www.bg-friedenau.de

AUSGABE 2022 38

WeitBlick

Magazin der Baugenossenschaft Friedenau

Wie vermeiden wir Müll?
Sechs Maßnahmen für (noch) mehr Nachhaltigkeit

SEITE 8
Neuigkeiten aus der Genossenschaft

SEITE 10
Gehen Sie mit! Effektiv und gesund: Nordic Walking

SEITE 13
Wunderbar nostalgisch: Eliszis Jahrmarktstheater im Höhenpark Killesberg

Die Friedenau

BGC Baugenossenschaft Bad Cannstatt eG
GWF Wohnungsgenossenschaft
NeuesHeim Die Baugenossenschaft
LBG Landesbaugenossenschaft der Finanzbeamten eG
BGZ Baugenossenschaft Zuffenhausen eG
Vereinigte Filderbaugenossenschaft eG
Bauvereinigung Vaihingen a.F. und Umgebung eG
BAUGENOSSENSCHAFT FEUERBACH-WEILIMDORF eG Gut und sicher wohnen
Baugenossenschaft Gartenstadt Luginsland eG
Baugenossenschaft Münster am Neckar eG 100 JAHRE 1919 – 2019
VdK - BAU GENOSSEN SCHAFT eG
Die Friedenau
Bau- und WohnungsVerein Stuttgart

Editorial

Liebe Mitglieder, Mieter, Partner und Freunde des Hauses,

mit dem Frühling erwacht die Natur zu neuem Leben. Überall wird es grüner und die Blumen blühen wieder auf. Wir finden: Um uns diesen Anblick auch in der Zukunft zu bewahren, können wir alle gemeinsam noch ein Stück mehr für die Umwelt tun. Darum haben wir auf den Seiten 6 und 7 – im Titelthema dieser Ausgabe – sechs Tipps für mehr Nachhaltigkeit zusammengefasst. Lesen Sie doch gleich rein! Und falls Sie Kinder oder Enkelkinder haben, empfehlen wir zudem einen Blick auf Seite 15 dieses WeitBlicks. Dort finden Sie unser Kinderrätsel, mit dem wir auch die Kleinsten in das Thema Nachhaltigkeit einbeziehen möchten.

Ein weiterer Vorteil des Frühlings: Es wird wieder wärmer. Da bekommen viele Menschen Lust, Zeit an der frischen Luft zu verbringen. Für alle, die sich auf der Suche nach einem Ausflugsziel befinden, haben wir auf den Seiten 12 und 13 einige Anregungen zusammengetragen. Auf dem Baumwipfelpfad Schwarzwald geht es hoch hinaus und an verschiedenen Stationen zum Mitmachen vorbei, während das historische Jahrmarktstheater im Höhenpark Killesberg seine Gäste zum Staunen einlädt und verschiedene Leckereien bereithält.

Zum Schluss ein Hinweis: Natürlich können Sie die angenehmen Temperaturen auch daheim auf Ihrem Balkon oder Ihrer Terrasse genießen. Falls Sie sich für einen Grillabend entscheiden oder wieder ein größeres Treffen mit Freunden möglich ist, dann denken Sie bitte auch an Ihre Nachbarn. Unsere Hinweise zu Rücksichtnahme innerhalb der Hausgemeinschaft finden Sie auf Seite 11.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen dieser WeitBlick-Ausgabe und eine schöne Frühlingszeit!

Herzlich
Ihr WeitBlick-Team

Genossenschaften im Mittelpunkt
3 Reise-Blog gibt Anregungen für Ihr nächstes Ziel
Wohnen und Leben im Quartier
4 Unsere WohnCafés – Teil 4: das WohnCafé Ostheim und das WohnCafé Wallerie
Ratgeber und Wohnen
5 Fünf Zimmerpflanzen für ein besseres Raumklima
Machen Sie mit!
6 Wie vermeiden wir Müll? Sechs Maßnahmen für (noch) mehr Nachhaltigkeit
Genossenschaft intern
8 Neues aus Ihrer Genossenschaft
Ratgeber und Wohnen
10 Effektiv und gesund: Nordic Walking
11 Rücksichtnahme auf Balkon und Terrasse
Stuttgart und Region
12 Auf dem Baumwipfelpfad Schwarzwald
13 Eliszis Jahrmarktstheater
13 Tipps und Termine für die Freizeit
Rezept
14 Erdbeer-Rhabarber-Käsekuchen
Kids und Co.
15 Recycling: Ich war einmal ...
Rätsel
16 Knacken Sie das Lösungswort!

