

# für uns

Mitgliedermagazin der Baugenossenschaft Hof eG | Februar 2017

**bg**

Baugenossenschaft Hof



## Träumst du noch – oder wohnst du schon?

**Rauchwarnmelder werden installiert**

**Aktion „Schönstes Baby“ auch im Jahr 2017**

**Spende an AWO-Kindertagesstätte**

**Hardy Pöllmann – 30 Jahre im Team**



# Liebe Leserinnen und Leser,

Platz ist in der kleinsten Hütte, lautet eine alte Volksweisheit. Ganz so einfach ist das sicher nicht, aber oft lassen sich auch in einer kleinen Wohnung eine Menge an „optischen“ Zusatzquadratmetern herausholen. Hilfreich sind neben staufreudigen Möbeln und Ordnungskisten auch viele Tricks zum Dekorieren und Einrichten. Dass die Wohnung dadurch eine ganz neue Atmosphäre bekommt, ist dabei ein schöner Nebeneffekt. Ob Spiegel, hellere Wand- oder Deckenfarbe: Versuch macht klug – und Spaß bringt es auch.

Ich wünsche Ihnen schöne Tage bei hoffentlich nicht allzu frostigen Temperaturen.

Ihr

## Inhalt Februar 2017

### Wohnen mit uns

Spende an AWO-Kindertagesstätte.....	3
Hardy Pöllmann – 30 Jahre im Team.....	3
Träumst du noch – oder wohnst du schon?.....	4
Rauchwarnmelder werden installiert.....	5
Aktion „Schönstes Baby“ auch im Jahr 2017.....	5

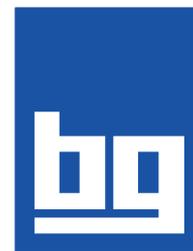
### Unter Mieter(n)

Zeugs und Zucker.....	6
Patientenverfügung – alles geregelt.....	7
Faschingskostüm für Kinder.....	8
Richtig heizen und lüften.....	9
Komm doch mal vorbei, Nachbar.....	10
Kleine Wohnung ganz groß.....	12

### Unterhaltung

Spiel, Spaß und Spannung für Kids mit Buchvorstellung und Wissenswertem.....	14
Filmtipp, Musik, Literatur.....	15
Impressum.....	15





Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel im Kreise der Kinderschar

## Spende an AWO-Kindertagesstätte

Kurz vor Weihnachten überreichte Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel der AWO-Kindertagesstätte einen Scheck über 1.000 Euro. Seit 2013 erhält am Ende des Jahres ein Hofer Kindergarten eine Spende in Höhe von 1.000 Euro von der Bauge nossenschaft Hof. Jedes Jahr kommt das Geld einer anderen Tagesstätte zugute. Wer gewinnt, darüber entscheidet das Los. Die Bauge nossen-

schaft verzichtet dafür auf Geschenke an Geschäftspartner und fördert so die Entwicklung der Kinder in unserer Stadt.

Die Leiterin des Kindergartens, Frau Andrea Illauer, informierte Frau Rödel bei der Scheckübergabe, dass das Geld wahrscheinlich für die Holzbühne im Außenbereich verwendet wird. ●

## Hardy Pöllmann – 30 Jahre im Team

Herr Hardy Pöllmann wurde 1986 als Sachbearbeiter für Mitgliederbetreuung und Hypothekensbuchhaltung eingestellt. Bereits ein Jahr später wechselte er in die Finanzbuchhaltung und übernahm mehr Verantwortung.

Dank seiner Fachkompetenz und seiner geradlinigen Art, Dinge umzusetzen, wurde Herrn Pöllmann am 1. September 2003 die Leitung des Geschäftsbereichs „Rechnungswesen“ übertragen.

Für sein Engagement während der vergangenen 30 Jahre für die Bauge nossenschaft Hof dankte Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel Herrn Pöllmann recht herzlich und wünschte weiterhin viel Tatkraft und Freude bei der Arbeit. ●

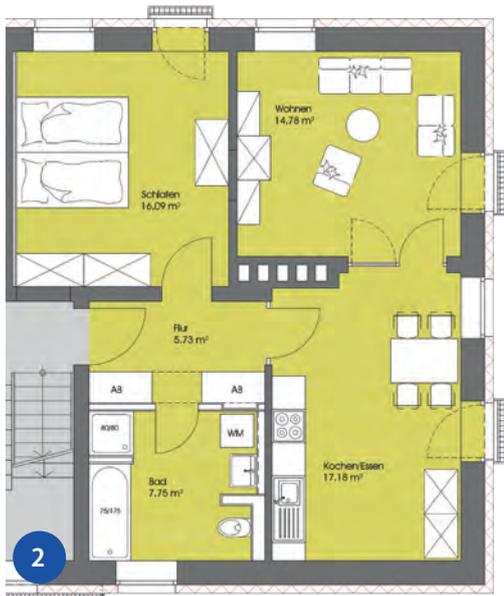


Das Bild zeigt von links: Stellvertretenden Vorstandsvorsitzenden Thomas Seidel, Vorstandsmittglied Helmuth Rödel, Herrn Hardy Pöllmann und Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel



### Impressum

Redaktion und verantwortlich: Bauge nossenschaft Hof eG, An der Michaelisbrücke 1, 95028 Hof  
 ☎ 09281 7353-0, www.bg-hof.de, kontakt@bg-hof.de



1 Außenansicht Gartenstraße 37, 39  
2 Wohnungsgrundriss

## Träumst du noch – oder wohnst du schon?

Ganz nach diesem Motto sind voraussichtlich ab 01.02.2017 6 Wohnungen in der Gartenstraße 39 fertiggestellt und können besichtigt werden. Ab dem 01.03.2017 werden voraussichtlich 6 weitere Wohnungen in der Gartenstraße 37 bezugsfertig. Die Wohnungsgrößen reichen von 47 qm bis 64 qm.

