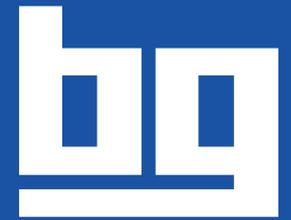


für uns



Baugenossenschaft Hof

Mitgliedermagazin der Baugenossenschaft Hof eG | Juni 2016

Spielplatzpaten gesucht

Der Aufsichtsrat
stellt sich vor

1. InnenHofKonzert

Reparatur-Serviceteam
in neuer Besetzung



Liebe Leserinnen und Leser,

„Wenn du vergnügt sein willst, umgib dich mit Freunden, wenn du glücklich sein willst, umgib dich mit Blumen.“ So lautet ein japanisches Sprichwort. Man kann also beides haben und möglicherweise sind Blumen genau der richtige Weg, alte Freundschaften und gute Nachbarschaften zu festigen. Wem das „übertrieben“ erscheint, der kann ja auch einen kleinen Topf mit Kräutern verschenken. Das liegt zurzeit voll im Trend. Ob Salbei, Rosmarin oder Thymian: Duftende Aromen und markante Würze passen ganz prima nicht nur zu raffinierten Gerichten, sondern auch zu netten Menschen. In diesem Sinne: Ihnen einen duftenden Frühsommer!

Ihr
Michael Pögl

Inhalt

Juni 2016

Wohnen mit uns

Der Aufsichtsrat stellt sich vor.....	3
1. InnenHofKonzert der BG Hof	3
Mitgliedermagazin auch online lesen.....	3
Spielplatzpaten für die Genossenschaft gesucht.....	4
Unser Reparatur-Service team in neuer Besetzung.....	4

Scharfsinniges

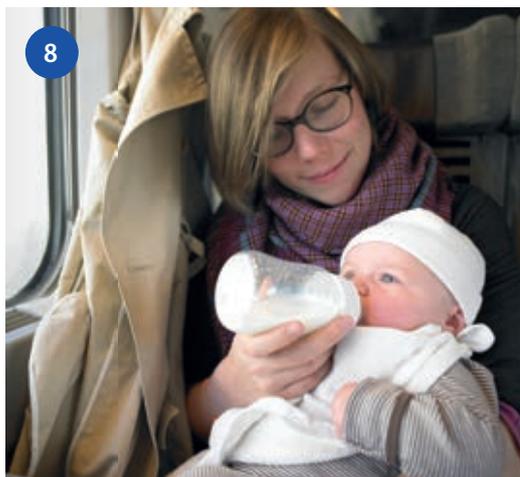
Ungeliebte Untermieter.....	5
-----------------------------	---

Unter Mieter(n)

Bio an die Haut.....	6
Cool bleiben – Lebensmittel richtig lagern.....	7
Bahnfahren mit Kleinkindern.....	8
DESWOS – Einweihung des Georg-Potschka- Training-Centre“ in Kibamba, Tansania.....	9
Blumenpracht für gute Sommerlaune.....	10
Haushaltstipps – clever und praktisch.....	12

Unterhaltung

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





Steckbrief

Der Aufsichtsrat stellt sich vor



Name: **Kathrin Buchta-Kost**
Geboren: **1971**, Geburtsort: **Hof**
Beruf: **Dipl.-Ing. (FH) Innenarchitektin**

Ich esse am liebsten ...
zurzeit Sushi und Indisch.
Der schönste Platz in Hof ist ...
auf dem Untreusee als Drachenbootfahrerin.
Den nächsten Urlaub mache ich ...
an der Ostsee.
Der tollste Augenblick in meinem Leben ...
war die Geburt meiner Tochter.
Mein Traum/Wunsch/Ziel war immer ...
glücklich und positiv zu bleiben.



Name: **Alexandra Deeg**
Geboren: **Ü 50 ☺**, Geburtsort: **Hof**
Beruf: **Beamtin**

Wenn ich morgens aufstehe ...
brauche ich viel Kaffee.
Ich lese am liebsten ...
Bücher von Christine Feehan und J. R. Ward.
Im Fernsehen schaue ich ...
gerne Krimis.
Den nächsten Urlaub mache ich ...
auf meiner neuen Dachterrasse.
Das Wichtigste im Leben ist für mich ...
Gesundheit.



Name: **Angela Plochberger**
Geboren: **1968**, Geburtsort: **Hof**
Beruf: **Steuerfachwirtin**

Zu meiner Familie gehören ...
mein Mann Alexander und meine beiden Söhne Sascha und Sven.
Meine Hobbys sind ...
stricken, Computer spielen und meine Familie.
Den nächsten Urlaub mache ich in ...
„Gartenien“.
Das Wichtigste im Leben ist für mich ...
Gesundheit.
Mein Traum/Wunsch war immer ...
mein kleines Häuschen mit Garten.

Wichtige Hinweise

1. InnenHofKonzert der BG Hof

Liebe Mieterinnen und Mieter, am Donnerstag, 21.07.2016 findet das erste InnenHofKonzert der Baugenossenschaft Hof in den Grünanlagen der Alsenberger Straße statt. Der Verein Bürger am Zug organisiert in Zusammenarbeit mit dem Hofer Stadtmarketing für uns das Konzert. Es tritt die Band „Kickstarter“ auf. Die 8-köpfige Band spielt vorwiegend Rocksongs, drückt den Liedern aber einen eigenständigen „Groove“ auf, so dass die Originale nicht immer gleich erkennbar sind. Das Spektrum reicht von folk-rockig-bluesig bis soulig-funkig. Um 19:00 Uhr geht's los – das Ende der Veranstaltung ist um 21:00 Uhr. Freuen Sie sich darauf – der Eintritt ist frei!