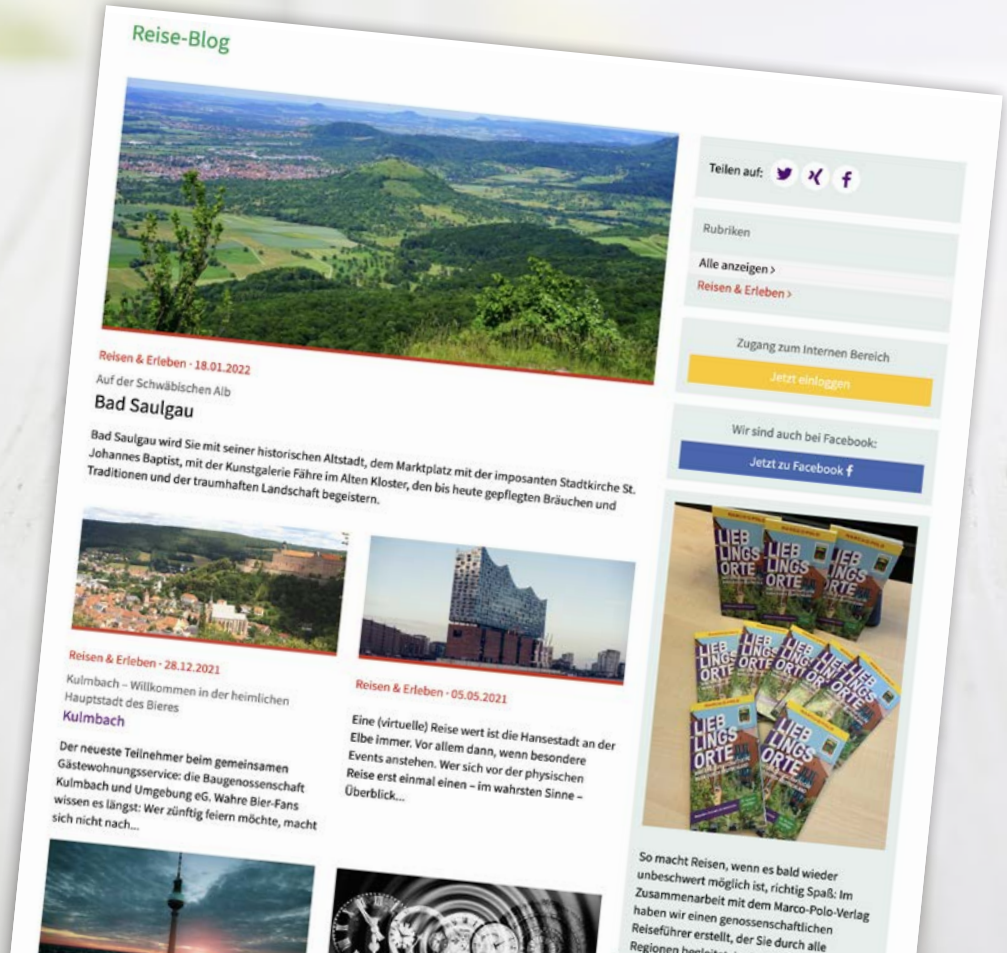
Hier reist das Wir

Reise-Blog gibt Anregungen für Ihr nächstes Ziel

Die Marketinginitiative der Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland e. V. ermöglicht ihren Mitgliedern mit dem Gästewohnungsservice einen besonderen Mehrwert. Von den 420 Wohnungsbaugenossenschaften haben sich inzwischen 107 Unternehmen zusammengeschlossen, um ihren Mitgliedern Gästewohnungen zu fairen Preisen anzubieten. Den Genossenschaftsmitgliedern stehen dabei 146 Wohnungen an 49 Orten in Deutschland zur Verfügung.

Wem die Wahl des nächsten Urlaubsziels angesichts dieses umfangreichen Angebots schwerfällt, kann sich auf dem Reise-Blog der Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland inspirieren lassen. Dieser entstand vor einigen Jahren und wird regelmäßig um neue Beiträge erweitert.

Jeder von ihnen widmet sich einer Gegend, in der sich eine der zahlreichen Gästewohnungen befindet – vom baden-württembergischen Bad Saulgau über das hessische Fulda bis hin zum niedersächsischen Celle. Dabei stehen die individuellen Besonderheiten des jeweiligen Ortes sowie Tipps zu Sehenswürdigkeiten, Kulturveranstaltungen und Einkaufsmöglichkeiten im Fokus. Zusätzlich stimmt die ansprechende Bebilderung auf Natur pur, Erholung am Meer oder einen aufregenden Städtetrip ein. Zu finden ist der Reise-Blog unter **www.wohnungsbaugenossenschaften.de/gaestewohnung-finden/reise-blog**.


Reise-Blog

Reisen & Erleben · 18.01.2022
Auf der Schwäbischen Alb
Bad Saulgau
Bad Saulgau wird Sie mit seiner historischen Altstadt, dem Marktplatz mit der imposanten Stadtkirche St. Johannes Baptist, mit der Kunstgalerie Fähre im Alten Kloster, den bis heute gepflegten Bräuchen und Traditionen und der traumhaften Landschaft begeistern.

Reisen & Erleben · 28.12.2021
Kulmbach – Willkommen in der heimlichen Hauptstadt des Bieres
Kulmbach
Der neueste Teilnehmer beim gemeinsamen Gästewohnungsservice: die Baugenossenschaft Kulmbach und Umgebung eG. Wahre Bier-Fans wissen es längst: Wer zünftig feiern möchte, macht sich nicht nach...

Reisen & Erleben · 05.05.2021
Eine (virtuelle) Reise wert ist die Hansestadt an der Elbe immer. Vor allem dann, wenn besondere Events anstehen. Wer sich vor der physischen Reise erst einmal einen – im wahrsten Sinne – Überblick...

Teilen auf:
Rubriken
Alle anzeigen ›
Reisen & Erleben ›
Zugang zum internen Bereich
Jetzt einloggen
Wir sind auch bei Facebook:
Jetzt zu Facebook

So macht Reisen, wenn es bald wieder unbeschwert möglich ist, richtig Spaß: Im Zusammenarbeit mit dem Marco-Polo-Verlag haben wir einen genossenschaftlichen Reiseführer erstellt, der Sie durch alle Regionen

Weitere Anregungen erhalten Reisebegeisterte im klassischen Gästewohnungskatalog, im neuen Reiseführer „Lieblingsorte – eine genossenschaftliche Reise durch Deutschland“ und bald auch in einem Gästewohnungsflyer.

Auf der gemeinsamen Website **www.wohnungsbaugenossenschaften.de** erfahren Sie zudem, ob Ihre Genossenschaft am gemeinsamen Gästewohnungsservice teilnimmt.

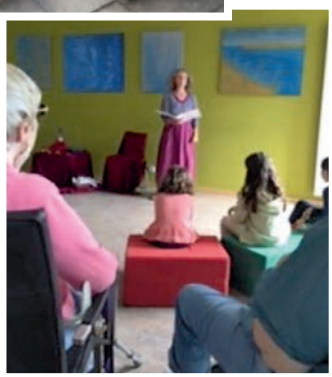
Unsere WohnCafés – Teil 4

Für mehr Miteinander in den Stuttgarter Stadtteilen

Auch in dieser Ausgabe fahren wir mit der Vorstellung der WohnCafés fort. Dieses Mal stehen das WohnCafé „Ostheim“ in der Rotenbergstraße 110 in Stuttgart-Ost und das WohnCafé „Wallerie“ in der Wallensteinstraße 29 in Stuttgart-Freiberg im Fokus. Beide setzen einen besonderen Schwerpunkt auf das nachbarschaftliche Miteinander in den Quartieren.

Das **WohnCafé „Ostheim“** in den Räumlichkeiten des Bau- und WohnungsVerein Stuttgart ist der Dreh- und Angelpunkt im Quartier. Hier kommen alle Generationen zusammen. Die Quartiersmanagerin Frau Rosa Vollmer stellt ein buntes Programm auf, sorgt für gute Stimmung und vernetzt Nachbarn und Akteure. In den vergangenen Monaten konnten aufgrund der Pandemie leider nicht alle Veranstaltungen regelmäßig stattfinden. Gut besucht waren dafür die Terrassen- und Gartenkonzerte, die für viele Gäste zum festen Programmpunkt des WohnCafés wurden. Bei den Herbst- und Kinderkleiderbazaren, den Quartiersspielen für die Kleinen, den Krimilesungen und anderen jahreszeitlich orientierten Aktionen handelt es sich um weitere ansprechende Angebote. Wir hoffen außerdem, dass bald wieder das gemeinsame Frühstück mit den Kindern aus der Nachbar-Kindergartenstätte, die Tanzveranstaltungen, die Kochkurse, das Feierabendsingen und Ausflüge stattfinden können.

Das barrierefreie **WohnCafé „Wallerie“** befindet sich in den Räumlichkeiten der FLÜWO Bauen Wohnen eG. Es ist eines der ersten Projekte des Vereins Integrative Wohnformen e. V. Seit über zehn Jahren koordiniert die Evangelische Gesellschaft Stuttgart über das Gemeindepsychiatrische Zentrum (GPZ) Stuttgart-Freiberg ein gleichermaßen abwechslungsreiches wie beständiges Angebot. Jeden Mittwoch organisiert ein Team von Klientinnen und Klienten des GPZ, welches von Frau Jennifer Schäfer angeleitet wird, einen Mittagstisch in gemütlicher Runde. Angeboten werden aktuell zudem ein kognitives Training sowie ein Erzähl-Café: beides unter der Leitung von Frau Brigitte Deininger und in festen Gruppen mit Voranmeldung. Das 2020 in Kooperation mit dem Internationalen Bund (IB) installierte Büchertauschregal wird rege genutzt und ehrenamtlich betreut. Zudem besteht für die Anwohnerinnen und Anwohner des Hauses, die Ehrenamtlichen und Gruppen die Möglichkeit, die großzügigen Räumlichkeiten des WohnCafés zu mieten.



