

für uns

Mitgliedermagazin der Baugenossenschaft HofeG | Oktober 2020

bg

Baugenossenschaft Hof

Leben während der Corona-Pandemie

Neuer Aufsichtsratsvorsitzender

BG-Café wiedereröffnet

Vereinsleben trotz(t) Corona

Restaurant triple xXx



Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr 2020 neigt sich dem Ende entgegen: Der Sommer ist vergangen, der Herbst schon da – und die Heizperiode 20/21 steht unmittelbar bevor. Der Frage, wie eigentlich richtig und effizient geheizt (und gelüftet) werden sollte, sind wir in einem kleinen Ratgeber auf den Grund gegangen.

Eine ganz andere Frage indes muss jeder für sich selbst klären: Wie lange lasse ich sinnvollerweise das Kind mit im elterlichen Bett schlafen? Co-Sleeping heißt das Zauberwort und niemand kann wirklich seriös beantworten, welcher Weg der richtige ist. Wir empfehlen: Probieren geht über Studieren!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe.
Ihre Redaktion

Inhalt

Oktober 2020

Wohnen mit uns

BG-Café wiedereröffnet	3
Neuer ARV	3
Vereinsleben trotz(t) Corona	4
Restaurant triple xXx	16

Wohnen für uns

Ein Tag wie kein anderer: der 100. Geburtstag von Fritz Walter	5
Sylt	6
Heizen und Lüften – aber bitte richtig!	8
Co-Sleeping im Familienbett	10
Genossenschaften als Stromproduzenten	12
Zahlen, Daten, Fakten: Achtung, Einbrecher!	13
Unsere Kinderseite	14
Kulturtipps	15
Impressum	15



Leben während der Corona-Pandemie

Wiedersehen im BG-Café

Herausfordernde Wochen liegen hinter uns. Unser aller Leben hat sich durch Corona und die Pandemie verändert. Wir mussten uns an eine völlig neue Situation gewöhnen. Aufgrund der Corona-Pandemie und den daraus resultierenden Verordnungen waren wir gezwungen, das BG-Café zu schließen.

Mitte August konnten wir nun unser BG-Café wiedereröffnen. Voller Freude empfing unser Mitarbeiterteam die ersten Gäste, erstmals auch auf unserer Terrasse. Wie gewohnt hat das Café donnerstags von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr geöffnet. Bei Kaffee und Kuchen ist hier in gemütlicher Atmosphäre ein Austausch mit Nachbarn, Freunden oder Bekannten möglich.

Kommen und besuchen Sie uns in unserem Stadtteiltreff. Bitte melden Sie sich bis einen Tag vorher bei unserer Ansprechpartnerin Frau Ulla Stengel an. Herzlichen Dank.

Sicherheit geht vor

Auch wenn weiterhin Einschränkungen gelten, ist es wichtig, dass sich die Besucher in unserem BG-Café wohlfühlen. Um allen einen unbeschwerteten und sicheren Aufenthalt zu ermöglichen, werden alle Vorkehrungen getroffen, um die vorgeschriebenen Hygienestandards umzusetzen. ●



Kontakt

BG-Café
Layritzstraße 26, 95028 Hof
Telefon: 09281 7353-37
E-Mail: ulla.stengel@bg-hof.de

Neuer Aufsichtsratsvorsitzender

Am 23.07.2020 wurde Aufsichtsratsmitglied Michael Maurer zum neuen Vorsitzenden des Aufsichtsrates gewählt. Das gesamte Team der Bau-genossenschaft Hof gratuliert ihm dazu ganz herzlich und freut sich auf die gemeinsame, konstruktive Zusammenarbeit. Herr Maurer wurde 1968 in Frontenhausen/Kreis Dingolfing Landau geboren. Er ist stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Hochfranken.



10 Fragen an unseren Aufsichtsratsvorsitzenden:

Zu meiner Familie gehören meine Frau Tanja, unsere Tochter Julia und unser Sohn Maximilian.

Wenn ich morgens aufstehe, mache ich Klimmzüge im Garten.

Ich esse am liebsten Rindersteaks und Hofer Bratwürste vom Grill.

Der schönste Platz in Hof ist der Untreusee.

Meine Hobbys sind Laufen, Fitness, Schwimmen, Skifahren, Motorradfahren.

Im Fernsehen schaue ich gerne die „Eberhofer“-Filme (wurden in meinem Geburtsort gedreht).

Den nächsten Urlaub mache ich mit meinem Kumpel auf dem Motorrad in Kroatien.

Einen Orden würde ich verleihen an meine Vorgänger Reinhard Gerstner und Dr. Karlheinz Merkel.

Der tollste Augenblick in meinem Leben war die Geburt unseres ersten Kindes.

Was man im Leben auf jeden Fall mal ausprobieren sollte, ist ein Fallschirmsprung.

Vereinsleben trotz(t) Corona



Auch das Familienzentrum Mütterclub Hof e.V. musste im März schweren Herzens seine Türen für Besucher schließen. Zu diesem Zeitpunkt hatten wir alle noch Hoffnung, dass die Pandemie bald gebannt sei und wir schnell wieder öffnen könnten.

Viel hatten wir in diesem Jahr vor: Unser Doppeljubiläum – 40 Jahre Verein und 20 Jahre Entenrennen – wollten wir groß feiern. Bei den Innenhofkonzerten wären wir heuer ebenfalls dabei gewesen. Die Planungen für all das liefen in vollem Gange, als uns das Corona-Virus hart ausbremste.

Im April verabschiedeten wir uns mehr und mehr von unserer bisherigen Jahresvorausplanung und überlegten uns Alternativen, wie wir trotz Lockdown und Ausgangsbeschränkungen mit unseren Mitgliedern und Besuchern auch weiterhin im Kontakt bleiben können. Um ihnen zu zeigen: „Wir sind noch da und wir denken an euch!“ Facebook und unser neu hinzugekommener Instagram-Account halfen uns in dieser Zeit, zumindest online den Kontakt aufrechtzuerhalten und über anstehende Aktionen zu informieren. Auch telefonisch blieben wir mit „unseren“ Familien – nicht nur Vereinsmitgliedern – in Verbindung. Nach Ostern gab es zum Beispiel eine besondere Blumengruß-Aktion: Für Besucher hatten wir am Eingang Samen zum Mitnehmen und Einpflanzen

ausgelegt. Unsere Aktion kam sehr gut an, und wir sind überzeugt, dass wir einige Hofer Gärten und Balkons im Sommer 2020 ein wenig mehr zum Blühen gebracht haben.

Während der ganzen Zeit ging natürlich auch der Austausch mit den Kurs- und Gruppenleitern sowie unseren Kooperations- und Projektpartnern nahtlos weiter, genauso wie mit unserem Landesverband, der uns und den anderen bayerischen Mütterzentren immer mit Rat und Tat zu Seite stand. Viele Telefonate und Online-Konferenzen halfen uns in der Zeit der Ausgangsbeschränkungen, das Vereinsgeschehen weiter zu planen und auch, sich einfach zu sehen.