Mitgliedermagazin auch online lesen

Warum auf die Post warten? Unsere Zeitschrift „für uns“ erscheint bereits einige Tage, bevor die Printausgabe verteilt wird, auf unserer Homepage. Einfach unsere Internetseite (www.bg-hof.de) öffnen und unter der Rubrik News „Mieterzeitungen“ anklicken – schon können Sie das Magazin online lesen. Viel Spaß beim Schmökern! ●



Impressum

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



Das Bild zeigt vorne links Judith Zeh, Claudia Wilhelm, Jana Fischer, dahinter steht Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel, Techniker Michael Mergner und Hausmeister Thomas Bojarowski



Spielplatzpaten für die Genossenschaft gesucht

Engagieren Sie sich für Ihr Wohngebiet

Kinder und Jugendliche brauchen Spielplätze – denn Spiel und Bewegung fördert die gesunde Entwicklung der Heranwachsenden. Als Spielplatzpatin oder Spielplatzpate können Sie dazu beitragen, dass unsere Spielplätze zu einem beliebten Treffpunkt für Familien in Ihrem Wohngebiet werden.

Denn Kinder brauchen eine Umwelt, die man anfassen und fühlen kann. Sie sammeln so Erfahrungen im fröhlichen und kreativen Spiel und tauschen sich, wenn möglich, mit Gleichaltrigen oder Älteren aus und lernen voneinander.

Wie eine Spielplatzpatenschaft aussieht, zeigen die Mütter Judith Zeh, Claudia Wilhelm und Jana

Fischer im Schloßweg/Unterkotzauer Weg. Sie engagieren sich schon seit längerem für den Spielplatz. Sie haben ein „offenes Auge“ auf diesen und melden Schäden und auftretende Probleme an ihren Hausmeister Thomas Bojarowski. Vorstandsvorsitzende Daniela Rödel überreichte als Dankeschön kleine Präsente.

Gut zu wissen

Die Sicherheit unserer 28 Spielplätze liegt uns sehr am Herzen. Daher führen wir für Sie als Mieter auf den Spielplätzen wöchentliche Sichtkontrollen durch unsere Hausmeister durch. Die ¼-jährlichen Verschleißkontrollen und jährlichen Jahresinspektionen übernehmen unsere Techniker Michael Mergner und Gunther Wunderlich. ●



Kontakt

Wenn Sie Lust haben, etwas für sich und andere zu tun, kontaktfreudig und tolerant im Umgang mit anderen Menschen sind und einen persönlichen Bezug zu einem unserer Spielplätze haben, dann rufen Sie einfach Herrn Wilfried Rietsch unter der Telefon-Nr. 09281 7353-0 an.

Unser Reparaturservice-Team in neuer Besetzung



Gut zu wissen

Wir bieten Ihnen auch einen 24-Stunden-Notdienst. In dringenden Fällen erreichen Sie ihn unter der Telefon-Nr. 0171 7284631.

Damit sich Ihre Wohnung und Ihr Wohnumfeld immer in gutem und ansprechendem Zustand befinden, sind unsere Mitarbeiter ständig für Sie im Einsatz. Uns ist es wichtig, dass Sie nicht nur ein Dach über dem Kopf haben, sondern eben auch Wohnqualität spüren!



Katrin Knieling



Melissa Kätzel

Eine von vielen Serviceleistungen der BG Hof ist der Reparaturservice. Ihre Ansprechpartnerinnen sind ab sofort Katrin Knieling und Melissa Kätzel; Frau Elena Widera befindet sich derzeit in Elternzeit. Sie erreichen die beiden unter der Telefon-Nr. 09281 7353-40 von

Montag bis Freitag	07:30 Uhr – 12:00 Uhr
Montag	13:00 Uhr – 16:30 Uhr
Dienstag bis Mittwoch	13:00 Uhr – 16:00 Uhr
Donnerstag	13:00 Uhr – 18:00 Uhr

Ihre Reparaturen können Sie auch ganz einfach per E-Mail melden an reparaturen@bg-hof.de. Außerdem können Sie sich gerne an unsere Hausmeister wenden – Sie erreichen sie in ihrem Büro während der Sprechzeiten von Montag bis Donnerstag jeweils von 13:00 Uhr bis 13:30 Uhr oder direkt vor Ort in Ihrem Wohngebiet. ●



Scharfsinniges



Ungeliebte Untermieter

Gegen Silberfische und Co. hilft nur eine ausgeklügelte Strategie – und gute Nerven

Haben Silberfische einen Terminplan, mit dem sie sich für uns unsichtbar machen? Verfügen sie gar über hellseherische Fähigkeiten?

Ich stelle den Wecker auf drei Uhr nachts und schleiche mich mit einer Taschenlampe ins Badezimmer. Dort findet eine Art Beachparty um einen winzigen Wassertropfen statt. Sechs Silberfische suchen blitzschnell in einer Kachelritze das Weite, als der Lichtstrahl sie trifft. In der nächsten Nacht sind es schon fünfzehn vergnügungssüchtige Silberfische, die sich zum Freizeitspaß vor der Badewanne treffen.

„Man kann sie mit Backpulver zum Platzen bringen“, sagt Lena. Silberfisch hin, Silberfisch her: Das haben sie nicht verdient. Und gleich den Kammerjäger rufen, halte ich auch für übertrieben. Silberfischfallen, Köder und Giftspray bieten die Drogerien an. Schweres Geschütz für so winzige Kerlchen, die sich in Ritzen und hinter Verkleidungen verbergen. Lena sagt, dass Kakerlaken viel schlimmer seien. Wie beruhigend! Auf meiner Haut beginnt es sofort zu kribbeln. In der dritten Nacht schrecke ich aus einem Alptraum hoch, in dem Silberfische so groß wie Schweins-

wale durch die Wohnung hüpfen. Nach einem Telefonat mit Paula verspricht sie rasche Hilfe.

Als Erstes schlägt sie eine Falle aus doppeltem Klebeband vor, auf dem die Tierchen festpappen sollen. Aber wie bekommt man das Klebeband wieder vom Kachelboden ab? Dann kommt sie mit einer gelöcherten Pfefferminzdose mit einem Köder.