Ihre Ansprechpartnerin für das WohnCafé „Ostheim“ ist Frau Rosa Vollmer vom mobilen Pflegedienst „Anna Haag Mobil“. Sie ist unter 0711 72232553 und per E-Mail an r.vollmer@anna-haag-mobil.de zu erreichen.

Das WohnCafé „Wallerie“ wird von der Arbeitserzieherin Frau Jennifer Schäfer betreut. Diese erreichen Sie unter 0711 8494910 oder per E-Mail an jennifer.schaefer@eva-stuttgart.de.

Fünf Zimmerpflanzen für ein besseres Raumklima

Keine Lust auf dicke Luft? Dann stellen Sie am besten verschiedene Grünpflanzen in Ihre Wohnung. Diese sehen nicht nur hübsch aus, sondern befeuchten die Luft, liefern Sauerstoff und reduzieren Schadstoffe. Um Ihnen die Wahl Ihrer Zimmerpflanzen zu erleichtern, stellen wir fünf Favoriten vor:

Die Aloe vera ...

... ist für ihre hautpflegende Wirkung bekannt. Und sie kann noch mehr: Die wasserspeichernde Wüstenpflanze reduziert einen Stoff namens Formaldehyd, der oft in neuen Möbeln sowie Teppichen enthalten ist und als krebserregend gilt. Gut aufgehoben ist Ihre Aloe Vera an einem warmen und sonnigen Ort – zum Beispiel an einem Fenster auf der Südseite Ihrer Wohnung.

Das Einblatt ...

... ist auch als Blattfahne oder Friedenslilie bekannt. Es steigert die Luftfeuchtigkeit und wirkt gerade im Winter trockenen Augen sowie Schleimhäuten entgegen. Gut aufgehoben ist das Einblatt an Standorten ohne direktes Sonnenlicht. Davon abgesehen gilt sie als pflegeleicht und stellt somit eine gute Wahl für unerfahrene Pflanzenfreunde dar.

Der Bogenhanf ...

... verfügt mit seinen großen Blättern und seinem hohen Feuchtigkeitsanteil über ideale Voraussetzungen, um die Luft zu filtern. Zudem gibt der Bogenhanf nachts Sauerstoff ab. Darum macht er sich im Schlafzimmer besonders gut und trägt zu einer erholsamen Nachtruhe bei. Achten Sie am besten auch auf einen halbschattigen bis schattigen Standort für Ihren Bogenhanf.

Die Grünlilie ...

... muss selten gegossen werden und kann an sonnigen bis halbschattigen Orten stehen. Der Vorteil der Grünlilie: Sie bindet Xylole, die über die Atemwege oder Hautkontakt in den Körper gelangen können. So reduziert die Grünlilie das Risiko für Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen sowie Lungen-, Nieren- und Leberschäden.

Der Gemeine Efeu ...

... filtert laut einer Studie mehr als neunzig Prozent der in der Luft enthaltenen Schadstoffe. Und: Die Kletterpflanze bindet auch Schimmelsporen und soll eine positive Wirkung bei Atemwegserkrankungen sowie Allergien haben. Besonders gut wächst Efeu an lichtarmen Standorten – etwa im Schlafzimmer oder Gästezimmer.

Machen Sie mit!

Wie vermeiden wir Müll?

Sechs Maßnahmen für (noch) mehr Nachhaltigkeit

Seit einer Preisverleihung beim Deutschen Nachhaltigkeitskongress am 3. Dezember 2021 in Düsseldorf ist es offiziell: Stuttgart trägt den Titel als nachhaltigste Großstadt Deutschlands – insbesondere aufgrund von Aktionen rund um Energie- und Klimaschutz sowie städtischer Bauprojekte im Energieplus-Standard. Wir finden: Die Auszeichnung ist für uns alle ein guter Anlass, um auch als Einzelpersonen mehr für die Umwelt zu tun. Die sechs folgenden Tipps dienen zum Beispiel als Anregung zur Müllreduzierung.

1

Keinen Müll einkaufen

Wenn wir zwischen den Regalreihen im Supermarkt schlendern, fällt auf: Fast alles ist verpackt. In Kunststoffbehältern, in Kartons, in Papier- oder Plastikverpackungen. Und all das landet bei uns wieder in der Tonne. Um Verpackungsmüll zu reduzieren, kaufen Sie bewusst ein. Wählen Sie unverpacktes Obst und Gemüse und bevorzugen Sie Joghurt sowie Milch in Pfandgläsern. Zudem werden viele Supermärkte nach der Corona-Zeit sicher wieder die Möglichkeit anbieten, Lebensmittel von der Frischetheke in Ihre eigenen Behälter zu füllen.

Immer häufiger eröffnen auch sogenannte „Unverpackt"-Läden. Dort können Sie unverpackte Lebensmittel sowie Pflegeprodukte in Ihrer Wunschmenge erwerben und in eigenen Gefäßen oder Säckchen mit nach Hause nehmen. Das Schöne: In Stuttgart gibt es gleich mehrere solcher Läden – zum Beispiel „Schüttgut" in der Vogelsangstraße 51 und „Tante.M" in der Eduard-Steinle-Straße 6.

Einkaufstasche nicht vergessen

Egal, ob Sie auf dem Wochenmarkt einkaufen, beim Erzeuger vor Ort oder im Supermarkt: Einen wiederverwendbaren Stoffbeutel, einen geflochtenen Korb oder eine solide Box selbst mitzubringen ist immer sinnvoll. So lässt sich das Wegwerfprodukt schlechthin – die Plastiktüte – leicht vermeiden. Und wenn Sie doch mal den eigenen Beutel vergessen: Nutzen Sie gekaufte Plastiktüten mehrmals.

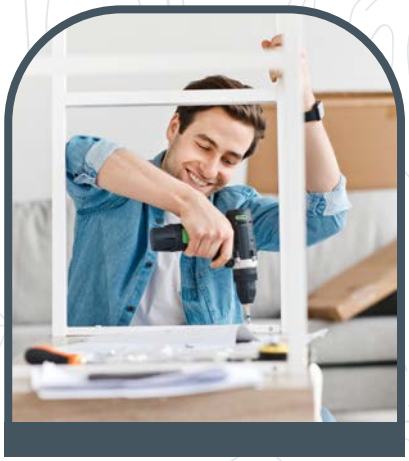
2

3

Teilen statt allein besitzen

Eine Leiter, einen Akkubohrer oder eine Nähmaschine brauchen wir im Alltag eher selten. Eine kostspielige Anschaffung lohnt sich meist nicht. Warum also nicht mal bei der Nachbarin oder dem Nachbarn anklopfen und die Leiter ausleihen? Das stärkt übrigens auch das nachbarschaftliche Miteinander.