Wollen Sie die Wohnungen mieten oder besichtigen? Vereinbaren Sie dazu einfach einen Termin mit unserem Kundenberater Stefan Söllner unter folgender Mobil-Nr.: 0171 7290452 oder per E-Mail: stefan.soellner@bg-hof.de. Oder Sie klingeln bei Alexandra Gottsmann aus unserer Hausverwaltung unter der Telefon-Nr. 09281 7353-12 durch. ●

3–6 Impressionen von der Baustelle 12/2016 – so sah es noch im Dezember aus!

**Adresse:** Gartenstraße 37 und 39  
**Modernisierung:** zum Energieeffizienzhaus 70  
**Heizung:** kostengünstige Pelletsheizung  
**Bezugsfrei ab:** voraussichtlich 01.02.2017/01.03.2017

### Beispielwohnung mit 64 qm:

**Kaltmiete:** 416,00 Euro  
**zzgl. Nebenkosten:** 167,00 Euro  
**= Warmmiete:** 583,00 Euro

### Ihre Ansprechpartner

Alexandra Gottsmann  
Telefon: 09281 7353-12  
alexandra.gottsmann@bg-hof.de



Stefan Söllner  
Telefon: 0171 7290452  
stefan.soellner@bg-hof.de



# Rauchwarnmelder werden installiert

Liebe Mieterinnen und Mieter,

ein Rauchwarnmelder ist ein elektronisches Gerät, das an der Zimmerdecke montiert wird. Der laute Alarmton warnt bei intensiver Rauchentwicklung und gibt den Bewohnern die Möglichkeit, sich rechtzeitig in Sicherheit zu bringen. So wird insbesondere nachts vermieden, dass es Opfer durch giftige Rauchgase gibt. Die kleinen Lebensretter werden an den Decken in Wohn-, Schlaf- und Kinderzimmern sowie im Flur montiert.

In diesem Zusammenhang weisen wir daraufhin, dass Sie als Mieter den Einbau von Rauchwarnmeldern durch ein von uns beauftragtes Unternehmen dulden müssen. Dies gilt laut BGH-Urteil selbst dann, wenn Sie bereits Ihre Wohnung mit von Ihnen ausgewählten Rauchwarnmeldern ausgestattet haben. ●



Ab Februar bis voraussichtlich Mai 2017 hat nun die Baugenossenschaft Hof die Firma **sidur GmbH** aus Bad Schwartau beauftragt, die Rauchwarnmelder in unserem gesamten Bestand zu installieren. Sie werden aber noch rechtzeitig benachrichtigt, zu welchem Zeitpunkt der Einbau in Ihrer Wohnung erfolgt.



## Aktion „Schönstes Baby“ auch im Jahr 2017

Unsere beliebte Aktion „Schönstes Baby der BG Hof gesucht“ geht in die nächste Runde. Auch in diesem Jahr suchen wir dazu den hübschesten Nachwuchs in der Genossenschaft.

### Wie können Sie teilnehmen?

Ganz einfach! Alle Eltern, die Mieter oder Mitglieder unserer Genossenschaft sind und ein Baby im Alter von 0 bis 12 Monaten haben, können sich am Wettbewerb beteiligen. Als Dankeschön erhält jeder Nachwuchs ein kleines Präsent.

Das Siegerbaby erhält ein Geschenk im Wert von 100 Euro. Der oder die Zweitplatzierte erhält ein Präsent über 75 Euro und für den dritten Platz winkt ein Geschenk für 50 Euro. ●



Gewinner-Baby 2016 (Leo)



### Kontakt

Senden Sie uns das Foto Ihres Kleinkindes mit Namen und Altersangabe an die E-Mail-Adresse: **[kontakt@bg-hof.de](mailto:kontakt@bg-hof.de)**. Beachten Sie dazu bitte, dass das Foto eine hohe Bildauflösung hat. Mit Ihrer Einsendung willigen Sie ein, dass wir das Foto Ihres Kindes in unserer Mieterzeitung, in der örtlichen Presse und im Internet am Ende des Jahres zur Prämierung veröffentlichen dürfen.

Im Oktober wird eine Jury den hübschesten BG-Nachwuchs küren.

Machen Sie mit, es lohnt sich!

**Einsendeschluss ist der 30.09.2017**

# Zeugs und Zucker

Äpfel werden mithilfe von Schellackläusen zum Glänzen gebracht und in Sojamilch verbirgt sich gleich ein ganzer Cocktail aus den insgesamt 316 zugelassenen Zusatzstoffen.

Ob nun das harmlose Gläschen Rote Beete, Ketchup oder der angebliche Fruchtsaft: Sie alle werden mit Zucker versetzt. Selbst in manchen vermeintlich gesunden Lebensmitteln finden Chemiker nur noch Wasser, Zucker und Aromastoffe. Auch eine gekaufte Packung Krautsalat enthält eine Dosis, die 16 Stück Würfelzucker entspricht. Sehr gern wird Industriezucker auch in Kinderprodukte, Müslis und Joghurt gepanscht. Den Zucker zu identifizieren ist schwierig. Er verbirgt sich hinter 70 (!) verschiedenen Bezeichnungen. Ob Gerstenmalzextrakt, Glukosesirup oder Polydextrose ... alles Zucker. Laut Test nehmen wir auf diese Weise schnell über 100 Gramm Zucker täglich zu uns. Von der Weltgesundheitsorganisation werden dagegen maximal 25 Gramm (etwa sechs Teelöffel) täglich gerade noch für vertretbar gehalten.