Schnell war auch klar, dass es eine Alternative zum beliebten Entenrennen – natürlich in einer abgewandelten Form – geben muss. Der Vorstand beschloss deshalb, vom 27.07. bis 21.08. eine Entenjagd stattfinden zu lassen. Die Resonanz war durchweg positiv, wie an den zahlreichen Kommentaren auf Facebook und Instagram zu sehen ist. Mit dieser Aktion konnten wir viele kleine und große Leute in Hof glücklich machen, was uns als Verein natürlich stolz macht.

Im Juli konnten wir endlich auch wieder mit unseren Kursen und offenen Treffs loslegen, selbstverständlich unter Einhaltung der Hygienevorschriften. Neben den bestehenden Kursen, die langsam wieder anliefen, begann im August ein neuer Yoga-Kurs mit Sarah Roth in unserem Familienzentrum, der eine tolle Resonanz hatte. Nach kurzer Sommerpause im August starteten wir im September wieder richtig durch: Nach und nach wurden unter Einhaltung der aktuellen gesetzlichen Auflagen alle Kurse und offenen Treffs reaktiviert. Gleichzeitig konnten wir unser Veranstaltungsprogramm nochmals mit einem Klangschaalen-Kurs erweitern. Die derzeitigen Kurse mit Kontaktdaten der Kursleiter finden Sie auf der Internetseite www.muetterclub.de. ●



Kontakt

Familienzentrum
Mütterclub Hof e.V.
Layritzstraße 26
95028 Hof
Telefon:
09281 9286496
E-Mail:
info@muetterclub.de
Internet:
www.muetterclub.de



Impressum

Redaktion und verantwortlich:
Baugenossenschaft Hof eG
An der Michaelisbrücke 1, 95028 Hof
Tel.: 09281 7353-0; kontakt@bg-hof.de
www.bg-hof.de

Wir sind die, bei denen
alle Mieter
trotz **Coronakrise** ein
sicheres Zuhause
haben **in Bayern**

Die Wohnungswirtschaft
Bayern





Ein Tag wie kein anderer

31. Oktober: der 100. Geburtstag von

Fritz Walter

Vielen Experten gilt er als der beste deutsche Fußballspieler aller Zeiten, und das in einem Land, das nichts Geringeres als einen Fußball-Kaiser für sich reklamiert.

„Der Schlüssel zum Erfolg ist Kameradschaft und der Wille, alles für den anderen zu geben!“ Kameradschaft: Das war es, was Fritz Walter, dem dieses Zitat zugeschrieben wird, besonders lebte. Die Kameradschaft zwischen elf Männern, die gemeinsam Fußball spielen. Keine elf Ich-AGs, die für sich das vermeintlich Beste herauszuholen versuchen, sondern echte Freunde. 11 Freunde.

Vereinstreu bis zum Karriereende: 30 Jahre FCK

Fritz Walter, ältestes von fünf Kindern, wird 1920 in Kaiserslautern geboren. Schon mit acht Jahren fängt er in der Schülermannschaft des heimischen 1. FC an zu kicken, mit 18 Jahren darf er dann bei den Herren ran. 21 Jahre lang schnürt Friedrich (genannt Fritz) für den Pfälzer Verein seine „Buffer“, erzielt in 384 Spielen sagenhafte 327 Tore. Mit dem 1. FCK wird er (übrigens an der Seite seines vier Jahre jüngeren Bruders Ottmar) 1951 und 1953 Deutscher Fußballmeister.

Seinen größten Triumph aber feiert Fritz Walter im Jahr darauf: Es ist Fußballweltmeisterschaft, die erste, an der Nachkriegsdeutschland wieder teilnehmen darf. Die Endrunde findet in der Schweiz statt. Erstmals wurden die Spiele live im Fernsehen übertragen, weltweit drängelten sich rund 90 Millionen Menschen vor etwa 4 Millionen Schwarz-Weiß-Geräten.

Fritz Walter ist Spielführer der deutschen Mannschaft, die von Sepp Herberger betreut wurde. Die Mannschaft spielte schon in der Vorrunde gegen den damals haushohen Favoriten Ungarn und bezog mit einem 3:8 ordentlich Prügel. Im Finale dann, wo es wieder gegen Ungarn ging, zeigte sich eine andere deutsche Mannschaft und gewann 3:2 – ein Sieg von David gegen Goliath.

Für viele Deutsche war das „Wunder von Bern“ ein Zeichen des Aufbruchs nach dem verlorenen Weltkrieg und den Entbehrungen der Nachkriegszeit. Ein Name wird immer damit verbunden bleiben: Fritz Walter. ●



Legenden unter sich: Fritz Walter (damals 45) und Franz Beckenbauer (damals 19) 1965 beim Fachsimpeln.

Vier Fakten über Fußballlegende Fritz Walter

1.

2. November 1985: Das Stadion des 1. FC Kaiserslautern wird in „Fritz-Walter-Stadion“ umbenannt – Anlass war der 65. Geburtstag Walters, der immer nur für diesen Verein spielte.

2.

1958 wurde Fritz Walter zum 1. Ehrenspielführer der Fußballnationalmannschaft ernannt. Walter spielte 61 Mal für Deutschland (33 Tore), davon 30 Partien als Spielführer.

3.

Für den Historiker Joachim Fest gehört Fritz Walter, neben Konrad Adenauer und Ludwig Erhard, zu den drei Gründervätern der Bundesrepublik Deutschland.

4.

Seit 2005 verleiht der Deutsche Fußballbund den „Nachwuchsspielern des Jahres“ die Fritz-Walter-Medaille für besondere Leistungen in den Altersklassen U-17, U-18 und U-19.

Sylt

„Ich fühle mich in Kampen auf Sylt ein bisschen wie ein Affe im Zoo, aber mit lieben Besuchern.“ Von Gunter Sachs stammt dieser Satz, und er sagt viel aus über die Nordseeinsel. Für viele ist Sylt ein Sehnsuchtsort, für andere eine Promi-Insel. Die Wahrheit? Irgendwo dazwischen.

Hand aufs Herz, wo gibt es das schon in Deutschland? Unglaubliche 40 Kilometer Sandstrand. Am Stück. Man könnte meinen, man sei in Brasilien gelandet oder in Australien, aber nein, es ist Sylt, die größte Nordseeinsel Deutschlands. Das sich der ewig lange Weststrand nicht in Äquatornähe befindet, merkt jeder Besucher schnell: Die Temperaturen übersteigen inselweit selten die 20-Grad-Marke, dazu bläst einem noch tüchtig der ruppige Seewind in die Klamotten – und dennoch ist es hier durchaus paradiesisch.