Schön wäre jetzt ein Nachtsichtgerät, mit dem ich die Jagd beobachten könnte. Drei Tage später schnappt sich Paula die Dose und sagt, dass es geklappt hätte und dass sie die Tierchen jetzt aussetzen würde.

„Und woher weiß ich, dass sie nicht wieder in meinem Badezimmer auftauchen? Oder noch da sind?“ - „Auf keinen Fall nachts nachsehen“, sagt Paula. Es würde sie magisch anziehen, wenn sich jemand um sie kümmert. Keine Frage, das Kind flunkert mir was vor. Wahrscheinlich sind die Silberfische noch da und legen bereits ihre Handtücher an der Pfütze aus. Oder habe ich etwa eine echte Silberfisch-Versteherin in meiner Verwandtschaft? Michael Koglin ●



Fazit

Sauberkeit und das Vermeiden von herunterfallenden Essensresten beugen nachhaltig vor. Chemische Mittel sollten verhältnismäßig und nur nach Gebrauchsanweisung eingesetzt werden.



Bio an die Haut

Flipflops und Sommerkleidung sollten leicht und bequem sein. Doch in manchem Schuh oder T-Shirt stecken ungesunde Schadstoffe.



Info

Das grün-gelbe OEKO-TEX®-Label mit seiner prägnanten, textilumspannten Weltkugel ist ein international registriertes und geschütztes Markenzeichen. Nur gültig mit Vermerk der Prüfnummer und des Prüfinstituts.

Unsere Haut ist ein echter Überlebenskünstler. Sie schützt uns besser als jede Ritterrüstung. Ob Hitze, Kälte, Nässe, Trockenheit, Strahlung oder Schadstoffe – für alles hat sie eine passende Antwort parat. Die feinste Temperaturregelung, Abwehr von Bakterien und Pilzen oder die Energiespeicherung ... für unsere Haut alles kein Problem. Allerdings nur, wenn die Attacken auf unsere „Superhülle“ nicht zu aggressiv ausfallen. Bis zu zwei Quadratmeter umfasst unser größtes Organ. Auf die Waage bringt sie beachtliche zehn bis zwölf Kilogramm. Ein Multitalent, das mit Millionen von Nervenzellen fühlt, tastet und so den Kontakt zur Außenwelt herstellt.

Sie zeigt auch, wenn wir zu großer Sonnenbestrahlung, besonderem Stress oder Krankheiten ausgesetzt sind oder waren. Und sie nimmt (zusammen mit anderen Organen) Schaden, wenn sie mit schadstoffbelasteter Kleidung oder Schuhen in Kontakt kommt.

Besonders Billigtextilien sollte man deshalb argwöhnisch unter die Lupe nehmen. Oft ist „Der Preis heiß“ ... und brennt auf der Haut. Dagegen

geben Öko-Label, die den unbedenklichen Anbau von Baumwolle, Hanf oder Leinen garantieren, eine wichtige Kauforientierung.

Qualität statt Billigplunder

Entscheidungshilfe bietet auch das EU-Label, mit dem „kbA“ Textilfasern aus „kontrolliert biologischem Anbau“ gewährleistet werden. Ist ein „kbT“ vermerkt, wird damit bei Leder die „kontrolliert biologische Tierhaltung“ zugesichert. Doch auch das Etikett „Global Organic – Textile Standard“ signalisiert, dass beim Bleichen, Färben und Imprägnieren nur gesundheitlich und ökologisch unbedenkliche Stoffe verwendet wurden. Vertrauenswürdig ist auch das IVN-Naturtextil-Label und das häufig verwendete OEKO-TEX®Etikett (Textiles Vertrauen – Schadstoffgeprüfte Textilien nach Öko-Tex-Standard 100). Einige große Handelsketten versehen ihre Textilien mit eigenen Prüfsiegeln.

Auch bei Schuhen gibt es eine Vielzahl von Biolabeln, wie etwa: Think! Schuhe, ekn Footwear oder Athletic. Eine Standardisierung fehlt hier allerdings. ●

Cool bleiben – Lebensmittel richtig lagern

Joghurt, Wurst, Käse oder Obst – gut verstaut im Kühlschrank halten unsere Lebensmittel deutlich länger. Doch wie lange bleiben die Waren frisch und wo lagert man was? „Fach“-Wissen ist gefragt.

Der Kühlschrank bietet für alles das richtige Plätzchen. Doch Fach ist nicht gleich Fach. An jedem Ort herrscht eine andere Temperatur, die wiederum für ganz verschiedene Lebensmittel besonders gut geeignet ist. Wer ein paar Regeln beachtet, hat deshalb länger etwas von Käse, Wurst oder Salatkopf. Generell werden die „Klimazonen“ im Kühlschrank von unten nach oben immer wärmer. Draußen bleiben müssen übrigens auch ein paar Lebensmittel. So können Tomaten schnell ihr Aroma verlieren und auch Kartoffeln sind zu empfindlich. Brot ist generell im Brotkasten besser aufgehoben. Luftig sollte es im Kühlschrank zugehen, damit die Kältezirkulation gut klappt. Also nicht zu voll stopfen.

Luft zum Atmen

Obst und Gemüse sollten unverpackt im Gemüsefach verstaut werden. So können sie atmen. Auch die Plastiktüten, in denen etwa Pilze gekauft wurden, sollten angestochen werden. So kann kein Schwitzwasser entstehen und die Pilze schimmeln damit nicht so schnell. Die Haltbarkeit von Spargel und Kräutern (3- 4 Tage) kann man verlängern, wenn man sie in feuchte Tücher einschlägt. Ethylen produzierende Früchte wie Äpfel, Avocados und reife Tomaten sollten nicht zusammen gelagert werden, weil der Reifeprozess beschleunigt wird.

Den ersten Platz der kältesten Zonen erreicht die Glasplatte über der Obstschale. Sie bekommt die kalte, absinkende Luft ab. Hierhin gehören Fleischwaren (Frischfleisch für etwa 2 Tage, Hackfleisch hält ca. 8 Stunden), wobei tierische Produkte wie Wurst oder Fleisch nicht mit pflanzlichen Produkten in Berührung kommen sollten. Auch frischer Fisch gehört auf diese Ablage.