## Hauptsache leckeres Aussehen

Eine einfach zu durchschauende Orientierungshilfe auf den Verpackungen, wie die Gesundheitsampel, wurde von der Lebensmittellobby verhindert.



„Deine Nahrungsmittel seien deine Heilmittel.“

Hippokrates, griechischer Arzt

Auch ansonsten sind einige Konzerne nicht gerade zimperlich. Teerfarbstoffe sorgen für „lecker“ aussehende Lebensmittel. Frostschutzmittel hält das Speiseeis auch bei minus 20 Grad portionierbar. Insgesamt 316 mit einem „E“ versehene Zusatzstoffe sind erlaubt. Mit deren Hilfe entsteht gern schon mal aus Holzspänen Vanillearoma. Selbst bestimmte Schimmelpilze werden eingesetzt. Paradoxiertweise machen sie Brot länger haltbar und sorgen durch die Bildung von Kohlendioxid für die Lockerheit des Teigs. Neutral heißt das dann Backtriebmittel. Aber die Zusatzstoffe werden auch als Antioxidationsmittel eingesetzt, die eine Verbindung mit Sauerstoff verhindern. Emulgatoren wiederum verbinden Wasser und Öl, Farbstoffe, Feuchthaltemittel. Geliermittel machen Flüssigkeiten fest. Außerdem gibt es noch Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe, Verdickungsmittel und so weiter. Immer öfter entwickeln Menschen Allergien gegen diese unheimlichen Cocktails.

Da helfen nur das genaue Studieren der Inhaltsstoffe und der Verzicht auf bereits verarbeitete Lebensmittel. Oder das Befolgen des Ratschlags eines Ernährungsexperten: Essen Sie nichts, was Ihre Großmutter nicht als Essen erkannt hätte. ●



## Daten & Fakten

# 316

Zusatzstoffe mit einer E-Nummer sind zugelassen.

Sie müssen gemäß Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung bei verpackten Produkten auf der Zutatenliste aufgeführt sein. Diese Substanzen verdicken, säuern, machen länger haltbar, vergrößern das Volumen, sie färben oder verstärken den Geschmack.

Wer oft zu bereits verarbeiteten Lebensmitteln greift, nimmt täglich geschätzte

# 20 g

Zusatzstoffe zu sich.

Die E-Nummern und die dazugehörigen Erklärungen finden Sie unter <https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/Kennzeichnung/E-Nummern-aid.html>





## Daten & Fakten

Geschätzte  
**20 Mio.**

Testamente gibt es in  
Deutschland.

Nur geschätzte  
**25 %**  
der Deutschen hat eine  
Patientenverfügung  
unterschrieben.

# Patientenverfügung – alles geregelt

Mit einer Patienten- und Betreuungsverfügung sowie einer Vorsorgevollmacht kann jeder rechtzeitig darüber entscheiden, was im Fall der Fälle zu tun ist.

Niemand spricht gern darüber, doch alles Notwendige zu regeln, kann sehr entlastend sein. Auch für die engsten Verwandten, die so wissen, was gewünscht ist. Möchte man im Krankheitsfall lebensverlängernde Maßnahmen und wenn ja, unter welchen Voraussetzungen? Oder stimmt man einer Organentnahme zu, wenn der Hirntod festgestellt wurde? Das sind nur zwei Dinge, die rechtzeitig geregelt werden können.

## Hilfen nutzen

Es gibt bei den Hausärzten und Krankenkassen entsprechende Formulare, in denen man ankreuzen kann, was genau gewünscht wird und was nicht. Nach einem aktuellen Urteil des Bundesgerichtshofs müssen die Aussagen der Verfügung sehr eindeutig sein und verschiedene Eventualfälle (etwa unterschiedliche Erkrankungen) deutlich unterscheiden. Präzise, juristisch verwertbare Formulierungen werden gefordert. Weil wir das in der Regel nicht können, weil wir schließlich medizinisch nicht geschult sind, gibt es hilfreiche Formulare und Ratgeber. Widersprüche oder Auslegungsmöglichkeiten sollen auf diese Weise vermieden werden. Weitgehend unbekannt ist, dass auch hinterbliebene Ehepartner

eine ausdrückliche Vorsorgevollmacht benötigen. Darin wird festgeschrieben, zu welchen Bereichen der Partner Entscheidungen treffen darf, und sie beinhaltet auch eine Verfügung über das Vermögen. Bei der Bank erhält man entsprechende Formulare. Außer dem Nachlass an Geldvermögen gibt es meist Sachbesitz wie Autos, Möbel oder Wertgegenstände. Ebenso müssen Versicherungsverträge aufgelöst werden. Gibt es keinen Ehepartner, den man dazu bevollmächtigen kann, sollte man erwägen, einen Nachlassbetreuer zu bestellen. Besonders wichtig: Alle Unterlagen sollten einfach zu finden sein. Das betrifft auch die Passwörter für die diversen Internetdienste. ●



Am besten alles notariell  
beglaubigen lassen.



## Rat und Tat

Da die Situation bei jedem unterschiedlich ist, sollte man sich fachkundigen Rat einholen. Genaue Infobroschüren und entsprechende Formulare können bestellt werden beim Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz ([www.bmjv.de](http://www.bmjv.de) unter Service/Formulare, Muster und Vordrucke) sowie bei der Verbraucherzentrale ([www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de) unter Themen/Gesundheit & Pflege/Musterbriefe Gesundheit).



# Faschingskostüme für Kinder

Auch wer nicht nähen kann, kann mit unseren Tipps einfach und preiswert ein Faschingskostüm für sein Kind herstellen.