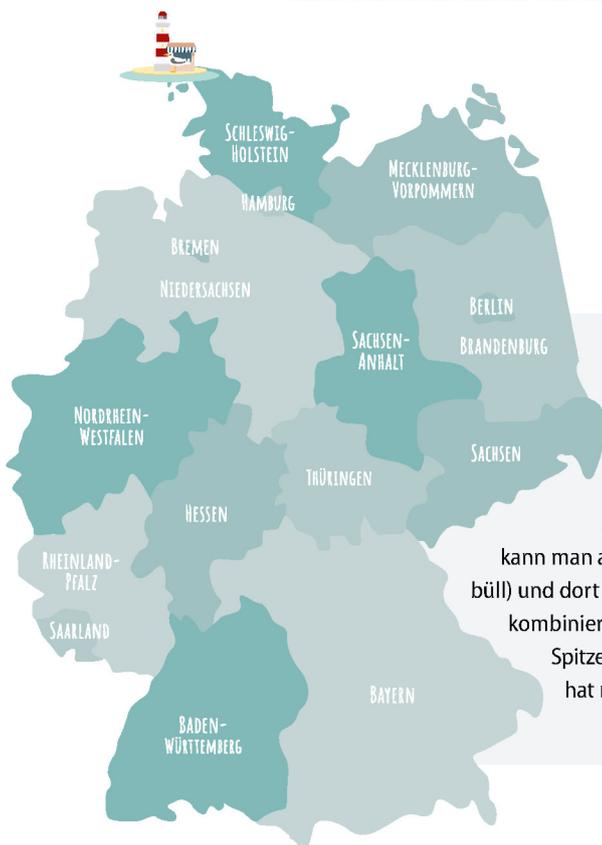
Sylt-Feeling für Fortgeschrittene: Anfahrtpfui, Ankunfthui

Paradiesisch ist in den seltensten Fällen die Anreise auf die Insel: Die ewige Warterei am Autozug in Niebüll ist mindestens nervtötend, und allen Klein- und Mittelklassewagenfahrern sei ein gesundes Selbstvertrauen gewünscht, denn inmitten der SUV-Parade in der Warteschlange kann man sich schon mal klein und unschein-



bar fühlen. Kaum ein bundesrepublikanisches Kennzeichen, dass hier nicht geduldig auf die Verladung nach Westerland wartet. Dortmund, Hannover, Berlin, Nürnberg, Dresden oder Erfurt: Sylt ist bundesweit höchst beliebt.

Zurück zum „Syltshuttle Autoverladung Niebüll“ (wie die Deutsche Bahn die hochmoderne Anlage in typischem Bahndeutsch nennt): Wenn man es dann irgendwann auf den Zug geschafft hat, wird alles gut. Der Urlaub beginnt genau hier und jetzt.



Reise-Info Sylt

Die viertgrößte Insel Deutschlands erreicht man schnellsten über die Autobahn A 23 (bis Heide) und danach über die B 5 via Husum bis nach Niebüll zur Autoverladung. Preise für eine Hin- und Rücktour: 98 Euro (wer dienstags, mittwochs oder donnerstags an- und abreist, zahlt lediglich 85 Euro). Alternativ kann man auch bis Havneby (auf der dänischen Insel Röm) fahren (ca. 70 km weiter als Niebüll) und dort die Autofähre nehmen (Preise zwischen 75 und 85 Euro, auch mit dem Autozug kombinierbar). Man sollte aber beachten: Der Fähranleger ist in List, also an der nördlichen Spitze der Insel. Wer seine Ferienwohnung z. B. in Hörnum hat (Sylts südlichster Zipfel), hat noch mal 35 Kilometer vor sich – dafür ist aber der Weg ganz hübsch.



Daten und Fakten

4,8 Mio.

touristische
Übernachtungen
zählte Sylt 2019.

Spezialtipp: Fahrrad fahren

Auf Sylt empfiehlt es sich besonders, das Auto stehen zu lassen und mit einem Drahtesel die Insel zu erkunden – besser lässt sich das Reizklima der Nordsee nämlich nicht erfahren. 30 Fahrradverleiher buhlen um die Gunst der Touristen (Preise zwischen 10 und 30 Euro am Tag) und etwa 250 Kilometer Wegstrecke warten auf die Radler, um die großartige Landschaft zu erleben. Mit großartigen Steigungen hat man nicht zu kämpfen, einzig der Wind kann einem manchmal zu schaffen machen – aber mit einem E-Bike ist man auch dagegen gefeit.

Westerland verspricht einen eher spröden Charme

Gemütlich schunkelt der doppelstöckige Autozug die 36 Kilometer über den Hindenburgdamm, quer durchs Wattenmeer nach Westerland. Am Bahnhof kann man sie dann schon riechen, die salzige Luft, die von der Nordsee herüberweht. Gemütliche zehn Minuten wandert man mit dem Rollkoffer vom Bahnhof zum Strand, mit dem Auto braucht man fünf – dann allerdings noch einmal 30 Minuten, bis man einen Parkplatz gefunden hat.

Westerland, der Hauptort der Insel, verspricht in großen Teilen den Charme einer in den 1960er-Jahren errichteten Betonarchitektur, nicht hübsch, eher funktionell. Die über sechs Kilometer lange Strandpromenade entschädigt den Besucher allerdings ausnahmslos für alles, was der Ort (ca. 10.000 Einwohner) an Bausünden zu bieten hat. Sehnsuchtsort, hier könnte er sein.

Von Westerland, in etwa die Mitte der Insel, erreicht man per Fahrrad das 18 Kilometer entfernte Hörnum ganz im Süden in einer Stunde. Nach List, ganz im Norden, sind es 17 Kilometer. Und die Promis? TV-Moderatoren, Fußballtrainer,

Großindustrielle, Schauspieler – sie alle trifft man in Kampen im „Gogärtchen“ oder im „Pony“, meist aber sind sie in ihren schmucken Reetdachhäusern in den Dünen. Die „Bunte“ kennt sich da besser aus. Nicht von ungefähr wirbt die Illustrierte aus München damit, dass ohne sie Sylt lediglich eine Insel sei. Eine Insel. Aber auch ein Sehnsuchtsort. ●



Hörnum: Auch am südlichen Ende der Insel sind die Häuser unter Reet.

Heizen und Lüften – aber bitte richtig!

Viele halten das Thema für überbewertet, andere wiederum für extrem wichtig: Um für ein optimales Wohnklima zu sorgen, ist Heizen und Lüften das A und O – aber worauf genau muss man besonders achten?



1.

Wohnklima? Was ist das denn?

Wohnklima beschreibt die Faktoren, die in den eigenen vier Wänden einen unmittelbaren Einfluss auf unser Wohlbefinden haben und somit einen wesentlichen Bestandteil der Wohnqualität und Behaglichkeit darstellen. Einfluss auf unser Wohnklima haben in der Hauptsache die Temperatur und die Luftfeuchtigkeit. Faustregel für gutes Klima daheim: Zwei Drittel des Jahres sollte geheizt werden!

2.