In das Fach darüber sortiert man eingeschweißte Wurstspezialitäten und leicht verderbliche Waren wie Fischsalate, Schinken und Wurst.

In den mittleren Bereich der Tür gehören Butter, Margarine sowie Eier. Letztere halten sich übri-



Haltbarkeit im Kühlschrank

(Milch, Eier, Käse, Joghurt)

3-24 Tage bei

5°C

(Fleisch, Geflügel,
Hackfleisch)

8 Stunden bis 2 Tage bei

2-4°C

(Fisch)

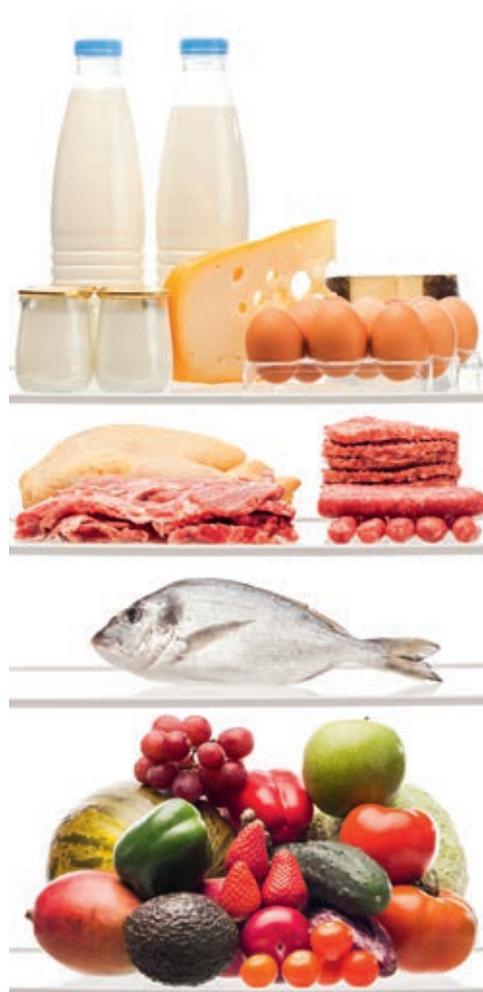
1 bis 2 Tage bei

2°C

(Obst, Gemüse)

5 Tage bei

7-10°C



gens bis zu vier Wochen. Die Türmitte ist reserviert für Senf, Dressing, Soßen, Ketchup, Kapern und Tuben. Ganz unten in der Tür wird angebrochene Milch aufgehoben.

Im mittleren Regal finden Joghurt, Sahne, Quark, Frischkäse oder Puddings eine optimale Temperatur.

Ganz nach oben (unter das Gefrierfach) gehören gegarte Lebensmittel, blanchiertes Gemüse (abgedeckt oder in Frischhaltebox) und verpackter Käse. ●

Bahnfahren mit Kleinkindern

Eine Bahnreise mit Baby hat ihre Tücken – wenn man nicht weiß, worauf man bei der Buchung oder beim Einstieg achten sollte. So wird die Fahrt mit Kind entspannt.



Wer sich vorab nicht informiert, dem kann es passieren, dass er zur einzigen Wickelgelegenheit durch den gesamten Zug pilgern muss oder mit seinem Kinderwagen in den Gängen steckenbleibt. Am besten, man steigt dort ein, wo sich das Kleinkindabteil befindet, oder reserviert vor der Reise dort Plätze. Dieses Abteil liegt immer in der Nähe des Zugchefabteils zwischen 1. und 2. Klasse. Die Lage ist im Wagenstandsanzeiger mit einem Piktogramm gekennzeichnet. Diese Abteile verfügen in der Regel über Sitzplätze an einem Tisch, der sich zum Malen oder Spielen eignet, und dort stört sich niemand an Kindergeschrei. Pro Zug gibt es nur ein Kleinkindabteil – dass das oft nicht reicht, hat inzwischen auch die Bahn

bemerkt. Deshalb bietet sie seit kurzem in ICEs auch Familienbereiche an – das sind speziell gekennzeichnete Abteile, die nur von Familien reserviert werden können. Familienreservierungen für bis zu fünf Personen sind etwas günstiger als die normale Reservierung.

Lieber ohne Kinderwagen reisen

Babys müssen auch mal gewickelt werden – in jedem Rollstuhl-WC der ICE-Züge befindet sich ein ausklappbarer Wickeltisch –, pro Zug gibt es allerdings nur ein Rollstuhl-WC. Wer am anderen Ende sitzt, der muss einen sehr langen Weg in Kauf nehmen – das sollte man vor dem Einstieg oder bei der Reservierung bedenken. Und dann ist da auch noch der Kinderwagen, der verstaubt werden muss. „Kinderwagen sind für uns eine Herausforderung, vor allem wenn fünf, sechs Familien damit einsteigen“, heißt es bei der Bahn. In manchen Kleinkindabteilen ist Platz für einen Kinderwagen. In der 1. Klasse gibt es einen Stellplatz für einen Rollstuhl. Dort stellen viele Eltern ihren Buggy ab, aber wenn ein Rollstuhl kommt, hat der Vorrang. Und wenn Kinderwagen in Gängen oder vor Türen geparkt werden, dann sind Fluchtwege versperrt und der Zugbegleiter kann Eltern auffordern, ihn zu entfernen. Vor allem Kinderwagen, die man nicht zusammenklappen kann, stellen ein Problem dar. Das gilt auch für Fahrradanhänger, dreirädrige Sportkinderwagen und Zwillingswagen. Wenn man Pech hat, passen die nicht durch die Türen und Gänge. IC-Züge haben meist 80 Zentimeter breite Türen, ICEs fast immer 90 Zentimeter. Die Gangbreite variiert zwischen 50 und 74 Zentimetern. Am besten, man lässt den Kinderwagen daheim und transportiert das Kind im Tragetuch. Wenn das keine Option ist, kann man sich den Wagen über den Gepäckservice der Bahn für 17,50 Euro vorausschicken lassen.