Und überhaupt: Warum nicht auch das Zeitungsabo mit der Hausgemeinschaft teilen? Auf diesem Wege nutzen Sie Dinge viel effektiver, es landet weniger im Müll und Geld sparen Sie damit auch.



Aus Alt mach Neu

Durch die Nutzung von langlebigen Produkten reduzieren wir unseren Abfall. Deshalb ist es sinnvoll, qualitativ hochwertige Dinge zu kaufen – ob bei Kleidung, Spielzeug oder Haushaltsgeräten. Ist doch mal etwas kaputt, sollten Sie es nicht sofort entsorgen, sondern lieber reparieren. Kostenlose Unterstützung gibt es in Reparatur-Cafés. Zwei Stuttgarter Anlaufstellen sind das Repair-Café in der Ludwigstraße 41 bis 43 und das Repair-Café Neugereut im Flamingoweg 24.

Aber auch Gegenstände, die sich nicht mehr reparieren lassen, müssen Sie nicht wegwerfen: Ob Klamotten, Möbel, Altglas oder Küchenutensilien – fast alles lässt sich anderweitig nutzen. Beim sogenannten Upcycling werden augenscheinliche Abfallprodukte oder nutzlose Stoffe in neuwertige Produkte umgewandelt. Inspirationen finden Sie auf vielen nachhaltig ausgerichteten Websites im Internet, wie utopia.de.

4

5

Gegessen wird, was auf den Tisch kommt

Was Oma schon predigte, betrachten wir heute aus ganz anderen Blickwinkeln: Jeder von uns wirft im Schnitt achtzig Kilogramm Lebensmittel im Jahr weg. Um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden, sollten wir frische Lebensmittel wie Obst oder Milchprodukte nur kaufen, wenn wir sie wirklich (ver)brauchen. Zudem lassen sich Essensreste gut verwerten. Auch das wusste schon Oma. Viele Rezepte wie falscher Hase oder das Bauernfrühstück sind so entstanden. Übrigens: Ein überschrittenes Mindesthaltbarkeitsdatum heißt noch längst nicht, dass das Produkt reif für die Tonne ist. Wenn es noch gut riecht und schmeckt, dann lassen Sie es sich schmecken!

Auch Mobilität geht nachhaltig

Am umweltfreundlichsten bewegen Sie sich natürlich zu Fuß, auf dem Fahrrad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln fort. Doch nicht alle Strecken lassen sich so zurücklegen. Wenn es also aus verschiedenen Gründen das Auto sein muss, dann achten Sie doch auf vorausschauendes Fahren. Indem Sie abruptes Bremsen und spätes Schalten vermeiden, können Sie Ihren Spritverbrauch und den Verschleiß des Fahrzeuges reduzieren. Das schont auch die Umwelt.

6

Und wie vermeiden Sie Müll?

Wir sind gespannt: Welche Strategien zur Müllvermeidung nutzen Sie – ob unbewusst oder bewusst?
Schon kleine Maßnahmen sind für uns relevant. Denn genau diese kleinen Maßnahmen helfen, unserer Umwelt etwas Gutes zu tun.

Senden Sie uns Ihre Ideen, Maßnahmen und Vorschläge per Post:
Dafür verwenden Sie einfach die Postkarte, die Sie auf der Rückseite dieses WeitBlicks finden. Die besten Ideen werden wir in einer der nächsten Ausgaben veröffentlichen.

Statt Weihnachtsgeschenken:
Friedenau-Team spendet für Frauen und Kinder

„Spenden statt schenken“: Dieses Motto hat das Team der Baugenossenschaft Friedenau am vergangenen Weihnachtsfest beherzigt und das für Weihnachtsgeschenke vorgesehene Budget an hilfsbedürftige Menschen gespendet.

1.500 Euro erhielt der Verein Deutsche Lebensbrücke. Dessen Einrichtung Kinderfreundliche Umwelt (KifU) macht sich gegen Kinderarmut in Stuttgart stark. In der KifU erhalten sozial benachteiligte Mädchen und Jungen an vier Tagen in der Woche kostenfrei ein leckeres und warmes Mittagessen. Die Kinder finden hier außerdem einen Platz zum Spielen, können Freundschaften knüpfen und für ein paar Stunden ihre Sorgen vergessen. Helfen auch Sie mit unter www.lebensbruecke.de/gegen-kinderarmut.

Vorstandvorsitzende Sevgül Süß (l.) und der technische Vorstand Stefan Gebhardt überreichen den Scheck an Brigitte Leypoldt vom Verein Frauen helfen Frauen.

Frau Möckel (3. v. l.) und Herr Proß (l.) von der KifU Stuttgart/ Lebensbrücke nehmen den Scheck vom Friedenau-Vorstand Sevgül Süß und Stefan Gebhardt entgegen.

Der Verein Frauen helfen Frauen in Stuttgart kann sich ebenfalls über 1.500 Euro freuen. Seit mehr als 40 Jahren unterstützen die Mitarbeitenden Frauen, Mädchen und Jungen auf ihrem Weg in ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben ohne Diskriminierung.

Herzlichen Glückwunsch!

Das Lösungswort „Kuchen“ machte Alexandra Köhler zur freudigen Gewinnerin eines Media-Markt-Gutscheins.

„Frost“-ig ging es beim Erwachsenenrätsel der letzten Ausgabe zu. Bekir Demirtas hat dieses Lösungswort erraten und konnte sich über einen Gutschein für den Drogeriemarkt Müller freuen.

Mitgliederversammlung:
wichtige Info

Obwohl sich die Lage etwas entspannt hat, ist die Corona-Pandemie nicht vorbei. Um diejenigen Menschen zu schützen, die durch das Virus besonders gefährdet sind, haben sich Vorstand und Aufsichtsrat der Baugenossenschaft Friedenau in einer gemeinsamen Sitzung entschieden, die diesjährige Mitgliederversammlung nochmal im schriftlichen Verfahren durchzuführen. Ausführliche Informationen erhalten Sie vom Vorstand in einem separaten Brief.

Jährliche Information zur Kirchensteuer

Bis zum 30. Juni 2022 können Sie der Übermittlung der Kirchensteuerabzugsmerkmale für die Dividendenzahlung im Jahr 2023 widersprechen, indem Sie beim Bundeszentralamt für Steuern einen entsprechenden Sperrvermerk beantragen.

Filderbahnplatz, Vogelsang- und Pelikanstraße
Aktueller Stand unserer Neubauten

Filderbahnplatz in S-Möhringen

Der Rohbau unseres dreigeschossigen Mehrzweckgebäudes am **Filderbahnplatz 25 in Möhringen** war bereits im Dezember 2021 fertiggestellt worden. Anfang des Jahres 2022 dann konnten wir die neuen Fenster einbauen und das Dach abdichten lassen. Auch der Verbindungstunnel zwischen der Neubautiefgarage und der bestehenden Tiefgarage konnte angeschlossen werden. Aufgrund mieterbedingter Planänderungen müssen wir die Bauarbeiten zunächst für kurze Zeit unterbrechen und zu einem späteren Zeitpunkt fortsetzen.