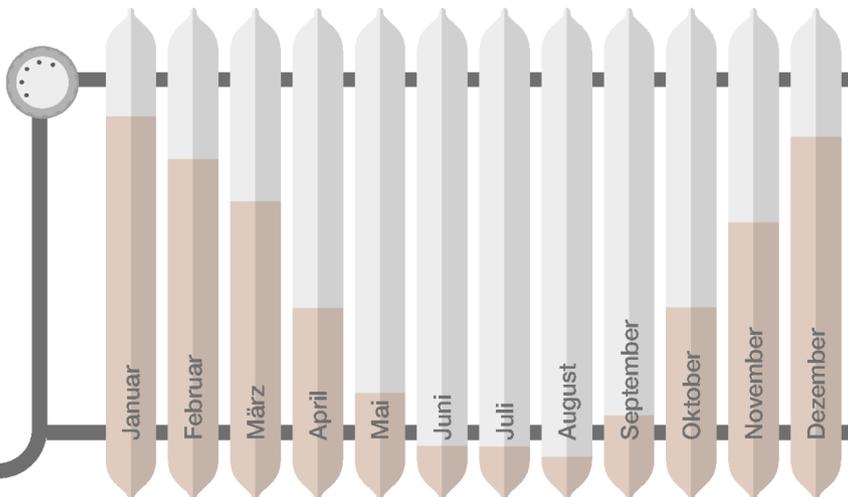
Einheizen will gelernt sein

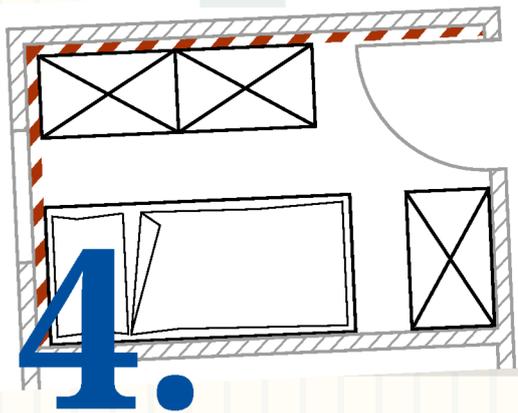
Zwei Drittel des Jahres die Wohnung warm halten bedeutet, dass in neun von zwölf Monaten die Heizkörper aufgedreht sein sollten – aber natürlich nicht gleichbleibend bis zum Anschlag, sondern moderat den Außentemperaturen angemessen. In Sommermonaten, wie wir sie in den letzten Jahren erlebt haben, wo tagelang konstant bei über 30 Grad Celsius das Land im Schwitzkasten gehalten wurde, gehört die Heizung selbstverständlich aus. Wichtig: Heizen Sie auch Räume, in denen Sie sich nicht regelmäßig aufhalten, denn eine durchgehend konstante Temperatur quer durch alle Zimmer ist maßgeblich für ein ausgezeichnetes Wohnklima.

3.

Nicht der Wärme den Weg versperren

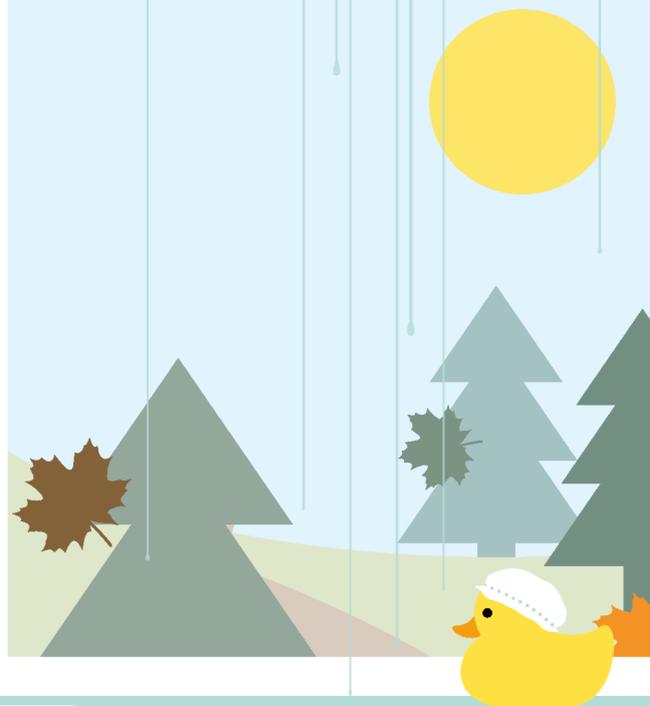
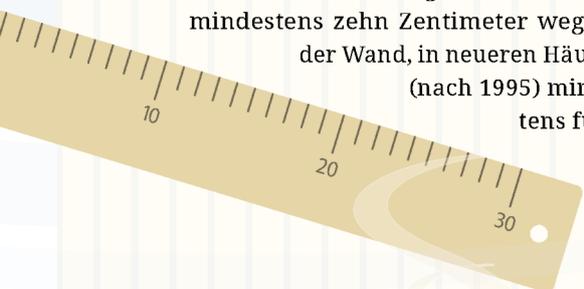
Heizkörper aufgedreht und trotzdem kalte Füße? Das könnte daran liegen, dass Sie der Wärme buchstäblich den Weg versperren. Verzichten Sie auf unnötige Verkleidungen der Heizungen und stellen Sie keine Sofas oder Tische davor. Auch beliebt (wenn auch unbeabsichtigt): Vorhänge, die links und rechts die Heizkörper verdecken. Durch all das entsteht ein Wärmestau und die warme Luft kommt nicht dort an, wo sie eigentlich hin soll: im Zimmer.





Luftzirkulation: so wichtig!

Richtig heizen, gut und schön – aber das klappt nur, wenn die Luft gut zirkulieren kann. Um das zu gewährleisten, sollten Möbelstücke nie direkt an die Außenwände gestellt werden. Es gilt: In älteren Häusern (vor 1995) gehören Sofa & Co. mindestens zehn Zentimeter weg von der Wand, in neueren Häusern (nach 1995) mindestens fünf.



5.

Kondenswasser am Fenster?

Die kältesten Stellen im Raum sind in den meisten Fällen die Fensterscheiben. Wenn die Feuchtigkeit nicht durch richtiges Lüften abziehen kann, lagert sie sich dort ab. Das Wasser, das hierbei entsteht, sollte unbedingt weggewischt werden, damit an den Fensterdichtungen und dem Fensterrahmen kein Schimmel entsteht.



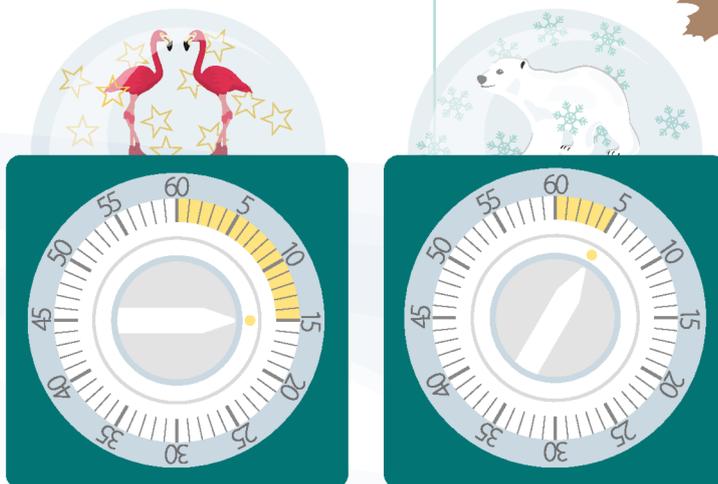
Klima braucht Luft!