Nicht ganz einfach –
Bahnfahren mit
kleinen Kindern



Tipp

Besonders stressig ist das Bahnfahren mit Kind Freitagnachmittag und Freitagabend, denn dann sind die Züge wegen der Berufspendler sehr voll. Lieber auf den Samstag ausweichen, dann wird die Fahrt entspannter – und oft auch günstiger, denn samstags gibt es häufiger Sparpreise.

Der Albtraum jeder Mutter ist es, wenn der Zug mit dem Kind losfährt und sie am Bahnsteig zurückbleibt. Deshalb beim Einstieg immer daran denken: Erst den Koffer, dann das Kind in den Zug heben. Auch beim Aussteigen gilt: zuerst das Gepäck, dann das Kind. So verhindert man, dass die Kleinen unbeaufsichtigt auf dem Bahnsteig herumlaufen. ●



DESWOS

50 Absolventinnen der Abschlussklasse singen vom 1. Stock des neuen Ausbildungszentrums ein Lied zum Abschied.

Einweihung in Tansania

Ein Bericht von Werner Wilkens, DESWOS-Projektbetreuer und Geschäftsführer, über das „Georg-Potschka-Training-Centre“ in Kibamba, Tansania

Fast 50 Mädchen in roten und blauen T-Shirts bilden ein Spalier trommelnder, singender und tanzender Mädchen. Sie begrüßen Hans Peter Trampe (von der Dr. Klein & Co. AG, der das Projekt angestoßen und gefördert hat), Arno Canzler, Nassoro Mkwesso, Mbwana Msangule und mich.

Die fröhlichen Schützlinge des christlichen Ordens der Daughters of Mary Immaculate (DMI) werden in dem gerade fertiggestellten multifunktionalen Ausbildungszentrum betreut und leben für die Dauer ihrer Ausbildung im Mädchenwohnheim auf dem Gelände. Das „Georg-Potschka-Training-Centre“ ist benannt nach dem früheren Generalsekretär der DESWOS, dem die Ausbildung für junge Menschen sehr am Herzen lag. Trotz widriger Umstände schaffte man den Bau des Zentrums innerhalb eines Jahres.

50 Auszubildende aus Dar-es-Salaam und anderen Orten Tansanias wird es aufnehmen. Meist sind es Mädchen, die in schwierigen Verhältnissen aufwuchsen. Viele wurden in Haushalten ausgebeutet und sind wegen sexueller Gewalterfahrungen schwer traumatisiert. Nicht selten lesen die Schwestern der DMI die Mädchen direkt auf der Straße auf. Erstbetreut werden die Mädchen von „Mama“ Ngolle. „In den ersten Tagen sind die Mädchen sehr verschlossen. Manche weinen, andere sind aggressiv. Sie alle haben bittere Erfahrungen gemacht“, sagt sie.

Ein bewegender Moment für Hans Peter Trampe und Werner Wilkens (von links) bei der Enthüllung der Namenstafel im Andenken an Georg Potschka



Auf dem Campus der DMI-Schwestern fühlen sich die Mädchen mit der Zeit wieder sicher und können auch ausgelassen lachen.

Wenn nach einem Jahr der Kurs zu Ende ist, seien sie gelöster und fröhlicher, können schneiden und batiken, kennen die Arbeit mit einem Computer, können kochen und tolle Frisuren gestalten. „Fully human & fully alive“, also „sehr menschlich und sehr lebendig“ steht auf ihren bunten Wickelröcken. Genau das ist das Motto der Ausbildung in dem neuen Zentrum, das unsere Spender möglich gemacht haben. ●



Spendenkonto:

DESWOS, Sparkasse KölnBonn,
Stichwort MZ Kibamba,
IBAN: DE87 3705 0198 0006 6022 21, SWIFT-BIV: COLSDE33



Blumenpracht für gute Sommerlaune

Welche Blumentrends sind besonders beliebt und wie pflegt man die blühende Vielfalt? Mit cleveren Pflanzideen lassen sich Balkon, Terrasse oder Wohnung verschönern.

Frühling und Sommer treiben es bunt. Zumindest, wenn man einen Blick auf Balkone und Terrassen wirft. Der Pflanztrend im Jahr 2016 ist eindeutig: Kräftig leuchtende Farben mit sofort ins Auge springenden Farbkombinationen wie Pink, Rot und Gelb. Mut am Pflanzkübel ist also gefragt, wenn man sich auf den Blumenmessen umschaut. Der Griff in die Farbpalette der Natur darf also durchaus etwas kräftiger ausfallen. Selbst bei den Geranien geht der Trend weg von bisher vorherrschenden zarten Blütentönen hin zu leuchtenden Noten.

Das gilt auch für Schnittblumen-Sträuße, bei denen man wieder echte Hingucker zusammen-

stellen darf. Je knalliger, desto besser. Das Rosen- und Tulpeneinerlei ist eher out – der bunt gemischte und leuchtende Sommergruß dagegen voll im Trend. Das gilt auch für die heimische Pflanzerei.

Vom Handel angeboten wird etwa die „Confetti“-Samenmischung, bei der rot-gelb gestreifte Petunien mit pink-roten Verbänen kombiniert werden. Dunklere Balkone lassen sich so prima mit leuchtenden Pflanzen aufhellen. Geeignet sind dafür sowohl das Fleißige Lieschen als auch Purpurglöckchen. Aber auch prächtige Orchideen entwickeln sich immer öfter zum Dauergast in den Wohnungen und auf den Balkonen. Inzwischen kommen einige Züchtungen gut mit unseren Wetterverhältnissen klar.