In Stuttgart-Neugereut planen wir 30 neue Wohnungen **in der Pelikanstraße**, die wir mit Geldern aus dem KfW-40-Förderprogramm finanzieren möchten. Das Mehrfamilienhaus soll in Hybridbauweise mit Stahlbetonkonstruktion errichtet werden. Im Zuge der Neubauarbeiten soll außerdem die Tiefgarage der benachbarten Gebäude in der Pelikanstraße 3 bis 19 saniert werden. Zurzeit prüfen wir, ob wir einen Generalunternehmer mit dem Neubauvorhaben beauftragen. Den Bauantrag für das Projekt Pelikanstraße werden wir voraussichtlich im Sommer 2022 stellen.

Neubau Pelikanstraße in S-Neugereut

Beispielhafte Geschossübersicht

Vogelsangstraße in S-West

Unser Neubau in der **Vogelsangstraße 108 bis 110 in Stuttgart-West** wird voraussichtlich Ende Mai 2022 fertiggestellt sein.

Seit mehr als 20 Jahren als Hausmeister im Team
Herzlichen Glückwunsch, Herr Helmer!

Glückwünsche vom Vorstand Stefan Gebhardt (l.) und Sevgül Süß an Frank Helmer

Kaum zu glauben, aber seit bereits mehr als 20 Jahren vervollständigt Frank Helmer das Team der Hausmeister bei der Baugenossenschaft Friedenau. Er und seine Kollegen stehen unseren Mitgliedern stets mit Rat und vor allem Dingen mit Tat zur Seite, wenn es um kleinere und größere Reparaturen geht. Das ganze Friedenau-Team feierte das Jubiläum am 1. Februar 2022 – coronakonform unter Einhaltung der üblichen Hygienemaßnahmen.

Der Vorstand bedankt sich recht herzlich bei Frank Helmer für seine Loyalität und sein Engagement für die Baugenossenschaft Friedenau und freut sich auf weitere Jahre vertrauensvoller und guter Zusammenarbeit!

Gehen Sie mit!

Effektiv und gesund: Nordic Walking

Von vielen geliebt, von manchen belächelt: Nordic Walking. Längst hat sich das schnelle Gehen mit Stöcken als gelenk- und kreislaufschonende Sportart fest etabliert und wird von vielen Millionen Deutschen regelmäßig betrieben.

Und das nicht ohne Grund, denn das Gehen auf die nordische Art gilt als eine der gesündesten Sportarten überhaupt. Die schwungvolle Bewegung beansprucht Herz und Kreislauf, regt den Stoffwechsel an, stärkt Muskeln und Knochen und rückt überschüssigen Pfunden zu Leibe. Durch das Schwingen der Stöcke werden zudem Arme, Schultern und Rücken gekräftigt. Kaum eine Muskelgruppe bleibt ungenutzt.

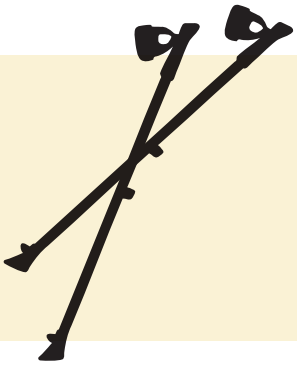
Ideal für Einsteiger

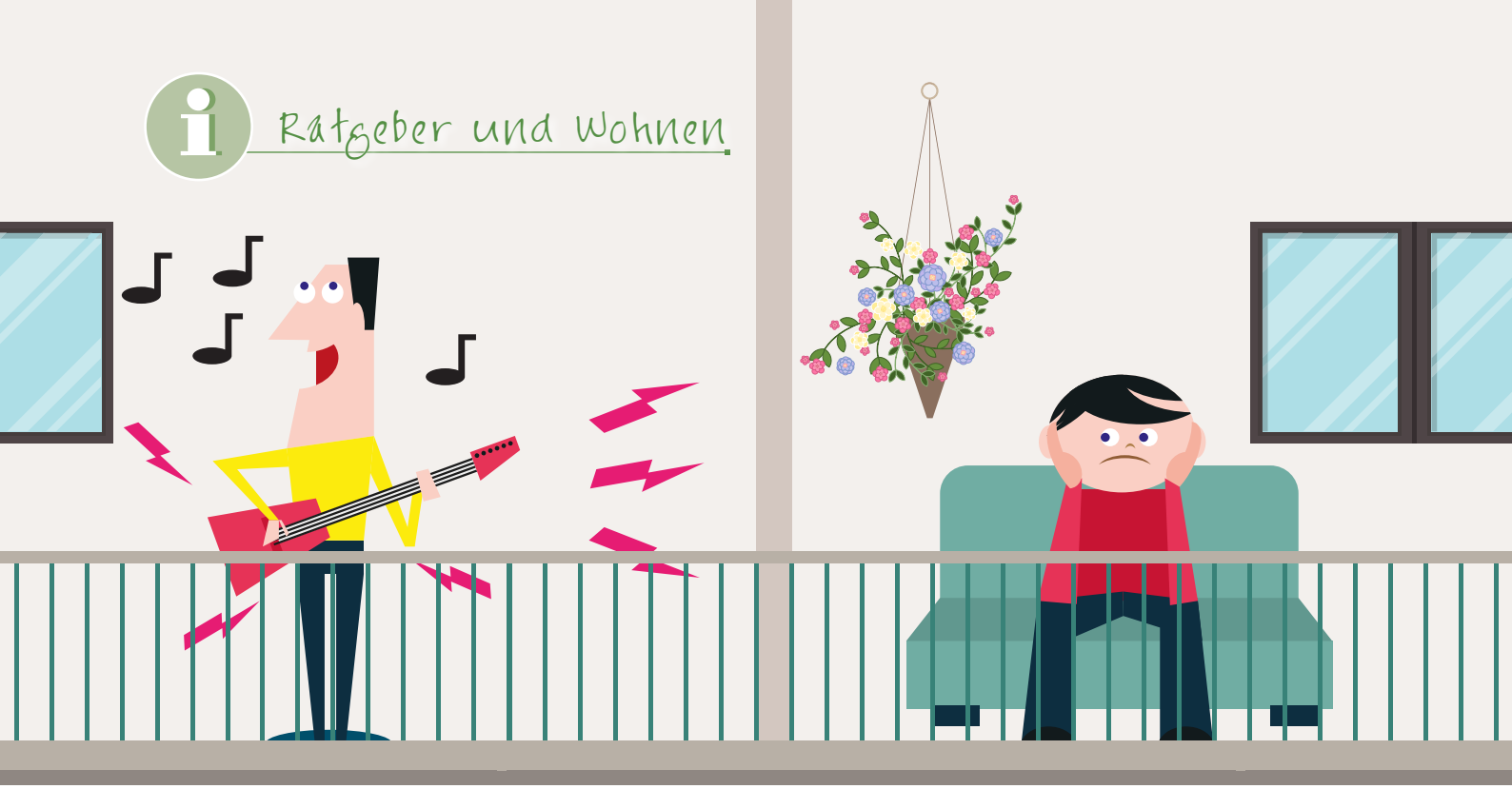
Durch Nordic Walking wird das Risiko für zahlreiche typische Altersbeschwerden reduziert: beispielsweise Osteoporose, Bluthochdruck und Diabetes. Das schnelle Gehen mit Stöcken ist dabei viel effektiver als normales Walking. In einer Stunde verbrennt der Körper statt 280 rund 400 Kalorien. Zudem entlastet der Stockeinsatz die Gelenke um fünf bis acht Kilo pro Schritt. Bei aller Effektivität ist Nordic Walking wenig verletzungsanfällig und auch für Untrainierte geeignet.