Um ein optimales Wohnklima zu erreichen, braucht es regelmäßige Fensterlüftung – besonders, wenn es sich bei Ihren Fenstern um fugendichte Fenster handelt. Lüftung dient nicht allein dazu, verbrauchte Luft durch frische zu ersetzen, vielmehr geht es auch um die Regulierung der Luftfeuchte. Je nach Personenzahl entstehen in einer Wohnung zehn bis 20 Liter Wasserdampf – am Tag! Um diesen abzuführen und die Luftfeuchte ausreichend gering zu halten, muss regelmäßig gelüftet werden.

7.

Gute Frage: Stoßlüften oder Dauerlüften?

Glasklare Antwort: Stoßlüften! Versuchen Sie, einmal am Tag alle Fenster auf Kipp zu stellen und wenigstens zwei komplett aufzumachen – so können Sie einen Durchzug schaffen und blasen der verbrauchten Luft buchstäblich den Marsch. Allerdings sind die empfohlenen Stoßlüftungszeiten je nach Witterung unterschiedlich: Bei mildereren Temperaturen sind zehn bis 15 Minuten erforderlich, bei kälteren lediglich fünf.



Co-Sleeping im Familienbett

Seit einiger Zeit spaltet eine Debatte die elterlichen Schlafzimmer: Sie kreist um das Familienbett, also um die Frage, ob die Nacht neben dem Nachwuchs verbracht werden sollte oder eben nicht. Co-Sleeping nennt sich dieser Trend und wie meistens im Leben gibt es auch auf diese Frage kein eindeutiges Richtig oder Falsch. Aber es gibt durchaus persönliche Präferenzen.

Wenn ich meine Tochter abends frage, ob sie lieber in ihrem Bett (ausreichend geräumig für eine Achtjährige, kuschelig mit vielen Kissen und noch mehr Stofftieren) schlafen möchte oder lieber bei uns (2 x 2 Meter, bequem, aber wenig Kissen und ohne Stofftiere), kenne ich die Antwort schon vorher. Es gibt vielerlei Gründe, warum das Töchterlein lieber bei uns schläft. Und auch für uns gibt es Gründe, ihrem Wunsch in trauter Regelmäßigkeit zu entsprechen.

Hat der Höhlenmensch schuld?

Die Diskussion um das Familienbett – also eine ausreichend große Schlafgelegenheit für Eltern und Kinder gleichermaßen – wabert schon länger durch die Schlafzimmer. Es gibt viele Argumente, die dafür sprechen, aber auch einige dagegen. Als eines der ersten Pro-Argumente wird angeführt, dass es ja ganz natürlich sei, dass die ganze Familie in einem Raum schlafe. Schließlich taten dies die Höhlenmenschen auch. Es darf sicherlich ange-



zweifelt werden, dass Höhlenmenschen neben einem Schlaf- auch über ein Kinderzimmer verfügten. Es gab also in der Ein-Raum-Höhle gar keine andere Möglichkeit, als zusammen zu schlafen. Aber auch grundsätzlich liegt es in der Natur des Menschen, Geborgenheit bei anderen zu suchen – speziell in der Nacht, wenn wir am verletzlichsten sind.

Gute Schlafzeiten, schlechte Schlafzeiten

Aber was bedeutet das für Menschen, die von Haus aus einen schlechten, oder besser: leichten Schlaf haben? Sie lehnen das Miteinander auf der Matratze natürlich ab, sind aber deswegen keine schlechte Eltern. Ganz im Gegenteil: Ein ausgeschlafenes (und somit ausgeruhtes) Elternteil geht mit seinen Sprösslingen entspannter, nachsichtiger und verständnisvoller als jemand, der nach einer verkorkst kurzen Nacht ein dünnes Nervenkostüm hat und nur bedingt belastbar für die Themen, Sorgen und Nöte seiner Kids ist.

Was sind nun die Vorteile des Co-Sleepings? Sie liegen ganz sicher in der Nähe des Kindes insbesondere zu seiner Mutter – je jünger das Kind ist, desto wichtiger ist die gefühlte Geborgenheit. Schlafexperten sind sich darüber hinaus sicher, dass nicht nur das Kind, sondern auch die Eltern besser schlafen, denn sie haben ihr Schutzbefohlenes ja direkt an ihrer Seite bzw. in ihrer Mitte – denn dort sollten die Kleinen schlafen (und nicht am absturzgefährdenden Rand). Die Kinder bauen eine enge Bindung zu ihren Eltern auf und haben in der Regel keine Angst vor dem Einschlafen – der Bi-Ba-Butzemann kommt vielleicht ins Kinderzimmer, ins elterliche Schlafzimmer aber traut er sich bestimmt nicht.

Und was ist mit der Zweisamkeit?

Aber die Medaille hat zwei Seiten. Für Mutter und Kind mag Co-Sleeping ein ganz besonderes Gefühl der Nähe darstellen, für Väter sieht es manchmal anders aus – und zwar fernab des schon beschriebenen leichten Schlafs. Laut einer Umfrage des „Natural Child Project“ vermissen die meisten Männer in der Hauptsache die Zweisamkeit mit ihrer Partnerin. Darüber hinaus nerven sie die unterschiedlichen Aufstehzeiten, die latente Unruhe auf der Matratze (da die meisten Kinder nicht ruhig wie ein Stein schlafen, sondern eher wie ein durchgedrehter Quirl). Und dann wäre da noch die Enge im Bett – aber zumindest dieses Problems hat sich die Industrie schon angenommen: Es gibt tatsächlich die Kategorie „Familienbett“ im Möbelhaus des Vertrauens und unter 3 x 2 Metern sollte man das Experiment Co-Sleeping gar nicht erst anfangen. Allerdings braucht man



dann das entsprechend geräumige Schlafzimmer gleich dazu. Schwierig.

Vorurteile, nichts als Vorurteile

Hartnäckig halten sich Vorurteile, meist ausgesprochen beim geselligen Abendessen mit dem (selbstverständlich) kinderlosen befreundeten Pärchen, dem man fahrlässig anvertraut hat, dass der Nachwuchs mit im ehelichen Bette nächtigt. Die Bedenken reichen von „Die bekommt ihr da nie mehr raus, jedenfalls nicht vor dem 18. Lebensjahr“ bis zu dem Hinweis, man habe irgendwo gelesen, dass aus Kindern, die ewig bei den Eltern im Bett gepennt hätten, am Ende rückgratlose Bettnässer geworden seien.

Das ist natürlich hanebüchener Unsinn. Es gibt tatsächlich Studien, dass sich Co-Sleeping durchaus und nachhaltig positiv sowohl auf die Mutter-Kind- als auch auf die Vater-Kind-Beziehung auswirkt. Familienbett-Kinder (wenn wir sie mal so nennen wollen) sind ihren Eltern gegenüber aufgeschlossener, kommunikativer und sozial umgänglicher mit ihren Freunden. Das heißt aber natürlich nicht, dass die Kids, die von der ersten Minute an im eigenen Bett schliefen, deswegen in das genaue Gegenteil ausschlagen. Jeder muss ausprobieren, was für sich und seine Familie am passendsten ist.