Ebenfalls nicht mehr von Balkon und Terrasse wegzudenken sind Kräutertöpfe, in denen Schnittlauch, Petersilie oder Rosmarin gezogen werden. Aber auch Lavendel, Salbei, Thymian und Oregano verfeinern alle mediterran angehauchten Gerichte. Ganz selbstverständlich werden inzwischen auch hübsch gemischte Kräutertöpfe – statt Blumen – zum abendlichen Treffen mit Freunden oder Nachbarn mitgebracht. Ikebana im Kräutertopf – eine pfiffige Geschenkidee, die nicht nur gut aussieht, sondern auch gut schmeckt.

Und noch ein Trend setzt sich durch: das heimische Anbauen von Chilis. Sie leuchten nicht nur alarmrot, sie verfeinern auch die Gerichte und fördern die Verdauung. Angeboten werden die Chilipflanzen in den Geschmacksrichtungen süßrauchig bis zu verteuftelt scharf. Sind sie reif, kann man sie nach dem Ernten aufgezogen auf einer Schnur trocknen und in einer Gewürzmühle ins Regal stellen. Auch zahlreiche Süßkartoffelsorten punkten mit ihren leuchtenden Blüten.



„Blumen sind das Lächeln der Natur. Es geht auch ohne sie, aber nicht so gut.“

Max Reger (Komponist)

Voraussetzung für wirklich blühende Pracht ist natürlich, dass man die Pflanzen an die Sonnenverhältnisse auf Balkon oder Terrasse anpasst. Sonnenverwöhnte Chilis fristen im Schatten ein eher trauriges Dasein.

Wichtig ist auch gute Bodenerde, die aus Umweltgesichtspunkten möglichst nicht aus Torf bestehen sollte. Dessen Abbau erhöht den CO₂-Gehalt in der Atmosphäre massiv.

In der Erde steckt die Pracht

Sogenannte „Bioerde“ ist mit Mykorrhizapilzen durchsetzt, die mit vielen Pflanzen eine gesunde Symbiose eingehen.

Und was tun mit Schädlingen, die der schönsten Pracht den Garaus machen können? Aus der in die Pflanzen gehängten „BioBox“ machen sich Florfliegen- und Marienkäferlarven auf den Weg und verputzen Blattläuse und andere Schädlinge. Ach ja: Ein Pflanztipps wird zurzeit besonders heiß gehandelt: Blattsenf (*brassica juncea*). Der braucht wenig Platz, sieht gut aus und verfeinert Brotaufstriche und Salate. ●



Darauf muss bei Balkonbepflanzung besonders geachtet werden

- 1** Blumengefäße absolut sicher und sturmfest befestigen, damit sie nicht herunterfallen und Passanten verletzen können. Auf keinen Fall locker an der Außenseite der Brüstung befestigen.
- 2** Verzichten Sie auf zu intensive Blumen- und Kräuteraromen, um damit nicht etwa die Nachbarn zu belästigen. Gießen Sie nur zu Uhrzeiten, wenn niemand nass werden kann, der gerade auf einem der unteren Balkone sitzt.
- 3** Pflanzen Sie Blumen so, dass sie nicht auf einen benachbarten Balkon hinüberwuchern können oder dort Laub hinterlassen. Sinnvoll ist auch das regelmäßige Zurückschneiden und Hochbinden.



Haushaltstipps – clever und praktisch



Wie bringt man Silber ohne mühsames Putzen zum Glänzen?
Wie verschwinden lästige Kalkablagerungen am Wasserhahn, ohne die Armatur zu beschädigen?
Und wie kann man mit Öffnungsringen von Getränkedosen das Fassungsvermögen seines Kleiderschranks verdoppeln? Pfliffige Haushaltstipps erleichtern das Leben.

Genial, einfach, überraschend und tricky – Nur drauf kommen muss man erst einmal. Ganz normale Haushaltsgegenstände verwandeln sich mit der richtigen Idee in praktische Helferlein. Sie schützen vor Missgeschicken, schaffen Ordnung und sparen eine Menge Geld.

Ist der Duschkopf verkalkt? Dann füllt man die im Drogeriemarkt erhältliche Zitronensäure in einen Gefrierbeutel, packt den Duschkopf hinein und bindet den Beutel am Schlauchanfang mit einem Gummiring zu. Ein paar Stunden warten und schon hat sich der Kalk in den Düsen aufgelöst. Dabei wird der Kopf gleichzeitig desinfiziert. Auf ähnliche Weise lassen sich auch Wasserhähne blitzschnell von Ablagerungen säubern. Mehrfach mit einer aufgeschnittenen Zitrone über den Hahn streichen. Es ist erstaunlich, wie schnell der Hahn wieder glänzt.

Angelaufenes Silber zu putzen ist eine mühselige Angelegenheit. Einfacher ist es, die Bestecke oder Schmuckstücke zusammen mit einem Stück Alufolie und gesättigter Salzwasserlösung in ein Gefäß zu geben. So wird das oxidierte Silber mit einem chemischen Prozess wieder zum Glänzen gebracht.

Fussel und Haare können wirklich nerven. Um die großflächig von Kleidungsstücken oder Möbeln zu entfernen, kann man doppelseitiges Klebeband um eine handelsübliche Farbrolle kleben. Nach wenigen Rollbewegungen kleben sie an der Folie, die einfach ausgetauscht werden kann.

Zahnpasta für die Schuhe

Eben noch hat man sich über die neuen Sneakers gefreut und schon Tage später sehen die weiß-gummierten Flächen der Turnschuhe schmutzelig aus. Abhilfe steht im Bad: Mit Zahncreme und -bürste werden sie schnell wieder strahlend weiß. Apropos Sauberkeit: Ein wohlriechender und umweltverträglicher Reiniger lässt sich kinderleicht selbst zusammenmischen. Dazu Orangenschalen in ein Marmeladenglas geben, mit Essig auffüllen und gut verschließen. Nach zwei Wochen ist daraus ein duftender Reiniger geworden, den man in eine Sprühflasche umfüllen kann.