Die Karnevalszeit naht und in vielen Kitas wird Fasching auch außerhalb der Karnevalshochburgen gefeiert. Also muss ein Kostüm her. Dabei ist nicht nur die Optik wichtig, das Kind muss sich auch wohlfühlen und gut bewegen können, sonst ist der Spaß schnell vorbei. Verkleidungen, die in den Läden angeboten werden, sind oft aus billigstem Material, schadstoffbelastet und dafür ziemlich teuer, wenn man bedenkt, dass sie häufig nur einmal getragen werden. Alternativ kann man ein Kostüm selber machen. Das muss gar nicht aufwendig sein und ist auch für handarbeitlich völlig Unbegabte möglich. Drei Ideen:

## Ein kleiner Marienkäfer

Ganz einfach ist ein Marienkäfer-Kostüm zu bewerkstelligen. Man braucht lediglich rote oder schwarze Leggings oder eine entsprechende Strumpfhose und ein rotes langärmeliges Shirt. Außerdem einen schwarzen Haarreif, schwarze Textilfarbe und zwei weiße Styroporkugeln und rote Pfeifenputzer aus dem Bastelladen. Auf das

Shirt malt man hinten von oben nach unten einen Strich sowie schwarze Punkte. Am Haarreif wird der Pfeifenputzer befestigt und oben mit je einer schwarz angemalten Styroporkugel versehen. Das Shirt wird dann zur Strumpfhose oder zu den Leggings getragen. Auf den Kopf kommt der Haarreif mit den Fühlern und auf die Nase kann man noch einen schwarzen Punkt malen – fertig ist das Marienkäferchen.

## Mal was anderes: eine Karotte

Ein Karotten-Kostüm lässt sich auch einfach herstellen und ist originell. Man braucht dafür nur orangefarbenen Filz und grünen Tüll. Aus dem Filz schneidet man die Karotte aus – in Form einer Ellipse, die knapp doppelt so groß ist wie das Kind ohne Kopf. Für den Kopf muss man in der Mitte ein ausreichend großes Loch hineinschneiden, an den Seiten kann der Stoff mit Sicherheitsnadeln zusammengehalten werden. Aus dem grünen Tüll wird der Kopf- und Halsschmuck gebastelt.



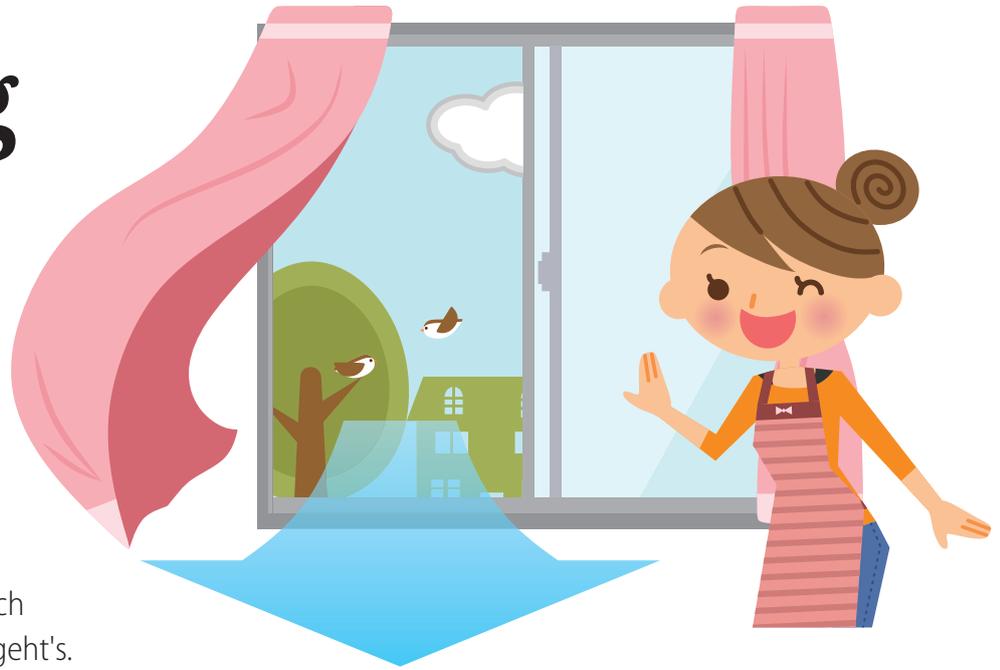
### Tipp

Auf der Internetseite [www.perfectschminken.de](http://www.perfectschminken.de) findet man unter der Rubrik „Kinderschminken“ viele detaillierte Anleitungen, wie man ein Kind für Fasching schminken kann.

## Wilde Tiere

Ganz einfach und noch dazu günstig ist es, das Kind einfach in einen Tiger-Schlafanzug bzw. -strampler zu stecken. Einen solchen findet man auch gebraucht auf eBay Kleinanzeigen oder Mamikreisel.de. Dann muss man nur noch das Gesicht ein bisschen schminken – fertig ist der kleine Tiger. Nützlich sind auch Kleidungsstücke mit Zebrastreifen oder mit Leopardmuster – Letztere gibt es für Mädchen ziemlich häufig. Wenn man beispielsweise einen Leopardbody mit Leopard-Leggings kombiniert, hat man schon ein Kostüm. Geeignet sind auch Jacken mit Bärchenkapuze, die man dann einfach mit einer farblich passenden Strumpfhose kombiniert. So ist das Kostüm auch für Faschingsumzüge bei kalten Temperaturen geeignet. ●

# Richtig heizen und lüften



Schimmel vermeiden, gesundes Wohnklima schaffen und dabei noch Energie sparen – so geht's.

Zu trockene Luft reizt unsere Schleimhäute und feuchte Kälte kann sich an den Wänden niederschlagen. Na, und außerdem sind da noch die Heizungskosten, die man im Auge behalten muss, damit es keine böse Überraschung bei der Nebenkostenabrechnung gibt. Aber wie bekommt man das alles in den Griff?