Abschied aus der Familienhöhle

Als mir meine Tochter vor Kurzem etwas kryptisch erklärte, dass sie es nun vorziehen würde, im eigenen Bett zu schlafen, weil jetzt „die Zeit gekommen“ sei, war ich tatsächlich traurig. Nicht, dass ich unser Elternbett nicht auch ohne sie zu schätzen wüsste. Es war eher so, als wenn etwas zu Ende geht. Aber vielleicht hat sie ja irgendwann einen ganz schlimmen Albtraum und kommt zu uns zurück, ins Familienbett. ●



Genossenschaften als Stromproduzenten

Alles für die Mitglieder

Wohnungsgenossenschaften nutzen verstärkt die Möglichkeit, Strom und Wärme selbst zu produzieren. Damit wollen sie das Portemonnaie ihrer Mitglieder schonen und einen Beitrag zum Klimaschutz leisten.

Wohnungsgenossenschaften bieten häufig Wohnraum in ganzen Quartieren an. Sie sorgen für nachbarschaftliches Miteinander, stellen Spielplätze und Sport-Parcours zur Verfügung und unterstützen ihre Mitglieder im Alltag. Da liegt es nah, sich auch Gedanken über die Strom- und Wärmeversorgung des Quartiers zu machen. Warum einen externen Dienstleister beauftragen, wenn es auch unabhängiger, kostengünstiger und klimafreundlicher geht?

Aufgrund der hohen Anzahl von Wohnungen und des Platzes im Quartier bieten sich den Wohnungsgenossenschaften verschiedene Möglichkeiten der eigenen Strom- und Wärmeproduktion an. Die bekannteste ist sicherlich die Solar- bzw. Photovoltaikanlage auf dem Dach. Es gibt aber noch einige weitere, wie beispielsweise die Kraft-Wärme-Kopplung, das Blockheizkraftwerk, die Eispeicherheizung und die Kleinwindanlage. Häufig entwickeln Genossenschaften Konzepte, in denen mehrere Anlagen kombiniert werden. Auch Erdwärmepumpen und Gasbrennwertkessel kommen dabei zum Einsatz.

Unabhängige Genossenschaften

Wohnungsgenossenschaften, die erneuerbare Energien produzieren, verringern den Verbrauch von CO₂ und tragen damit gemeinsam mit ihren Mitgliedern zum Klimaschutz bei. Außerdem sorgen die Wohnungsgenossenschaften dafür,

dass ihre Mieter weniger für Strom und Wärme zahlen müssen. Dies ist meist der eigene Anspruch. Beim geförderten Mieterstrom sind sie sogar gesetzlich verpflichtet, einen Preisnachlass zu gewähren. Dieser Nachlass muss zehn Prozent gegenüber dem örtlichen Grundversorger betragen. Außerdem gewinnen die Wohnungsgenossenschaften gegenüber Dienstleistern und Preisentwicklungen an Unabhängigkeit.

Herausforderungen gibt es bei der dezentralen Energieversorgung durch Wohnungsgenossenschaften noch einige. Für die Umsetzung und die Betreuung der Anlagen muss entsprechendes Fachpersonal zur Verfügung stehen. Der administrative Aufwand ist aufgrund einiger Vorgaben, wie beispielsweise der Mess- und Meldeerfordernisse, hoch und setzt ebenfalls entsprechendes Know-how bei den Mitarbeitern der Genossenschaft voraus. Vor allem aber bereitet den Wohnungsgenossenschaften Schwierigkeiten, dass es keine klare Linie gibt, wie mit ihnen als „Stromlieferanten“ umgegangen werden soll. In der politischen Diskussion stehen z. B. immer wieder die EEG-Umlage, die Körperschaftssteuer, die Einnahmengrenzen für Einkünfte aus Mieterstrom sowie die Förderung. Auch wird mit den verschiedenen Modellen der Energieproduktion unterschiedlich umgegangen.

Das Klimakabinett der Bundesregierung hat im Jahr 2019 in Bezug auf die eigenen und die internationalen Klimaziele das Klimaschutzprogramm verabschiedet. Bis zum Jahr 2030 müssen mindestens 65 Prozent des Stroms aus erneuerbaren Quellen wie Wind und Sonne kommen. Dafür hat das Kabinett Maßnahmen definiert. Eine davon ist die Stärkung des Mieterstroms, also des lokal produzierten Stroms, der nicht über die öffentlichen Netze geleitet wird. ●

„Wenn das Wohnen noch klimaschonender werden und gleichzeitig bezahlbar bleiben soll, brauchen wir statt immer mehr teurer energetischer Sanierungsmaßnahmen endlich zukunftsgerichtete politische Rahmen- und Förderbedingungen, die neue Wege ermöglichen: Dezentrale und CO₂-arme Energieerzeugung ist der Schlüssel.“
Axel Gedaschko, Präsident der Wohnungswirtschaft Deutschland (GdW)



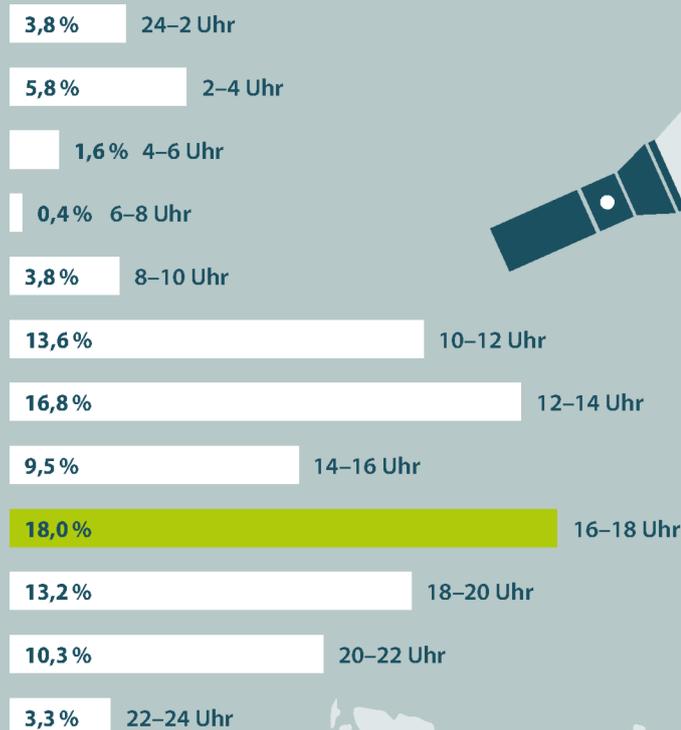
Zahlen, Daten, Fakten

ACHTUNG, EINBRECHER!

78.145

ANZAHL DER POLIZEILICH
ERFASSTEN FÄLLE VON WOHNUNGS-
EINBRUCHDIEBSTAHL IN
DEUTSCHLAND 2019.