Mit einem cleveren Trick lässt sich auch in einem hoffnungslos überfüllten Kleiderschrank Platz schaffen. Dazu hebt man einfach die Ringe von Getränkedosen ab, streift die eine Öffnung über den Haken des Kleiderbügels und nutzt die





„Sie müssen nur den Nippel durch die Lasche zieh'n / Und mit der kleinen Kurbel ganz nach oben dreh'n / Da erscheint sofort ein Pfeil / Und da drücken Sie dann drauf
Und schon geht die TUBE auf!“

Mike Krüger



zweite Ringöffnung für einen weiteren Bügel, der das Kleidungsstück dann etwas tiefer platziert.

Auch Trägerkleider können einen zur Verzweiflung bringen, weil sie immer wieder mal vom Bügel herunterrutschen. Eine Rutschbremse baut man kinderleicht ein, indem man beide Enden mit Gummibändern umwickelt.

Clevere Küchentricks

In der Küche fallen oft Reste von Getreidekörnern, Reis oder anderen Lebensmitteln an. Mit wenigen Schritten lässt sich aus einem Gefrierbeutel und einer Plastikflasche eine wiederverschließbare Aufbewahrungstüte basteln. Dazu einfach mit einem scharfen Messer den Flaschenverschluss oben abschneiden, dann die Tüte zum Teil hindurchziehen und um das Gewinde falten. Schon hat man einen zuschraubbaren Behälter, den man sogar in die Gefriertruhe stellen kann. Es nützt alles nichts: Hin und wieder muss ein

Nagel in die Wand. Auch wenig Geübte können dabei ihren Daumen „in Sicherheit“ bringen. Einfach den Nagel mit einer Wäscheklammer fixieren und schon ist die Verletzungsgefahr gebannt. Aber wie steht es um sehr dünne Stiftnägel? In diesem Fall hilft ein Kamm, mit dem man den Nagel halten kann. Und was tun, wenn man etwas sehr Kleines in der Wohnung verloren hat? Etwa einen Schmuckstein oder ein Schraubchen, das dringend benötigt wird? Einfach ein Tuch um das Staubsaugerrohr wickeln und mit einem Gummiring fixieren. Beim Saugen bleiben dann selbst Kleinteile im Tuch hängen.

Ganz ohne zusätzliche Hilfsmittel funktioniert folgender Trick: Völlig blubberfrei lässt sich Milch oder Saft aus dem Tetrapack ausgießen, wenn die Öffnung nach oben zeigt. So kann besser Luft einfließen. ●



Buchtipp



„Improvisieren ist das halbe Leben“, lautet das Motto des Bandes „Trick 17“.

365 Anregungen, wie man Alltagsdinge sinnvoll zweckentfremdet, haben Benjamin Behnke und Kai Daniel Du zusammengetragen. Tolle Ideen! **Trick 17, Lifehacks für alle Lebenslagen**, Frechverlag, 17 Euro.





Warum jucken Mückenstiche?

Mit einem fiesem Summen sind sie im Anflug: Mücken, die es auf unser Blut abgesehen haben. Besonders in der Dämmerung sind die Plagegeister aktiv. Gestochen werden wir nur von weiblichen Mücken, die das Blut für die Bildung von Eiern brauchen. Schon nach wenigen Minuten beginnt die Einstichstelle zu jucken. Verantwortlich dafür ist unser Immunsystem. Das reagiert auf das Antigenerinnungsmittel, das die Mücken beim Stechen übertragen. Manchmal bildet sich sogar eine Quaddel. Kratzen vergrößert das Leiden. Besser: Gleich nach dem Stich kühlen! 🌟



Lieblingsbuch

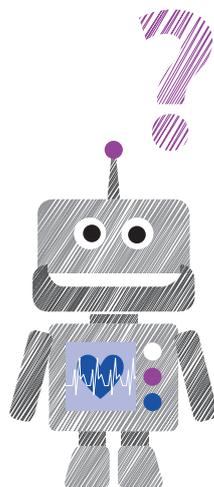
Train Kids



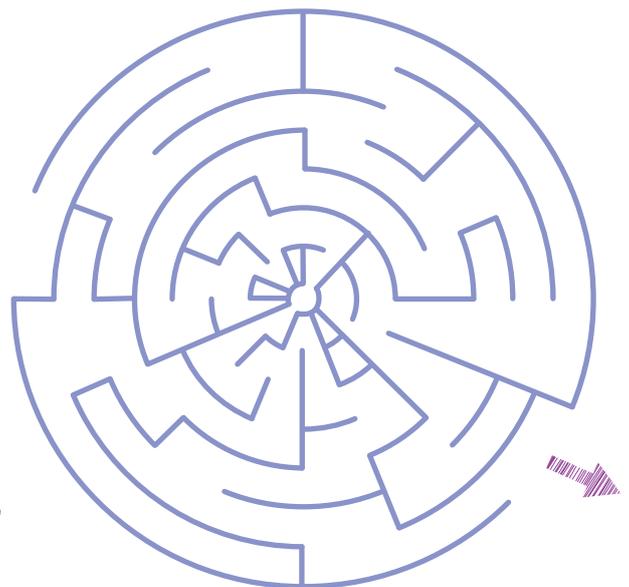
Sie wollen es unbedingt schaffen: Illegal über die Grenze von Mexiko in die USA. Zu fünft brechen die Jugendlichen zu der zweieinhalbtausend Kilometer langen Reise auf. Die bewältigen sie vorwiegend als blinde Passagiere auf Güterzügen.

Sie wissen: Von Hundert schaffen es gerade mal drei bis zur Grenze und nur einer erreicht die USA. Zusammenhalt ist gefragt, denn auf den Zügen herrschen Gewalt, Hunger, Hitze und Durst. Der packend geschriebene und für den Jugendliteraturpreis nominierte Roman gibt einen tiefen Einblick in die Welt der Flüchtlinge, die alles aufgeben, um einen kleinen Zipfel Glück zu erwischen. Ein Plädoyer für mehr Menschlichkeit im Umgang mit Flüchtlingen. 🌟

Dirk Reinhardt: Train Kids, 12-16 Jahre, Gerstenberg, 14,95 Euro.



