zeit lang verheiratet und wurde Mutter eines Sohnes. Doch 1997 änderte sich einiges: Zunächst kam ich wegen psychischer Probleme in eine Klinik, anschließend wurde mir eine Erwerbsunfähigkeitsrente zugesprochen. Das war ein Schock: eben noch Workaholic – plötzlich in Rente!

Für meine Lebensgeschichte spielt meine damalige Wohnsituation eine wichtige Rolle. Anfang der 90er-Jahre zog ich in eine neue Wohnung, die sehr hellhörig war, in der Hunde nicht erwünscht waren – und in der ich mich einfach überhaupt nicht wohlgefühlt habe. Weil ich einen Wohnberechtigungsschein nur für diese Wohnung hatte, konnte ich mir aber keine andere suchen.

Erst 2005 verließ ich diese Wohnung und zog in eine Selbsthilfe-WG nach Angeln. Dort hatte ich Hund und Garten – und fühlte mich deutlich besser und gesünder. Außerdem hatte ich verschiedene Mini-Jobs, zum Beispiel im Altenheim. 2025 sollte das WG-Haus allerdings saniert werden, und wir mussten raus. In Tarp fand ich eine neue Wohnung und machte mich gleich auf die Suche nach Arbeit. Nach vielen Absagen erhielt ich endlich eine Zusage und wurde Assistenz einer jungen Mutter im Rollstuhl.

Doch dann wurde Brustkrebs bei mir diagnostiziert. Ich bin optimistisch und es belastet mich nicht so stark – aber die Stelle als Assistenz kann ich vorübergehend leider nur sehr eingeschränkt ausüben. Deshalb passt HEMPELS ideal für mich: Wenn es mir körperlich und psychisch gut geht, verkaufe ich. Und wenn nicht, dann nicht. Diese Freiheit gefällt mir! Ich stehe total hinter HEMPELS und lese öfter im Heft. Und ich koche gerne die Rezept-Tipps nach.

PROTOKOLL UND FOTO: GEORG MEGGERS

JA, ICH MÖCHTE HEMPELS UNTERSTÜTZEN!

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT

Ich möchte Fördermitglied von HEMPELS werden und zahle monatlich/jährlich _____ 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

In HEMPELS veröffentlichte Leserbriefe geben grundsätzlich die Meinung der jeweiligen Verfasserinnen und Verfasser wieder

Zu: Ausgabe für Juli & August Nr. 362

»Sehr gut gefallen«

Euer Bericht über die »Husumer Tonköpfe« hat mir sehr gut gefallen. Besonders das Titelbild finde ich faszinierend. Es ist schon für sich ein Kunstwerk, in dem ich sogar einen knorrigen Baum in dem Gesicht sehe. Herzlichen Dank!

Klaus Moldenhauer; Kiel

Zu: Ausgabe für Juli & August Nr. 362

»Super Zeitung«

Ich habe die Zeitung in Schleswig gekauft und habe ALLES gelesen. Super Zeitung!

Theresia Drexl; Penzing

Zu: HEMPELS allgemein

»Tolle Ausgaben«

Herzliche Grüße und danke für die tollen Ausgaben!

Michael Struck; Bordesholm

Sommer, Regen, gute Laune

Unser Sommerfest fiel ins Wasser – und war trotzdem ein nettes Zusammenkommen

Das traditionelle HEMPELS-Sommerfest lief in diesem Jahr nicht wie geplant: Der Wetterbericht hatte für diesen lange im Voraus terminierten Freitagnachmittag Ende August bereits Düsteres prophezeit. Wohl deshalb machten sich deutlich weniger Gäste als in den Vorjahren auf den Weg in den Innenhof hinter dem HEMPELS-Vereinscafé »Zum Sofa«. Als es am frühen Abend dann wirklich wie aus Eimern zu schütten begann, baute die kleine Party-Gemeinde kurzerhand das Zelt ab und verlegte die Feier nach drinnen.

»Natürlich hatten wir uns besseres Wetter und mehr Besucherinnen und Besucher gewünscht«, sagte HEMPELS-Verkäuferbetreuer Alexander Hertz-Kleptow, nachdem alles ins Trockene gebracht war. »Aber alle, die sich trotz der Wettervorhersage hierher gewagt haben, hatten trotzdem eine schöne Zeit!« Zu unserem Sommerfest sind immer alle Menschen aus dem HEMPELS-Umfeld eingeladen: zum Beispiel Verkäuferinnen, Mitarbeiter und Ehrenamtliche.