Eigentlich ist es ganz einfach, wenn man nur ein paar Verhaltensregeln beachtet. Zunächst einmal das regelmäßige Lüften. Das ist notwendig, damit die mit Sauerstoff angereicherte Luft in die Wohnung kommt. Bei diesem Austausch werden Fremdpartikel „entsorgt“ und die Luft wird mit der richtigen Feuchtigkeit versehen.

Durch das Ausdünsten von Reinigungsmitteln, Wohntextilien, Druckern, Tabakrauch oder Küchengerüchen reichert sich die Luft mit Stoffen wie CO<sub>2</sub>, dem radioaktiven Edelgas Radon sowie Keimen und Feinstaub an.

Also raus damit und zwar durch die Methode des Stoßlüftens. Als Grundregel gilt: Alle zwei Stunden für fünf bis zehn Minuten die Fenster öffnen. Wenn möglich, für kontrollierten Durchzug sorgen. So strömt Frischluft herein und der Schimmel bekommt keine Chance. Richtig teuer wird es hingegen für alle, die ihre Fenster längere Zeit auf Kippstellung lassen. Weil dann die Wände auskühlen, schlägt sich zudem darauf Feuchtigkeit nieder. Das wiederum sind ideale Entstehungsbedingungen für Schimmel. Der ist nicht nur eklig, sondern gefährdet auch die Gesundheit.



„Lüften ist notwendig, um unerwünschte Luftinhaltsstoffe wie Wasserdampf, Schadstoffe, Feinstaub und Gerüche abzuführen.“



## Hygrometer

Die Luftfeuchtigkeit verändert die Länge von Haaren, bestimmten Kunststoffen und Metall. Als besonders genau erweisen sich Haarhygrometer. Das Gerät misst die Ausdehnung und kann so die Luftfeuchtigkeit bestimmen. Im optimalen Fall liegt sie bei einer Temperatur von 20 Grad zwischen 45 und maximal 60 Prozent.

## Keine Chance für den Schimmel

Da wir in einem Vier-Personen-Haushalt pro Tag bis zu 15 Liter Wasser in Form von Wasserdampf erzeugen, schlägt der sich ohne richtiges Lüften ebenfalls an den Wänden nieder. Die Feuchtigkeit summiert sich durch unser Atmen, Schwitzen, Kochen, Duschen und Wäschetrocknen. Wäsche sollte nach dem Waschen deshalb möglichst nicht in der Wohnung aufgehängt werden und auch beim Kochen sollte Dunst gut abziehen können. Experten raten außerdem, nach dem Duschen gründlich zu lüften. Übrigens: Große Schränke und Möbel am besten nicht direkt an die Wände stellen. Schon fünf Zentimeter Abstand sorgen für eine bessere Luftzirkulation.

Wer tagsüber nicht in der Wohnung ist oder ungenutzte Räume hat, sollte die Heizung dennoch nicht ganz runterdrehen. Das Aufwärmen aus den niedrigen Temperaturbereichen ist deutlich teurer, als wenn die Wohnung von einer Grundtemperatur von 17 Grad wieder zum richtigen Wohlfühlklima aufgeheizt wird. Sehr viel schneller geht das außerdem. ●

# Komm doch mal vorbei, Nachbar

Per App rücken nun auch die Nachbarschaften enger zusammen: zum Beispiel beim Planen eines Straßenfestes, beim gemeinsamen Joggen, beim Verschenken einer gebrauchten Couch oder bei einer Verabredung zum Kaffeetrinken.

Die „schöne“ digitale Welt kann Menschen auch zusammenbringen. So kommen in Nachbarschaftsnetzwerken alle in Kontakt, die auch in der Nähe wohnen. Schließlich wünscht sich jeder in seinem Viertel, seiner Straße oder im Haus ein lebendiges Miteinander. Aufgeschlossen reden, unkompliziert um kleine Hilfen bitten und anbieten oder auch mal um Rat fragen können: Wer erhofft sich das nicht?

## Nützliche Netzwerke

Kein Wunder also, dass Jung und Alt, Menschen unterschiedlicher Herkunft, Singles, Paare, Be-



rufstätige, Rentner, Familien und Alleinerziehende sich hier versammeln. Ein bisschen ist es so wie früher, als Gespräche über den Gartenzaun oder auf der Straße noch normal waren und gepflegt wurden. Gerade in größeren Städten können nützliche Netzwerke zudem der Vereinsamung von Älteren entgegenwirken.

Anlässe für die digitale Nachbarschaftspost gibt es viele: Da will man den gebrauchten Kinderwagen für wenig Geld loswerden, braucht Hilfe beim Einstellen der Fernsehprogramme oder sucht Unterstützung bei der Einrichtung eines WLAN-Netzes. Oft sind Nachbarn gern bereit, den Ratsuchenden unter die Arme zu greifen. Ein nicht zu unterschätzender Nebeneffekt dabei: Man lernt sich besser kennen. Umso wichtiger in Zeiten, in denen sich der klassische Familienverband immer mehr auflöst. Schließlich wohnen Brüder, Schwestern, Kinder und Enkel oft weit entfernt.



„Man kommt sehr schnell aus der Anonymität heraus und lernt sich fast automatisch kennen. Ich habe dort eine Buchtausch-Gemeinschaft ins Leben gerufen und einen Einkaufsmitbring-Service installiert. Das klappt prima.“

Charlotte Kehrer,  
aktives Mitglied in einem Nachbarschaftsnetzwerk

Auch Interessenten und Helfer für größere Vorhaben lassen sich über diese Netzwerke leicht ansprechen. Etwa für die Organisation eines Straßenfestes, die Verabredung zum gemeinsamen Sport oder das Spaziergehen. Dazu gehören auch Aktionen wie die Verbesserung des Wohnumfeldes, etwa durch eine gemeinsame Aufräumaktion. Und kommen dafür mal nicht genügend Teilnehmer zusammen – auch nicht so schlimm. Niemand muss sich verpflichtet fühlen, es geht schließlich um Anregungen.