Wie der Name schon vermuten lässt, stammt die Sportart ursprünglich aus Skandinavien und wurde als Sommer-Trainingsmethode für Langläufer, Biathleten und nordische Kombinierer entwickelt. Wichtig für den guten Trainingseffekt sind die richtigen Bewegungsabläufe, denn ganz einfach ist die Technik nicht. Für Einsteigerinnen und Einsteiger empfiehlt es sich daher, einen der zahlreichen Kurse bei Sportvereinen oder Volkshochschulen zu belegen.

Nordic Walking in Stuttgart

Auch in Stuttgart gibt es eine Vielzahl von Angeboten rund um Nordic Walking.
Dazu gehören die Nordic Sports Vereinigung e. V. (www.nordic-sports-vereinigung.de)
und die Nordic Sports Academy Stuttgart (www.nordicsports4you.de).
Schauen Sie doch einfach mal rein. Viel Spaß!





Damit nette Nachbarn auch nett bleiben

Rücksichtnahme auf Balkon und Terrasse

Gerade im Sommer gehört der Balkon oder die Terrasse ganz klar zu den absoluten Lieblingsplätzen. Doch Vorsicht: Wer zu unbekümmert Grillfest, Karaoke-Abend und Planschbeckenparty zelebriert, kann früher oder später auf verärgerte Nachbarn treffen. Was mit einem genervten Stirnrunzeln beginnt, kann sich dann schnell zum ausgewachsenen Streit entwickeln und die gesamte Hausgemeinschaft auf Jahre vergiften. Damit es so weit erst gar nicht kommt, haben wir ein paar wichtige Sommer-Tipps zusammengestellt.

Tipp 1: Lassen Sie es ruhig angehen!
Gegen ein wenig Grillgeruch vom Elektrogrill hat kaum ein Nachbar etwas einzuwenden. Wenn jedoch Abend für Abend ausgelassene Grillpartys gefeiert werden, ist das weder mit der Hausordnung noch mit der nachbarschaftlichen Toleranz vereinbar. Das Gleiche gilt bei anderen Arten von Lärm: Wer auch um 23 Uhr noch die Gitarre rausholt, um „Griechischer Wein“ anzustimmen, sorgt zwar für Stimmung, aber nicht unbedingt für eine gute bei den Nachbarn.

Tipp 2: Machen Sie mal Pause!
Mit der Lautstärke auf dem Balkon ist das wie mit allen anderen schönen Dingen auch: Die Menge macht das Gift. Wenn es bei einem runden Geburtstag oder einem Familienfest mal etwas länger laut bleibt, werden verständnisvolle Nachbarn gern mal ein Auge (und ein Ohr) zudrücken. Wird hingegen jeden Samstag die Nacht zum Tag gemacht, ist es verständlich, wenn genervte Nachbarn auf absolute Einhaltung der Ruhezeiten pochen.

Tipp 3: Sagen Sie Bescheid!
Unserer Erfahrung nach kommt es immer dann zum Streit, wenn man die Sache vorher (und meistens auch nachher) nicht besprochen hat. Vielleicht hat Ihr Nachbar gerade eine 24-Stunden-Schicht hinter sich? Ein Kleinkind hat Fieber? Ihre Nachbarin kommt aus dem Krankenhaus? Wenn dann überraschend die Geburtstagsparty der 18-jährigen Tochter durchs Haus schallt, ist Ärger vorprogrammiert.

Tipp 4: Versetzen Sie sich in Ihr Gegenüber!
Die Wunderwaffe gegen Nachbarschaftsstreitigkeiten heißt Empathie. Die hat zwar nicht jeder, doch man kann sie trainieren. Menschen sind unterschiedlich. Eine alleinerziehende Mutter mit drei Kindern hat vielleicht andere Sorgen als die minutengenaue Einhaltung der Mittagsruhe. Und andersherum ist man mit 91 Jahren sicher dünnhäutiger in puncto Lärm als mit 19 Jahren. Gegenseitiges Verständnis ist hier der Schlüssel für ein zufriedenes Wohnen Tür an Tür.

Zeit für einen Frühlingsausflug!

Auf dem Baumwipfelpfad Schwarzwald durch die Natur

Nun, wo das Wetter schöner wird, zieht es uns nach draußen. Wie wäre es da mit einem Ausflug auf den Sommerberg in Bad Wildbad? Dort führt der Baumwipfelpfad Schwarzwald in zwanzig Metern Höhe durch die Buchen, Tannen und Fichten des Bergmischwaldes.

Entlang des Baumwipfelpfades mit einer Länge von 1.250 Metern befinden sich zahlreiche Stationen zum Rätseln. Diese sind für verschiedene Altersgruppen geeignet. Bei einer Comic-Rallye können Besucherinnen und Besucher beispielsweise Fragen zur Landschaft beantworten. Zum Schluss gibt es einen kleinen Preis. Für Spaß sorgen zudem die Erlebnisstationen, an denen Balancierbalken zu überwinden sind.

Als Höhepunkt des Baumwipfelpfades gilt ein vierzig Meter hoher Aussichtsturm. Die aufgehende Wendelkonstruktion im Inneren des Aussichtsturms hat nur eine kleine Steigung und ist somit gut zu bewältigen. Und der Aufstieg lohnt sich: Von oben haben Besucherinnen und Besucher einen einmaligen Ausblick auf den Schwarzwald. An klaren Tagen sind die Schwäbische Alb, der Stuttgarter Fernsehturm und der Kraichgau – eine Hügellandschaft im Nordwesten Baden-Württembergs – zu sehen. Mutige Personen gelangen über den Aufstieg zum Aussichtsturm außerdem zu einer 55 Meter langen Tunnelrutsche.

In den kommenden Monaten können Sie den Baumwipfelpfad Schwarzwald in der Regel täglich besuchen: im April zwischen 9.30 und 18 Uhr sowie von Mai bis September zwischen 9.30 und 19 Uhr. Weitere Informationen finden Sie unter **www.baumwipfelpfade.de/schwarzwald**.

© Erlebnis Akademie AG/Baumwipfelpfad Schwarzwald

Wunderbar nostalgisch:

Eliszis Jahrmarktstheater im Höhenpark Killesberg

„Ein historischer Jahrmarkt wie zu Großmutters Zeiten“: So lässt sich Eliszis Jahrmarktstheater am Fuß des Aussichtsturms im Höhenpark Killesberg am besten beschreiben. Auch im Jahr 2022 öffnet er seine Pforten wieder von April bis Oktober und lädt zum Staunen ein.