HEMPELS-Mitarbeiter Alexander Hertz-Kleptow im Innenhof hinter unserem Vereinscafé »Zum Sofa«, kurz nachdem das Festzelt abgebaut und die Party nach drinnen verlegt wurde.

Für die Verpflegung sorgte wie in den vergangenen Jahren erneut das Küchenteam des Kieler Ankers, einer von HEMPELS und der Diakonie Altholstein gegründeten Gesellschaft zugunsten wohnungsloser und von Armut betroffener Menschen. Alexander Hertz-Kleptow sagt: »Es war wie immer sehr, sehr lecker – ein großes Dankeschön für diese tolle Unterstützung!« **MGG**

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).

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2026

Die Jahreshauptversammlung des HEMPELS e. V. findet statt als Video-Konferenz am Mittwoch, 18. November 2026, von 16.00 bis ca. 17.30 Uhr

TAGESORDNUNG:

1. Begrüßung durch den Vorstand
2. Wahl des Versammlungsleiters / der Versammlungsleiterin
3. Wahl des Protokollführers / der Protokollführerin
4. Annahme der Tagesordnung
5. Bericht des Vorstandes mit Aussprache
6. Jahresabschluss 2025
7. Entlastung von Vorstand und Geschäftsführung
8. Vorstandswahlen
9. Planung 2027 mit Aussprache
10. Satzungsänderung

Es wird beantragt, § 9 Nr. 1. Satz 2 der Satzung zu streichen und als neuen Satz 2 einzufügen:
Jedes Vorstandsmitglied ist bei Rechtsgeschäften bis zu einem Wert von 20.000,00 € alleinvertretungsberechtigt, bei Rechtsgeschäften mit einem Wert von mehr als 20.000,00 € sind jeweils zwei Vorstandsmitglieder gemeinsam vertretungsberechtigt.
Im Übrigen bleibt die Satzung unverändert.

11. Verschiedenes
12. Personalangelegenheiten

Für den Vorstand: Jo Tein

Anmeldungen bis zum 31.10.2026 bitte unter: verwaltung@hempels-sh.de

Bewerbung zum Vorstand bis zum 31.10.2026 an die Geschäftsführung per E-Mail: ulrich@hempels-sh.de

Verkaufende in anderen Ländern

Rund 100 Straßenzeitungen gibt es auf der Welt. Wir lassen hier Verkäufer/innen zu Wort kommen. Ogbe Mengs (61) aus Eritrea verkauft »Surprise« in Zürich-Wollishofen (Schweiz).



Als ich in die Schweiz kam, wollte ich sofort arbeiten. Ich war das gewohnt, denn ich komme von einem Ort, an dem viel gearbeitet wird. Aber es war nicht so einfach. Ich hatte viele schlaflose Nächte, weil ich keinen Job fand. Dann begannen die Rückenschmerzen, und ich musste ins Spital. Durch Kollegen habe ich »Surprise« kennengelernt. Im Winter ist der Verkauf wegen der Kälte nicht gut, da dies meiner Gesundheit schadet. Aber für eine andere Arbeit habe ich keine Kraft.

1998 begann in meiner Heimat ein Krieg und ich hätte Militärdienst leisten müssen. Also bin ich durch die Sahara geflüchtet, meine Frau und unsere sechs Kinder habe ich zurückgelassen. Inzwischen konnte ich sie alle in die Schweiz holen.

Gegen meine Schmerzen muss ich jeden Tag 20 bis 23 Tabletten einnehmen. Wegen der Nebenwirkungen habe ich Sehprobleme bekommen. Ich würde so gerne mal in die Ferien gehen, an die Wärme. Der Arzt hat mir das empfohlen. Aber mit wenig Geld ist das schwierig. Manchmal verkaufe ich bis über den Freibetrag von 500 Franken, dann bekomme ich aber keine Sozialhilfe. Trotzdem macht mich das glücklich. Wenn ich arbeite, fühle ich mich unabhängig.

MIT DANK AN HANNA FRÖHLICH (TEXT), BODARA (FOTO) UND »SURPRISE«/INSP.NGO

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

Leicht

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

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 September 2026 / Nr. 363:

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

Leicht

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

Schwer

HEMPELS-KARIKATUR VON KOSTAS KOUFOGIORGOS
WWW.KOUFOGIORGOS.DE





SOFARÄTSEL

Haben Sie zuvor das kleine Sofa gefunden?

Dann Seite 2 lesen und mitmachen!