### Neues ausprobieren

Die seriösen Anbieter derartiger Portale achten darauf, dass sich tatsächlich nur Nachbarn miteinander vernetzen können. Fremde oder gar Firmen mit ihren Werbebotschaften haben so keine Chance, sich in diese Netzwerke zu schmuggeln. Zudem sind die Funktionen der Plattformen gezielt auf Nachbarn zugeschnitten. So lassen sich Gruppen zu verschiedenen Interessen gründen. Etwa zu einem Fahrradreparaturdienst, zu Einkaufshilfen oder zu einer Renovierungsunterstützung. Sinnvoll ist es, wenn man sich das Portal auch über eine App auf das Smartphone holen kann. Fragen Sie doch mal Ihre Nachbarn: Vielleicht sind die schon auf einem Portal aktiv. ●



### Nachbarschaftsnetzwerke

<http://www.wirnachbarn.com>  
<http://www.netzwerk-nachbarschaft.net/>  
<https://nebenan.de/>  
<https://nachbarschaft.net/>





# Kleine Wohnung ganz groß

Selbst der kleinste Raum lässt sich optisch in Szene setzen. Mit ein paar Tricks und Kniffen wirkt alles viel luftiger und weiter.

Unser Auge wohnt mit. Und deshalb entscheidet auch der optische Eindruck, ob eine Wohnung als geräumig oder eher als beengt empfunden wird. Echte 55 Quadratmeter können mit entsprechenden Tricks schnell auf „gefühlte“ 70 Quadratmeter vergrößert werden – Farben, Spiegeln, Bodenbelägen und Dekotricks sei Dank.

Generell gilt: Kleine Räume wirken mit einer hellen Wandfarbe deutlich geräumiger. Zudem vergrößern hell gehaltene einfarbige Möbel diesen Effekt. Auffällige Muster hingegen verwirren das Auge. Dies gilt auch für Gardinen oder ein kunterbuntes Bilder- oder Fotovielerlei an den Wänden. Damit sollte man eher sparsam umgehen. Das Gefühl von Weite stellt sich auch bei bodenlangen Vorhängen ein.

## Spieglein an der Wand

Einen optisch vergrößernden Effekt erreicht man auch, wenn man die Decken etwas heller streicht als die Wände. Sollen es hingegen Tapeten sein, dann sind längsgestreifte Muster ideal.

Spiegel und Licht sind weitere gefühlte Quadratmeterlieferanten. Wer etwa an einer der Stirnseiten eines schmalen Flures einen großflächigen Spiegel anbringt, verdoppelt so die gefühlte Flurgröße. Auch in anderen Räumen, wie Wohn- oder Schlafzimmer, sorgen Spiegel für mehr Raumtiefe. Ein Effekt, der auch entsteht, wenn der Spiegel in die Raummitte gestellt werden kann, weil er so Tageslicht und künstliche Beleuchtung optimal widerspiegelt. Auf jeden Fall sollten die Spiegel eine helle Wandfläche wiedergeben.

Ein optischer Raumvergrößerer ist auch das Licht. So verteilen Deckenfluter die Helligkeit in jeden Winkel des Raums. Möglichst warm sollte das Licht sein, denn kaltweißes Licht vertreibt die Wohlfühlatmosphäre.

### Licht schafft Weite

Wer zusätzlich kleine Lichtinseln schafft, etwa für den Lesesessel oder am Bücherregal, teilt die Räume unaufdringlich auf, ohne dass die Weite zu kurz kommt. Herumliegende Fernbedienungen, Zeitschriften oder Snackschalen lassen Räume schnell vollgestopft aussehen. Abhilfe schafft hier Stauraum in Form von Vitrinen oder Schränken. Bei Regalen sind Glasböden ideal, weil sie dadurch nicht so wuchtig wirken.

Fenster sollten ebenfalls so frei wie möglich gehalten werden. Möbel, die in den Fensterbereich ragen, sind ebenfalls nicht optimal.

Besonders trickreich ist es, oben an den Wänden, unterhalb der Decke, einen hellen Streifen im hellen Ton der Deckenfarbe zu streichen: So wird scheinbar die Decke angehoben.

Bei der Möblierung ist weniger mehr. Zentrale Möbelstücke, die gern auch größer sein dürfen, beruhigen das Auge. Viele kleinteilige Möbel und zu viel Stilmix sollte vermieden werden. Möbel, Tapeten, Vorhänge und Bodenbelag möglichst aufeinander abstimmen: Zu viel Durcheinander lässt uns unruhig werden. Und zu eng wird's uns dann auch.