Alles begann 1995, als „Clownfrau“ Eliszi gemeinsam mit ihrem Mann Eliszis Jahrmarktstheater gründete. Zu dem ersten Fahrgeschäft – einem kleinen Dampfkarussell – sind inzwischen zahlreiche Attraktionen hinzugekommen. Dazu gehören Pferdekarusselle, eine Schiffschaukel, ein Schwanenflieger und eine Hutwurfbude. Sie alle sind mehrere Jahrzehnte alt und wurden eigens von Eliszis Team restauriert. Auch historische Verkaufswagen mit Waffeln, Popcorn und Getränken sorgen für Freude bei den Besucherinnen und Besuchern.

Das Herzstück des Jahrmarktes ist das Theaterzelt. Es entstand aus einem ehemaligen Karussellbau von 1938 und bietet Platz für verschiedene Veranstaltungen. An Nachmittagen führt Eliszi oft Puppentheater für Kinder auf; zu späterer Stunde ist Zeit für Konzerte und Tanzabende.

Weitere Informationen zu Eliszis Jahrmarktstheater sowie den aktuellen Veranstaltungsplan finden Sie unter: **www.eliszis.de**.

Tipps und Termine für die Freizeit

Bitte beachten: Es ist möglich, dass Veranstaltungen aufgrund der Corona-Pandemie kurzfristig abgesagt werden. Wenn Sie einen der Termine wahrnehmen möchten, informieren Sie sich am besten vorher noch einmal, ob dieser tatsächlich stattfindet.

08. – 17.04.2022

„16. Deutsch-Türkische Kabarettwoche“: Ob auf komische oder spannende Weise – bei dieser Kultveranstaltung zeigt die Comedy- und Kabarettszene, dass wir Vorurteilen am besten mit einem Lachen entgegenwirken. Renitenztheater, Stuttgart, renitenztheater.de/highlights/deutsch-tuerkische-kabarettwoche.html.

24.04.2022

„Die kleine Raupe“: Puppenspiel für Kinder und Erwachsene, bei dem vor allem die kleinen Gäste einbezogen werden. Sie können probieren, zählen und beim „Wachauf-Lied“ mitsingen. Nelly’s Puppentheater, Stuttgart, nellyspuppentheater.com/veranstaltung/die-kleine-raupe.

21.05.2022

„Lange Nacht der Museen“: Von abends bis in die Nacht hinein gibt es in den Stuttgarter Museen, Galerien und weiteren Kunstorten viel zu sehen. Innenstadt Stuttgart, www.lange-nacht.de.

23.06. – 02.07.2022

„Stuttgarter Wissenschaftsfestival“: Im Rahmen von Workshops, Führungen, Mitmach-Experimenten und vielem mehr werden wissenschaftliche Themen für ein breites Publikum aufbereitet. Verschiedene Veranstaltungsorte, Stuttgart, www.stuttgart.de/wirtschaft/wissenschaft-und-hochschulen.

07. – 17.07.2022

„33. Hamburger Fischmarkt“: Karlsplatz, Stuttgart, www.fischmarkt.events/stuttgart.

= kinderfreundlich

Rezept

Ein hausgemachter Frühlingsgruß:

Erdbeer-Rhabarber-Käsekuchen

Schmeckt lecker, sieht super aus und die Zutaten können experimentierfreudige Hobbygärtner sogar auf dem eigenen Balkon anpflanzen. Erdbeeren eignen sich hervorragend zur Kasten- oder Topfbepflanzung und auch Rhabarber gibt es mittlerweile als kleinwüchsige Sorte zur Kübelbepflanzung. Probieren Sie es einfach mal aus und genießen Sie Ihren nächsten Kuchen mit Produkten aus eigener Ernte.

© California Walnut Commission

Zubereitung:

1] Das Mehl, 50 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 1 Prise Salz und 75 g Butter in Flöckchen erst mit den Knethaken des Handrührgerätes, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verarbeiten und kalt stellen.

2] Erdbeeren und Rhabarber waschen, putzen und trocken tupfen. Erdbeeren vierteln, Rhabarber schälen und in 1 – 2 cm lange Stücke schneiden. Beides in einem Topf mit 100 g Zucker mischen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend kurz aufkochen. 1 Esslöffel Stärke mit 2 Esslöffeln Wasser glatt rühren, vorsichtig in das Kompott einrühren und nochmals kurz aufkochen.

3] 125 g Butter, 150 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und 1 Prise Salz mit den Schneebesen des Handrührgerätes cremig rühren. Eier nacheinander unterrühren. Quark und Puddingpulver zugeben und unterrühren.

4] Springform (26 cm Ø) fetten und mit Zucker ausstreuen. Den gekühlten Mürbeteig in die Form geben, zu einem festen Boden andrücken und dabei den Rand leicht hochdrücken. Kompott darauf verteilen und dabei rundherum einen ca. 1 cm breiten Rand freilassen. Die Quarkmasse darauffüllen und glatt streichen.

5] Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft: 175 Grad, Gas: Stufe 3) ca. 1 Stunde backen. In der Zwischenzeit Walnüsse grob hacken. 75 g Butter, 75 g Zucker und Honig in einem Topf schmelzen lassen. Nüsse hinzufügen und unter Rühren kurz aufkochen. Milch unterrühren und die Masse zum Abkühlen beiseite stellen (ca. 20 Minuten).

6] Kuchen nach ca. 40 Minuten aus dem Ofen nehmen. Walnussmasse gleichmäßig darauf verteilen und zu Ende backen. Kuchen herausnehmen, vorsichtig vom Springformrand lösen und am besten über Nacht auskühlen lassen.

Zutaten:

- 180 g Mehl
- 375 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- Salz
- 275 g Butter
- 300 g Erdbeeren
- 300 g Rhabarber
- 1 EL Speisestärke
- 4 Eier (Größe M)
- 1 kg Magerquark
- 1 Päckchen Puddingpulver „Vanille-Geschmack“ (zum Kochen)
- 100 g Walnusskerne
- 1 EL Honig
- 1 – 2 EL Milch
- Fett und Zucker für die Form

Haben Sie auch einen Rezept-Tipp für uns?

Wir freuen uns auf Ihre Zuschrift (per Post oder per E-Mail). Vielleicht wird Ihr Lieblingsrezept dann schon im nächsten WeitBlick veröffentlicht.

Recycling: Ich war einmal ...

In dieser Ausgabe habe ich euch ein kniffliges Quiz mitgebracht: Es geht um Recycling. Recycling ist wirklich eine tolle Sache, denn so kann der Müll, den wir wegwerfen, wiederverwendet werden. Und genau darum geht's im Quiz: Ihr müsst erraten, was die abgebildeten Dinge in ihrem „früheren Leben" waren.

Dieser Skifahrer könnte eine Jacke tragen aus ...

- L Joghurtbechern
- K Bananenschalen
- X Tapete

Diese Schulhefte waren mal ...

- U Zeitungen
- M Kaugummi
- C Dosen

Diese Flaschen waren vielleicht vorher ...

- Y Zahnpastatuben
- A Zitronen
- F Marmeladengläser

In diesem Goldbarren stecken Teile von einem alten ...