ZU DIESEN ZEITEN FINDEN IN
DEUTSCHLAND WOHNUNGSEINBRÜCHE
STATT



82%

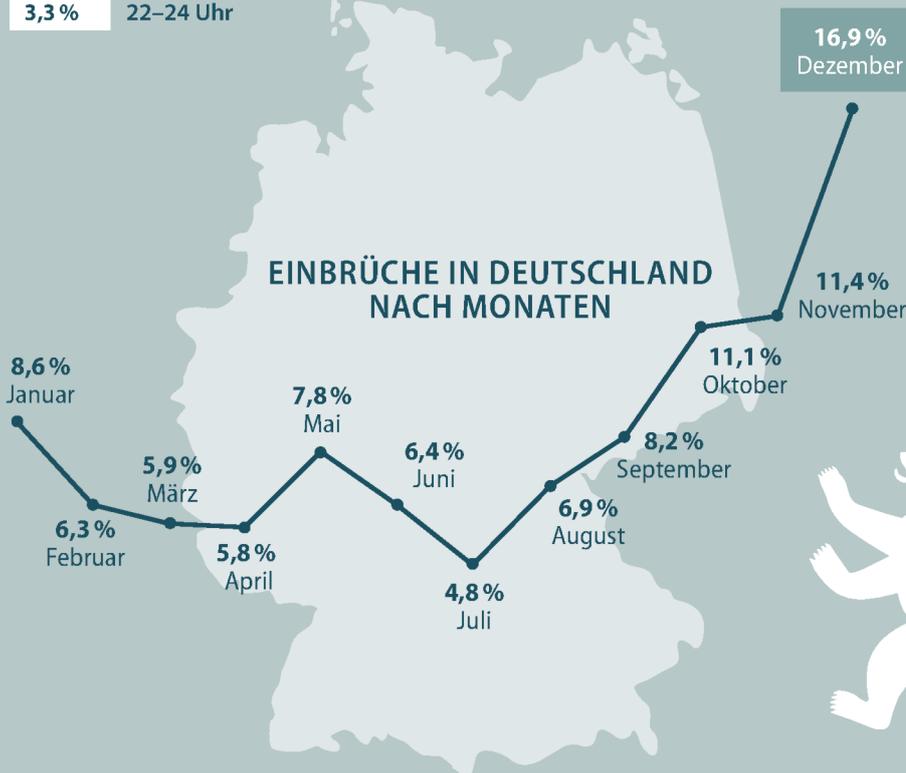
DER WOHNUNGSEINBRÜCHE
WERDEN NICHT AUFGEKLÄRT.



2.850 €

BETRÄGT DER
FINANZIELLE SCHADEN
EINES EINBRUCHS
IM DURCHSCHNITT.

EINBRÜCHE IN DEUTSCHLAND NACH MONATEN



7.965

BERLIN IST DIE STADT
IN DEUTSCHLAND
MIT DEN MEISTEN
ERFASSTEN WOHNUNGS-
EINBRUCHDIEBSTÄHLEN
IM JAHR 2019.

KINDER



Lieblingshörbuch Die drei ??? Die falschen Detektive



Hättest du es gewusst?

Das gehört zu einem gesunden Frühstück

Gutes Frühstück = Brötchen mit daumendick Nuss-Nougat-Creme – oder? Aber ist „gut“ auch gleich gesund? Ihr ahnt es sicher, leider nein! Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) besteht ein gesundes Frühstück aus vier Bausteinen: 1. Getränke, also Wasser oder Tee, 2. Getreide in Form von Brot, Müsli oder Getreideflocken, 3. Gemüse oder Obst, am besten Äpfeln, Bananen, Tomaten oder Gurken und 4. Milch bzw. fettarmen Milchprodukten wie Joghurt, Quark oder Käse. So ein Frühstück, so die DGE, füllt den Energiespeicher für den ganzen Tag – na dann, guten Appetit! 🌟



Über Justus, Peter und Bob muss man ja nicht mehr viel sagen: Seit über 40 Jahren ermitteln die drei ??? im (fiktiven) Rocky Beach und sind somit wohl die dienstältesten Detektive der Welt. In ihrem 207. Fall haben sie es mit Doppelgängern zu tun, denn urplötzlich tauchen drei unbekannte Jungs in ihrer Heimatstadt auf und geben sich als die drei ??? aus – keine Frage, dass Justus (Sprecher: Oliver Rohrbeck), Peter (Jens Wawrczeck) und Bob (Andreas Fröhlich) einiges dagegen haben, dass ihr guter Name leidet ... 🌟

Die drei ???, Folge 207: Die falschen Detektive (Europa / Sony Music), am 25. September erschienen, ca. 8 Euro (CD)



Lieblingssfilm Jim Knopf und die Wilde 13

Hier kommt das nächste Abenteuer von Jim Knopf (Solomon Gordon) und seinem besten Freund, dem Lokomotivführer Lukas (Henning Baum). Ein Jahr ist mittlerweile vergangen, nachdem die beiden Helden die kleine Prinzessin Li Si befreien konnten, und es ist ruhig geworden auf Lummerland – fast ein bisschen langweilig. Die beiden beschließen, den Scheinriesen Herrn Tur Tur auf ihre Insel zu holen, doch auf dem Weg dahin wird ihre Lokomotive Molly entführt – die Wilde 13 hat zugeschlagen! Der fiesen Piratenbande gelingt es auch, Jim und seine Freunde in ihre Gewalt zu bringen, und verschleppt alle auf die mysteriöse „Insel, die nicht sein darf“. Hier müssen sie nicht nur versuchen, sich zu befreien, sondern lüften dabei auch das Geheimnis der Insel: Was hat die Insel mit Jims Herkunft zu tun? 🌟



Jim Knopf und die Wilde 13 (D 2020) mit Solomon Gordon (Jim), Henning Baum (Lukas), Leighanne Esperenzate (Li Si) u. v. a.; ab 8. Oktober im Kino



Lieblingsspiel Speedy Roll

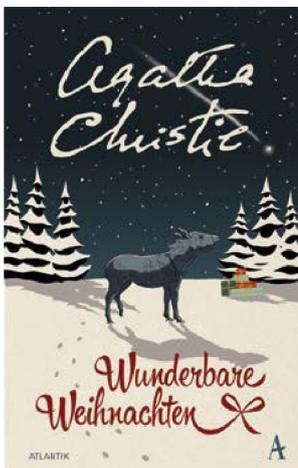


Die Igel brauchen Unterstützung beim Sammeln von Äpfeln u. Ä. Nur wer den fusseligen Ball geschickt über die Waldteile rollen lässt, hilft seinem Igel, auf dem schnellsten Weg sein Heim zu erreichen. Cool: Ihr entscheidet, wie ihr Speedy Roll spielen wollt: Jeder gegen jeden oder lieber gemeinsam. Speedy Roll wurde gerade zum „Kinderspiel des Jahres 2020“ gewählt – eine gute Wahl! 🌟

Speedy Roll (Piatnik); ab 8 Jahre, für 2 bis 4 Spieler; ca. 25 Euro (im Fachhandel)