Aber wie geht man das nun an? Schritt für Schritt und vor allem: ausprobieren! ●



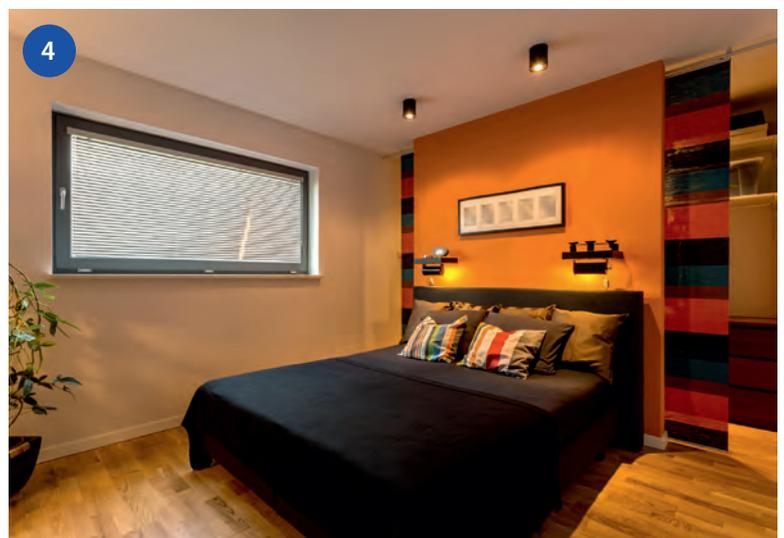
### Das müssen Sie beachten

Bauliche Veränderungen in den Wohnungen dürfen ohne Zustimmung des Vermieters nicht in Angriff genommen werden. Wie genau dies im Einzelnen geregelt ist, erfährt man bei der Verwaltung.

Zahlreiche Einrichtungs- und Dekorationsstricks findet man auf unzähligen Seiten im Internet. Einfach „Einrichtungsstricks“ in das Feld der Suchmaschine eintragen.



- 1 Helle Wandfarben und kreative Flächennutzung vergrößern optisch die Räume.
- 2 Spiegel, geschickt platziert, verdoppeln das Raumempfinden.
- 3 Multifunktionale Möbel sind wahre Raumwunder.
- 4 Lichtquellen und Raumteiler strukturieren den Wohnraum.



## Warum hört man den Donner nach dem Blitz?



Grell zuckt der Blitz am Himmel und meist erst nach Sekunden ist das Krachen zu hören. Warum eigentlich? Licht und Ton verbreiten sich als Wellen. Weil diese unterschiedliche Geschwindigkeiten haben, erreichen sie uns zu unterschiedlichen Zeitpunkten. Licht breitet sich mit 300.000 Kilometern pro Sekunde aus. Eine Geschwindigkeit, die nach Albert Einsteins Relativitätstheorie nicht überschritten werden kann. Der Schall des Donners hingegen, der bei der elektrischen Entladung entsteht, schafft nur 340 Meter pro Sekunde. Es dauert also etwas weniger als drei Sekunden, bis der Schall einen Kilometer zurückgelegt hat. Das Licht schafft die gleiche Strecke in drei Mikrosekunden, wobei eine Million Mikrosekunden eine Sekunde ergeben. Das Licht ist also sofort da. Übrigens: Zählt man die Zeitverzögerung in Sekunden und multipliziert sie mit drei, dann weiß man, wie viele Kilometer man vom Blitzeinschlag entfernt ist. Drei Sekunden zwischen Blitz und Donner ergeben beispielsweise neun Kilometer. 🌩️



## Lieblingsbuch Kellerkind

Im Jahr 1828 tauchte in Nürnberg ein Kind auf, das bis zu seinem 16. Lebensjahr bei Wasser und



Brot ohne menschlichen Kontakt in einem dunklen Raum gefangen gehalten worden war. Die damaligen Wissenschaftler, die das Kind untersuchten, nannten es Kaspar Hauser. Seither gibt es zahllose Theorien über seine Herkunft. Ausgesetzter Erbprinz von Baden soll er gewesen sein. Oder sogar ein Betrüger.

Kristien Dieltiens erzählt eine neue Geschichte zu dem seltsamen Findelkind. Dabei schafft sie es, tief in die damalige Zeit einzutauchen und eine knisterspannende Geschichte zu entwerfen. Sie beginnt mit einem Jungen, der beauftragt wird, Kaspar Hauser zu töten ... Doch wer und was stecken dahinter? Ab 14 Jahre. 🌩️

Kristien Dieltiens: Kellerkind, Verlag Urachhaus, 19,90 Euro

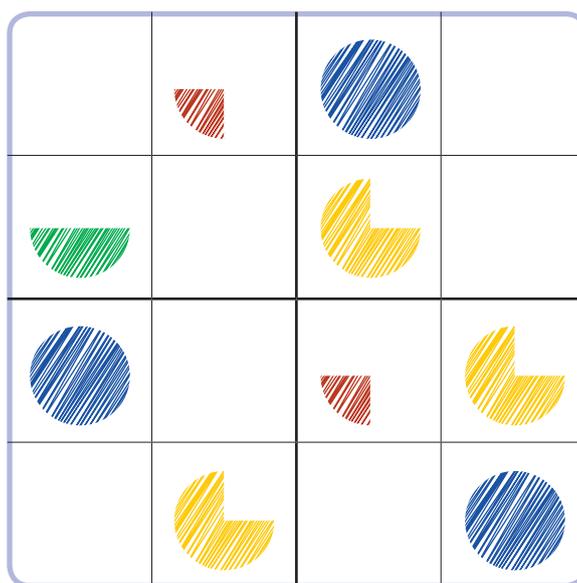


## Wer war eigentlich ... ... Muhammad Ali

Der vom internationalen Olympischen Komitee zum „Sportler des Jahrhunderts“ gewählte Schwergewichtsboxer wurde 1942 in Louisville (Kentucky) geboren.

Aus Wut über ein gestohlenen Fahrrad und die Ermordung eines Jugendlichen durch weiße Rassisten lernte er im Keller des Polizisten Joe Martin das Boxen. Im Februar 1964 wurde er in einem Kampf gegen Sonny Liston Schwergewichtsweltmeister. Berühmt wurde Ali durch seine tänzelnde Beinarbeit. Er kämpfte für die Emanzipation der Afroamerikaner, was ihm in den rassistischen USA jener Zeit jede Menge Schwierigkeiten einbrachte.