- Z Schlafanzug
- T Handy
- E Blumentopf

Trage die richtigen Buchstaben in die Kästchen ein und du hast das Lösungswort.

Hast du das Rätsel wieder gemeistert?
Super, dann schick die Lösung gleich per Post mit der Antwortkarte oder per E-Mail unter dem Stichwort „Kinderrätsel" an die Redaktion (Adresse s. Rückseite).

Mitmachen lohnt sich, denn die Chancen auf einen Gewinn sind wirklich gut – versprochen! Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir Gutscheine für Media Markt.

Teilnahmebedingungen:
Nur Kinder und Enkelkinder von Mietern und Mitgliedern von 5 bis 14 Jahren. Bitte die Einsendung mit Namen, Adresse und Altersangabe versehen. Die Erziehungsberechtigten der teilnehmenden Kinder erklären sich damit einverstanden, dass die Daten der Kinder (Vor- und Zuname) bei Gewinn in der Mieterzeitung veröffentlicht werden. Einsendeschluss: 15. Mai 2022.

Rätsel

Mitmachen und gewinnen!

Wer diese Ausgabe aufmerksam durchgelesen hat, kann unsere fünf Rätselfragen sicher mit Leichtigkeit beantworten. Schreiben Sie die Antworten einfach in die dafür vorgesehenen Felder und bilden Sie aus den fünf ausgewählten Buchstaben das Lösungswort. Unter allen Teilnehmern mit der richtigen Lösung verlosen alle WeitBlick-Unternehmen zusammen insgesamt 13 Gutscheine in Höhe von je 100 Euro für den Drogeriemarkt Müller.

[1] Für was wurde Stuttgart im Dezember 2021 ausgezeichnet?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

[2] Welche Zimmerpflanze hat besonders große Blätter?

15	16	17	18	19	20	21	22	23

[3] Was gilt als Highlight des Baumwipfelpfades Schwarzwald?

24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36

[4] Wer gründete das Jahrmarktstheater im Höhenpark Killesberg?

37	38	39	40	41	42

[5] Von welcher Zutat braucht man ein ganzes Kilogramm in unserem Rezept?

43	44	45	46	47	48	49	50	51	52

14	21	26	40	46

Schicken Sie Ihre Lösung bitte per Post auf nebenstehender Antwortkarte oder als E-Mail unter dem Stichwort „Mitmachen und gewinnen“ an weitblick@bg-friedenau.de. Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der Genossenschaft und deren Angehörige sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig.
Alle Teilnehmer erklären sich damit einverstanden, dass ihre Daten (Vor- und Zuname) bei Gewinn in der Mieterzeitung veröffentlicht werden. Die nach Artikel 13 DSGVO bei der Datenerhebung zu machenden Informationen finden Sie auf unserer Website unter https://www.bg-friedenau.de/footermenue/rechtliches.html.
Einsendeschluss ist der 15. Mai 2022.

Impressum

„WeitBlick“
Magazin der Baugenossenschaft
Friedenau der Straßenbahner e.G.

Herausgeber und Redaktion:
Baugenossenschaft Friedenau
der Straßenbahner e.G.
Holdermannstraße 60, 70567 Stuttgart
Tel. 0711 96781-0, Fax 0711 96781-30
weitblick@bg-friedenau.de
www.bg-friedenau.de

Ausgabe 38 I 2022
Auflage: 1.600 Stück

Verantwortlich für den Inhalt:
Sevgül Süß

Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise unter:
www.bg-friedenau.de/footermenue/rechtliches.html

Urheberrechtshinweis: Sämtliche Inhalte, Texte, Fotos und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen ohne vorherige schriftliche Genehmigung weder ganz noch auszugsweise kopiert, verändert, vervielfältigt oder veröffentlicht werden.

Bilder: Shutterstock.com: Sharomka, Julien Tromeur, RossHelen, Photology1971, Gavran333, Susii, TuktaBaby, Marina Podrez, maramorosz, lunopark, Prostock-studio, Karl Allgaeuer, A3pfamily, Lebedeva Alena, Aleksandra Suzi, Miceking, de2marco, mRGB, graja, 9comeback, Tatchaphol, Victor Lauer, FreshPaint, VKA

Konzept, Text, Gestaltung und Realisation:
stolp + friends Marketinggesellschaft mbH
www.stolpundfriends.de

Druck: Günter Druck GmbH,
Schauenroth 13, 49124 Georgsmarienhütte

Diese Zeitschrift wurde auf FSC-zertifiziertem Papier umweltgerecht gedruckt.

Ihre Ansprechpartner

Sekretariat
Tanja Sabić — Tel. 0711 96781-10 — sabic@bg-friedenau.de

Technischer Vorstand / Bauleitung
Stefan Gebhardt — Tel. 0711 96781-12 — gebhardt@bg-friedenau.de

Technik
Miroslav Mocic — Tel. 0711 96781-15 — mocic@bg-friedenau.de

Hausverwaltung
Katharina Elovikov — Tel. 0711 96781-24 — elovikov@bg-friedenau.de
Angelika Lee — Tel. 0711 96781-11 — lee@bg-friedenau.de

Rechnungswesen / Betriebskosten
Martina Konzelmann — Tel. 0711 96781-16 — konzelmann@bg-friedenau.de

Die Friedenau

Holdermannstraße 60
70567 Stuttgart
Tel. 0711 96781-0
Fax 0711 96781-30
www.bg-friedenau.de

Sprechzeiten:
Montag, Mittwoch, Freitag: 8.00 – 12.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag: 13.00 – 16.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Achtung: Aufgrund der aktuellen Corona-Situation vereinbaren Sie bitte nur in dringenden Fällen einen persönlichen Termin.

Recycling-Quiz

Lösungswort:

Mitmachen und gewinnen!

Das Lösungswort aus den fünf Rätselfragen lautet

Ihre Ideen sind gefragt: Wie vermeiden Sie Müll?

Mit welchen Maßnahmen gelingt es Ihnen, weniger Müll zu produzieren? Teilen Sie uns Ihre Vorschläge gern in Form von Stichpunkten mit und schicken Sie die Karte anschließend an uns zurück. Wir freuen uns, Ihre Ideen in unserem WeitBlick veröffentlichen zu dürfen!

Absender:

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise unter:
www.bg-friedenau.de/footermenue/rechtliches.html

Entgelt
zahlt
Empfänger

Deutsche Post
ANTWORT

Baugenossenschaft Friedenau
der Straßenbahner e.G.
Holdermannstraße 60

70567 Stuttgart

Absender:

Erwachsenenrätsel: Vorname, Name

Kinderrätsel: Vorname, Name Alter

Straße

PLZ, Ort

☐ Ich erkläre mich einverstanden, dass meine Daten (Vor- und Zuname) bei Gewinn in der Mieterzeitung veröffentlicht werden. Diese Einwilligung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden.
Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise unter:
www.bg-friedenau.de/footermenue/rechtliches.html

Entgelt
zahlt
Empfänger

Deutsche Post
ANTWORT

Baugenossenschaft Friedenau
der Straßenbahner e.G.
Holdermannstraße 60

70567 Stuttgart