Eten na de niegste Mood



Sund sien. Fit sien. Jung sien. Schöön sien. Een lange Leven. All dat kannst du mit dat richtige Eten hebben. So warrd us dat jümmers vertellt. Un dat gifft wohrschienlich keen een, de nich tomindst glöövt, dat een or twee Saken dorvun passen warrd.

Keen will denn nich sund sien, fit sien, jung sien, schöön sien un een lange Leven? Dat is doch dat, wat wi all anstreevt. Un wenn dat so eenfach is. Blots dat richtige Eten un allens löppt vun alleen. Dat kriegt wi dat doch hen.

Nich? Nee. Nee. Utreden laat wi hier nich gellen. Du muttst di blots informeern. Kiek di doch mal üm. Allerwegens finnst du Informatschonen. In't Internet, in't Feernsehn, in'e Supermarkt. Wenn du willst, kannst du ok Böker lesen. Mit all disse Informatschonen kannst du nu wiss gor nix mehr verkehrt maken. Man du warrst bald marken, dat dat bannig veel Arbeit is, wenn du dat allens so maken willst, as de Experten di dat raadt. Un keen sik nich allens Expert nöömt! Ik glööv binah jedeen, de jichtenswann wat eten hett. Un is dat nich ok so? Dat is wat, wat wi all jedeen Dag doot. Denn sünd wi doch all Experten, wenn dat üm't Eten geiht.

So, un wat is denn nu dat Richtige Eten? Ja, dat is denn doch nich so eenfach. De een seggt so, un de anner seggt dat anners. Un mit de Tiet ännert sik dat jümmerto. Wat du eenmal lehrt hest, dat gellt all lang nich mehr. Weetst du noch? Fröher hett dat in de Reklaam noch heten, dat dat mit de Schokolaad noch een Portschoon Melk babento gifft. Un bi de Bonschers gifft dat Vitaminen ahn Enn. Nasch un slicker di sund. So hett sik dat tomindst anhöört. Wi hebbt dat doch to de Tiet all nich glöven kunnt, man glöven wullt, denn de Utreed is doch to schöön west.

Weetst du noch, Grootmoder un ehr Kürbissupp or de Marmelaad vun Haagbutten? Un denn de Haverflocken, Krankenhuuseten hebbt wi de nöömt? Dor is fröher so mennigeen piesackt wurrn mit dat gode Eten. Un hett in jus Goorn ok Rode Beet, Sueramper un Rauke wussen? De hett de Grootmoder ok to geern op de Disch brööcht. Wat'n Glück, dat du nu dien Eten sülvst utsöchst.

Wat ittst du denn nu hüüttodaags? Wenn du mit de Mood geihst, denn ittst du dat allens, de Kürbis, de Haagbutten, de Haverflocken, de Rode Beet, de Sueramper un sogar de Rauke. De warrd nu Rucola nöömt un kümmt ut Italien. Un allens is dat Superfood, Supereten. As wenn Grootmoder dat nich jümmers wüsst harr.

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

OBOLUS
SOZIALLÄDEN IN KIEL



Filiale Zentrum
Sophienblatt 64a
Mo-Fr: 9:00 - 18:00
Tel. 0431-71034012

Filiale Dietrichsdorf
Heikendorfer Weg 47
Mo-Fr: 9:00 - 16:00
Tel. 0431-600539711

Filiale Gaarden
Johannesstraße 48
Mo-Fr: 9:00 - 18:00
Tel. 0431-600538411

Kontakt:
info@obolus-kiel.de
Insta:
obolus_sozialladen_kiel

Ein Projekt von:
faw/// jobcenter.kiel



Der Knaller für
Kleinunternehmen &
Existenzgründer

Rundum-Sorglos-Websites | Online-Marketing
Flyer | Visitenkarten | u.v.m.

volltreffer-im-netz.de by ideenwerft | Tel. 0431 26092211



Jetzt eröffnen und 3000 °P sichern:
Das smarte Wertpapier-Depot
direkt in deiner App Sparkasse.

PAYBACK

Infos, Aktionsbedingungen und S-Neo eröffnen unter:
foerde-sparkasse.de/s-neo

Weil's um mehr als Geld geht.

Förde Sparkasse

HERZLICH WILLKOMMEN ...

...bei Ihrem Getränkefachgroßhändler
im Norden

Wir beliefern:
Privatkunden
Gewerbe- & Industriekunden
Gastronomie
Veranstaltungen
Events & Messen

Kontakt
Kieler Str. 10
24631 Langwedel
Telefon: 04329/ 8 16
www.ollisgetraenke.de
bestellung@ollisgetraenke.de

Ollis
Getränke Service

gesponsert bei
Wittenseer
Aus Liebe zum Norden.