Auf dem Weg zur Arbeit muss Grobi der Roboter durch ein kniffliges **Labyrinth**. Findest Du den richtigen Weg und kannst ihm helfen?



Wer war eigentlich ...

... Johan Cruyff??

Der 1947 geborene Cruyff galt schon früh als Fußballer-Legende. Nachhaltig prägte der Spielmacher den niederländischen Fußball. „Totaler Fußball“ (Pressing und ständige Formationswechsel), hieß seine Devise, mit der er seinem Verein Ajax Amsterdam zu nationalen und internationalen Erfolgen verhalf. Durch sein geniales Strategiespiel schafften es die Niederlande bei der WM 1974 bis zum Vizeweltmeister.

Sein Weg führte ihn zum FC Barcelona, in die USA und wieder zurück in die Niederlande, wo er später auch seine Trainerlaufbahn begann. Zum Fußball kam er, als seine Mutter nach dem Tod des Vaters bei Ajax Amsterdam eine Stelle als Putz- und Kantinenfrau annahm. Bei seinen Besuchen lauschte er den Spielern und beschloss, Profifußballer zu werden. Von den Gegnern gefürchtet waren seine perfekt getimten Flanken. Und sein unerwartetes Auftauchen auf dem gesamten Spielfeld. Im März 2016 starb der Freund des Weltfußballers Pelé in Barcelona. 🌟





Doktor Proktors Zeitbadewanne

Wohl dem, der sich mit Zeitseife einschäumen kann. Für die Kinder Lisa und Bulle ist das besonders praktisch, denn sie müssen in das Paris des Jahres 1969 reisen. Dort steckt der verrückte Doktor Proktor fest. Basierend auf Jo Nesbøs Kinderromanen hat Regisseur Arild Fröhlich einen turbulenten Spaß für die ganze Familie gedreht. Mit dabei: Anke Engelke. Unbedingt sehenswert. ●

Kinostart: 16. Juni



Super-Sommer-Sound

Mit „Ho Hey“ landeten die Lumineers vor ein paar Jahren einen echten Sommerhit, vor dem man sich kaum retten konnte. Mit ihrem neuen Album „Cleopatra“ beschreiten die drei Musiker aus Denver neue Wege. Mal meditativ, dann wieder mitreißend singen sie von Liebe, Verlust und Sehnsucht. Dahinter verbergen sich bei dieser Band kluge Texte jenseits des allseits bekannten Schmach-Gedudels. Der Sound der Alternativ-Folk-Band ist eingängig und geschmeidig. Besonders bestechend sind die eigenwilligen Melodien, die man so noch nicht gehört hat. Auch alle Fans von Mumford & Sons werden mit den Füßen mitwippen. Sommerfeeling pur. ●

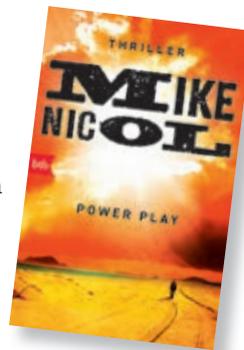


The Lumineers: Cleopatra, Decca (Universal Music), 16,99 Euro.



Power Play

Taff und furchtlos führt Krista Bishop ihre Kapstädter Sicherheitsagentur. Doch dann heuert sie der Geheimdienst an, um zwei chinesische Geschäftsleute zu überwachen. Die sind dabei, im Schwarzhandel mit riesigen Meeresschnecken ein ordentliches Stück vom Verdienst der örtlichen Bandenchefs abzuzwacken. Die Herren hinter ihren Sonnenbrillen sind nicht amüsiert. Auch sie wenden sich an Krista Bishop und plötzlich gerät die Agenturchefin zwischen die Fronten. Wer vertritt eigentlich wessen Interessen, welche Pakte wurden geschlossen? Gibt es in diesem Krieg um Schwarzmarktanteile einen weiteren Player? Der international preisgekrönte Autor und Verfasser anerkannter Sachbücher liefert einen Thriller, der tiefe Blicke in die Schattenwelt Kapstadts wirft. Jenseits jeder Postkartenidylle. ●



Mike Nicol: Power Play, btb Verlag, 9,99 Euro.

Himmliche Düfte

Aromen prägen unsere Stimmungen. Sie können entspannen oder Aktivitäten fördern, wirken heilend bei Krankheiten und sie verändern das Wohlfühlklima in unseren Wohnungen. Eng sind sie mit unseren Erinnerungen verknüpft. Selbst im zwischenmenschlichen Kontakt übernimmt der Geruchssinn die Regie: Man kann „jemanden gut riechen“ oder eben nicht. Verantwortlich für unsere Sensibilität ist eines der entwicklungsgeschichtlich ältesten Teile unseres Hirns. Im großen Buch der Aromatherapie nimmt Susanne Fischer-Rizzi, die ihre Kenntnisse auch in Indien und Tibet verfeinerte, ihre Leser mit auf eine abenteuerliche Reise durch die Geruchswelten. Doch nicht nur exotische Düfte stehen im Mittelpunkt, sondern besonders das, was unsere heimische Flora zu bieten hat. Ein Klassiker, der durch die Nase geht. ●



Susanne Fischer-Rizzi: Himmliche Düfte, AT Verlag, 29,90 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 New Times, Hamburg | **Herstellung und Druck:** Druckzentrum Neumünster GmbH, Rungestraße 4, 24537 Neumünster

TOXFOX



DER KOSMETIK-CHECK

Hormone im Duschgel?
Jetzt mit der ToxFox-App
den Kosmetik-Check machen!

**JETZT KOSTENLOS
IM GOOGLE PLAY
STORE!**



Und wie gehabt im iTunes App-Store!

www.bund.net/toxfox

Bund für
Umwelt und
Naturschutz
Deutschland