Nachdem er seinen Titel durch eine Verurteilung eingebüßt hatte, kam es im afrikanischen Kinshasa zum „Rumble in the Jungle“, bei dem er George Foreman besiegte und erneut Schwergewichtsweltmeister wurde. Insgesamt holte er den Titel drei Mal. Nach seiner aktiven Laufbahn unterstützte der an Morbus Parkinson erkrankte Ali zahlreiche soziale Projekte. Er starb am 3. Juni 2016. 🌩️



Bei diesem **Sudoku-Rätsel** müssen die (rechts aufgeführten) Symbole so platziert werden, dass jedes Symbol pro Reihe und pro Vierer-Block nur einmal benutzt wird.



## Silence

Zwei Jesuitenpriester reisen im 17. Jahrhundert zum Missionieren nach Japan und stoßen auf eine unbekannte Welt. Seit Jahrzehnten arbeitete Martin Scorsese (Der Pate) an diesem anspruchsvollsten und visuell schönsten seiner Filme. Mit dabei: Andrew Garfield, Adam Driver und Liam Neeson. Eine faszinierende Auseinandersetzung um Glaube und Glaubenskrisen. ●



Kinostart: 2. März



## Schwarz und selbstbewusst

Mit ihrem neuen Album „Here“ bezieht Alicia Keys mit der ganzen Wucht ihrer Stimme und atemberaubenden Songs Stellung für die afro-amerikanische Gemeinschaft in den USA. Sie singt quasi all jenen aus der Seele, die sich heute bedroht und verfolgt fühlen. Viele der Songs zeigen ganz bewusst genutzte Anleihen bei Nina Simone und Sam Cooke. Manche Beats erinnern mal an den guten Old-School-Hip-Hop und dann wieder an eindringlichen Soul-Jazz. Ihr ist damit das Meisterstück gelungen, sich mit ganz herausragenden, eindringlichen Songs in die Seelen ihrer Zuhörer zu singen. Authentische, großartige Musik. ●



Alicia Keys: Here, (Sony Music), 13,99 Euro



## Ein Jahr lang gut essen

Viel, viel mehr als ein Kochbuch hat der wohl beste Autor in Sachen leckerer Essen da zusammengestellt. Um seine 250 Rezepte hat Nigel Slater sinnliche Texte garniert, die lebendig und sehr unterhaltsam über die Lust am guten Essen philosophieren. Derart dargereicht, machen seine Texte jedes der vorgestellten Gerichte zu einem absoluten Genuss auch für unseren Kopf. Darunter ist auch ein Brief an das Kartoffelpüree. Na ja, es ist eher eine Liebeserklärung. Er zeigt, was für ein sinnliches Geschmackserlebnis diese vermeintlich einfache Speise sein kann. Alle Rezepte können individuell verändert werden und schmecken auf diese Weise serviert mindestens doppelt so gut. Dieser Gaumenführer durch die Lust am guten Essen hebt sich wohltuend vom Kochbucheinerlei ab. ●



Nigel Slater: Ein Jahr lang gut essen, DuMont Buchverlag, 39 Euro

## Ein Monat auf dem Land

Im Sommer 1920 kommt der Restaurator Tom Birkin in das nordenglische Oxgodby. Der schwer traumatisierte Kriegsveteran soll in der Kirche ein mittelalterliches Gemälde freilegen. Von seiner Frau verlassen und mit chronischen Gesichtszuckungen geschlagen, hofft er im idyllischen Yorkshire zur Ruhe zu kommen. Große Erwartungen hinsichtlich der Verzückungen des Landlebens hegt er allerdings nicht. Und trotzdem: Zunächst fast unmerklich und sehr zaghaft, schlägt sein Leben neue Bahnen ein. Jenseits des inzwischen inflationär gedruckten Land-Lust-Kitsches ist Carr ein Meisterwerk



gelungen. Nicht weniger als ein Klassiker der Weltliteratur. Eine Geschichte über ungeahnte Kräfte, die in uns stecken und das Leben wieder zum Blühen bringen können. Und das genau dann, wenn man nichts mehr erwartet. ●

J. L. Carr: Ein Monat auf dem Land, DuMont Buchverlag, 18 Euro

### Impressum

**für uns** Für Mieter und Genossenschaftsmitglieder | **Herausgeber und Verlag** Haufe-Lexware GmbH & Co. KG, Standort Hamburg, Tangstedter Landstraße 83, 22415 Hamburg, Telefon: 040 520103-62, Fax: 040 520103-14, E-Mail: thomas.zang@haufe-newtimes.de © Alle Rechte beim Herausgeber. Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.

**Redaktion** Thomas Zang (V. i. S. d. P.), Michael Koglin (redaktionelle Leitung), Eva Dorothee Schmid | **Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten** sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich | **Layout** Haufe Newtimes, Hamburg | **Herstellung und Druck** Druckzentrum Neumünster GmbH, Rungestraße 4, 24537 Neumünster

Gut für mich.  
Gut für die  
Umwelt.



schützt  
MENSCH UND UMWELT

„Weil er hilft, unsere Gesundheit  
und die unserer Kinder zu schützen!“

*Oliver Mommsen*  
Schauspieler

Foto: Jim Rakete



Tun Sie etwas Gutes für sich, die Umwelt und die Zukunft!  
Achten Sie beim Einkauf auf den Blauen Engel. Deutschlands  
erstes Umweltzeichen steht seit über 35 Jahren für Transparenz,  
Glaubwürdigkeit, Vertrauen und Qualität. [www.blauer-engel.de](http://www.blauer-engel.de)



Bundesministerium  
für Umwelt, Naturschutz,  
Bau und Reaktorsicherheit