Harburg-Huus

für Obdachlose

Sommer 2023

Neues Angebot: Gesundes Frühstück ...

... mit Ernährungsberatung im Harburg-Huus

Jule Markmann (l.) kümmert sich als Gesundheitswissenschaftlerin und Diätassistentin um die gesunde Ernährung der Gäste

Seit Februar bereite ich mit viel Freude ein gesundes und abwechslungsreiches Frühstück für die Gäste im Harburg-Huus zu. Das Buffet ist vielfältig: Haferflockenbrei, frischer Obstsalat, Gemüse und eine Eiweißportion in Bioqualität sind der tägliche Standard. Die finanziellen Mittel dazu stammen vom Verein „24 GUTE TATEN e.V.“ Die Spenden ermöglichen es, ernährungsphysiologisch hochwertige und an die Bedürfnisse der Gäste angepasste Mahlzeiten anzubieten.

Mit dem abwechslungsreichen Frühstücksangebot nehmen die Gäste mehr Obst und Gemüse zu sich und ihr Zuckerkonsum verringert sich. Die tägliche Versorgung mit Wasser, Kaffee, Tee und frisch gepresstem Saft sorgt für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

Außerdem bin ich Ansprechpartnerin für die Gäste rund um das Thema Ernährung. In individuellen Beratungen erfahre ich mehr über deren Leben und Essgewohnheiten. Im gemeinsamen Gespräch finden wir einen Weg, den selbst gesteckten Ernährungszielen näherzukommen. Dies kann bei bestimmten Erkrankungen, wie zum Beispiel Diabetes oder Arthritis, sinnvoll sein.

Neben der Beratung der Gäste stehe ich auch meinen Kolleginnen und Kollegen zur Seite. Ich führe Schulungen zum Thema Hygiene oder zur fachgerechten Lagerung von Lebensmitteln durch. Dadurch ist das ganze Team ausgebildet, hygienisch einwandfreie Mahlzeiten zu garantieren, die die Gesundheit der Gäste schützen.

Auch die Organisation der Arbeitsabläufe in der Küche kommt nicht zu kurz. „Seitdem Jule da ist, wirkt die Küche viel strukturierter“, sagt Vanessa S., die einmal pro Woche als Ehrenamtliche die Speisenausgabe unterstützt

Jule Markmann

Dart-Turnier

Wer wird Dart-Meister?

Das erste Harburg-Huus Darts Open am 11. Mai war ein voller Erfolg. Zum Harburg-Huus-Konzept des Perspektivwechsels passte die aktive tagesstrukturierende Freizeitgestaltung perfekt, bei dem sich die Obdachlosen als Sportler erfahren.

Turnierbeginn war um 11 Uhr. Zuvor hatten die Gäste die Zeit genutzt, um sich aufzuwärmen und die Würfe zu üben. Die Gäste und Mitarbeiterinnen spielten dann in mehreren Runden gegeneinander um den besten Platz, in den darauffolgenden Runden dann gegeneinander um den 1. Platz. Nebenbei wurde ein Buffet mit Hot Dogs und frischen Säften zur Verfügung gestellt, um sich für den nächsten Wurf zu stärken. Nach zweieinhalb Stunden fand die Siegerehrung statt – mit den beliebten Einkaufsgutscheinen, gesponsert von der Initiative „Harburg schenkt“. Alle Gäste erhielten eine Urkunde sowie Haupt- und Trostpreise.

Treffsicher: Teilnehmerin am Dart-Turnier

Schön wars ... Open Air mit Promi-Aufgebot

Impressionen vom Sommerfest vorm Harburg-Huus

Zehn Tage vor seinem Auftritt in der Elphi gab der Grammy-nominierte Hamburger Konzertpianist Sebastian Knauer auf dem Steinway-Flügel ein einstündiges Konzert unter die Autobahnbrücke am Harburg-Huus

Die Autogrammstunde mit Serienstar Merve Çakir und Botschafterin des Harburg-Huus‘ begeisterte

Star-Köchin Cornelia Poletto bot Pasta zugunsten des Harburg-Huus‘ an

Moderator Rene Koch, Einrichtungsleiterin Rosa Schlottau, Sebastian Knauer, DRK-Fundraiserin Dr. Simone Thiede, Cornelia Poletto, Merve Çakir, Dr. Rüdiger Grube und DRK-Präsident Lothar Bergmann (v.l.n.r.)

Helfen Sie mit!

DANKE, dass Sie uns unterstützen, obdachlosen Menschen die Chance auf einen Neuanfang zu geben.

Spendenkonto Harburg-Huus
Hamburger Sparkasse
IBAN DE77 2005 0550 1262 2275 39
BIC HASPDEHHXXX

Dort, wo akute Not besteht, wo sonst keine Mittel vorhanden sind, setzen wir uns für obdachlose Menschen ein. Bleiben Sie an unserer Seite.

Top-Manager Dr. Rüdiger Grube unterstützt als Schirmherr das Harburg-Huus

Kontakt :

Harburg-Huus für Obdachlose
Außenmühlendamm 10 b
21073 Hamburg
Tel. (040) 80 79 09 86
E-Mail: harburg-huus@drk-harburg.hamburg

www.drk-harburg.hamburg
www.harburg-huus.de

Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Hamburg-Harburg e.V.