Kulturtipps



A. Christie: Wundersame Weihnachten (Atlantik), ISBN: 978-3-455-01005-3; 12 Euro (Taschenbuch)



Buch **Wunderbare Weihnachten**

Über Agatha Christie (1890–1976) noch viele Worte zu verlieren, hieße, die berühmten Eulen nach Athen zu tragen. Vielleicht nur so viel: Ihre verkaufte Gesamtauflage übersteigt zwei Milliarden Bücher weltweit, was sie zu einer der erfolgreichsten Schriftstellerinnen aller Zeiten macht. Von Christie sind den Lesern die Krimis von Miss Marple oder Hercule Poirot besonders im Gedächtnis, aber die Britin konnte nicht nur über Verbrechen schreiben. In diesem neu zusammengestellten und frisch aufgelegten Kurzgeschichtenband erzählt sie zauberhafte Geschichten von wunderbaren Begebenheiten und sonderbaren Heiligen – Agatha Christie, die Meisterin des Krimis (mit großem Faible für Weihnachten) mal ganz anders. ●



Kino **Gott, du kannst ein Arsch sein!**

Hinter dem zugegebenermaßen derben Titel verbirgt sich die tragische Geschichte der 16-jährigen Stefanie (Sinje Irlinger) der eine unheilbare Krebskrankheit diagnostiziert wird. Doch anstatt sich ihrem Schicksal zu ergeben, dreht sie auf: Als sie den Zirkussohn und Motorradakrobaten Steve (Max Hubacher) kennenlernt, brennt sie mit ihm nach Paris durch: Mit geklautem Auto und ohne Geld machen sich die beiden auf den Weg. Ihre Eltern (Heike Makatsch und Til Schweiger), krank vor Sorge und Kummer, reisen ihrer Tochter hinterher, um sie zur Vernunft zu bringen – ein einzigartiger Roadtrip nimmt seinen Lauf ... Top-besetztes Kinodrama mit viel, viel Gefühl. ●



Gott, du kannst ... mit Heike Makatsch, Til Schweiger, Jürgen Vogel u. v. a. (Leonie Film); ab 1. Oktober im Kino



Musik **David Garrett: Alive – My Soundtrack**



Dass David Garrett immer schon der „etwas andere Geiger“ war, ist für die meisten sicher keine Neuigkeit. Auf seinem neuen Album geht der Stargeiger (mal wieder) neue Wege: „Alive – My Soundtrack“ ist eine vom Meister höchstselbst zusammen-

gestellte Auswahl seiner favorisierten Filmsongs, alle auf die ganz spezielle David-Garrett-Art eingespielt und arrangiert. Der Clou: Eigentlich sind dem Hörer alle Songs im Ohr, aber eben nicht als ein Stück auf der Geige – denn mal Hand aufs Herz: Wer kann sich schon „Stayin' Alive“ von den Bee Gees aus dem großartigen „Saturday Night Fever“ gefiedelt vorstellen? Aber Garrett macht das unterhaltsam, virtuos und definitiv hörensenswert. 16 Tracks umfasst das Album, das unterm Strich ganz viel Spaß macht. ●

David Garrett: Alive – My Soundtrack (Universal Music), Erscheinungsdatum: 9. Oktober; Preis: ca. 17 Euro



Podcast **Gerhard Schröder: Die Agenda**

Man mag vom Altbundeskanzler halten, was man will, aber zu sagen hatte der Mann immer etwas und meistens war es auch relevant. Nun, 15 Jahre nach seiner Kanzlerschaft, ist der mittlerweile 76-jährige Schröder immer noch eine gern zu allen politischen und wirtschaftlichen Bereichen befragte Person. Von seinem damaligen Regierungssprecher Bela Anda lässt sich Gerhard Schröder in regelmäßigen Abständen zu Themen

wie Europa, Corona, den wirtschaftlichen Folgen des Lock-downs, aber auch zu Vergangenen interviewen: Man muss nicht immer seiner Meinung sein, aber hörensenswert und interessant ist „Die Agenda“ eigentlich immer! ●

Gerhard Schröder: Die Agenda. Jede Woche neu, gratis u. a. abrufbar auf www.a-b-c-communication.de/podcasts.

Impressum

für uns Für Mieter und Genossenschaftsmitglieder | **Herausgeber und Verlag** Haufe-Lexware GmbH & Co. KG, Standort Hamburg, Tangstedter Landstraße 83, 22415 Hamburg, Telefon: 040 520103-22, Fax: 040 520103-12, E-Mail: anna.schneider@haufe-newtimes.de © Alle Rechte beim Herausgeber. Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.
Redaktion Anna Schneider (V.i.S.d.P.), Michael Graul (redaktionelle Leitung), Lena Fritschle | **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



restaurant triple xxx

Sehr geehrte Damen und Herren,

auf diesem Wege möchten wir uns kurz vorstellen.

Nach vielen Arbeitsstunden und umfangreichen Renovierungsarbeiten war es am 2. November 2019 endlich so weit, dass wir das Restaurant triple xXx eröffnen konnten. Das Restaurant hatte eine neue Küchenausstattung erhalten, die Terrasse und die komplette Bestuhlung waren erneuert worden. Unser Speisen- und Getränkeangebot wurde sehr gut angenommen. Doch dann kam leider die Corona-Pandemie.

Unsere Küche bietet im Tagesgeschäft Schnitzelgerichte mit 250 Gramm oder 500 Gramm bis hin zum Riesenschnitzel mit 1.000 Gramm sowie Hamburger mit 250 Gramm Patty oder 1.000 Gramm Patty an. Des Weiteren haben Sie die Wahl zwischen Rindersteaks, Putenschnitzeln, Fleischspießen und vielem mehr. Dazu gibt es eine Palette von verschiedenen Beilagen und Salaten zur Auswahl.

Für Feierlichkeiten aller Art ist unser Saal für 20 bis ca. 80 Personen geeignet. Gerne erstellen wir mit Ihnen eine individuelle Speisenabfolge (Büfett, Gansbrust, Wildgerichte, Bratengerichte usw.) für Ihr Fest. Ebenso besteht die Möglichkeit, in einem separaten Raum ein Schnitzel-Burger-Büfett oder auch ein Büfett nach Ihren individuellen Wünschen auszurichten. Im Sommer steht Ihnen unsere neu gestaltete Terrasse mit ca. 50 Sitzplätzen zur Verfügung.

Über einen Besuch von Ihnen, gerade jetzt in der Coronakrise, freuen wir uns sehr.

Das Team vom Restaurant triple xXx



Restaurant triple xXx
 Gartenstraße 35
 (ehemals Genossenschaftsheim)
 95030 Hof
 Telefon: 09281 8181560
 Internet: www.triple-xxx-hof.de

Blühwiese

Unsere Blühwiese in Moschendorf wächst und gedeiht (siehe dazu Foto auf der Titelseite). Auch die heimische Tierwelt freut sich darüber. Im Herbst werden Blumenzwiebeln über das gesamte Gebiet verteilt. ●

