

[▲] EINBLICK

Das Kundenmagazin der GEWOBAU

4_22

www.gewobau.de



Gesund durch
den Winter: Unser
Team gibt Tipps



Ankündigung:

Konzert-Reihe: „GEWOBAU nach Noten“

GEWOBAU[®]
WOHNUNGSGENOSSENSCHAFT ESSEN EG

[D] EIN TEIL VON ESSEN



Liebe Mieter, Mitglieder und Freunde der GEWOBAU,

Klimakrise, Energieknappheit, Inflation, der Krieg in der Ukraine – wir leben aktuell in einer sehr herausfordernden Zeit. Das spüren wir in sämtlichen Lebensbereichen. Auch die Wohnungswirtschaft und damit die GEWOBAU stehen vor großen Aufgaben. Aber mit der Unterstützung jedes einzelnen Mitglieds des GEWOBAU-Teams werden wir uns diesen Aufgaben stellen und sie zusammen bewältigen. Wie stark eine Gemeinschaft sein kann, hat in diesem Jahr vor allem unsere Hilfe für ukrainische Geflüchtete gezeigt. Mehr dazu auf Seite 10 und 11. Wir versichern Ihnen, dass die GEWOBAU ihren guten und erfolgreichen Kurs durch diese Zeiten weiter bestätigt!

Nun befinden wir uns zudem inmitten der dunklen, teils ungemütlichen Jahreszeit. Während es draußen häufig kalt und nass ist, verbringen wir wieder mehr Zeit in den eigenen vier Wänden. Obwohl die Heizungen in diesem Winter wegen des Energiesparens vermutlich etwas niedriger als gewöhnlich eingestellt sind, macht uns die trockene Heizungsluft weiterhin anfällig für Viren und Bakterien. Um Grippe, Erkältungen und Co. keine Chance zu geben, hilft einerseits gerade jetzt ein gesundes Raumklima durch richtiges Heizen und Lüften (siehe Seite 8) und andererseits, sich selbst etwas Gutes zu tun. Mit den Tipps unserer Mitarbeitenden in unserem Titelthema (Seite 4) kommen Sie hoffentlich gesund und fit durch den Winter.

Besonders in diesen durchwachsenen Zeiten sind Stimmungsaufheller für die mentale Gesundheit wichtiger denn je. Daher haben wir eine tolle Ankündigung für unsere Mitglieder: Im kommenden Jahr veranstalten wir die Konzertreihe „GEWOBAU nach Noten“. Neben den Essener Philharmonikern mit ihren klassischen Kammerkonzerten konnten wir das Essener Musiker-Duo Benny & Joyce, das im Jazz, Pop, Rock und Soul zu Hause ist, dafür gewinnen.

Die Konzerte sind für unsere Mitglieder größtenteils kostenlos und werden Ihnen über das Jahr verteilt musikalische Höhepunkte bieten und Glücksmomente bescheren, die der Seele guttun.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine schöne Weihnachtszeit mit zunächst vielen familiären Glücksmomenten, ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Start in ein glückliches und gesundes – hoffentlich friedlicheres – neues Jahr!

Ihr Stephan Klotz
Vorstandsvorsitzender der GEWOBAU

Impressum

„EINBLICK“ Nr. 62/Dezember 2022

Herausgeber:
GEWOBAU
Wohnungsgenossenschaft Essen eG
Ribbeckstraße 40, 45127 Essen
Postfach 101343, 45013 Essen
Telefon 0201 81065-0
Telefax 0201 81065-65
E-Mail: gewobau@gewobau.de
www.gewobau.de

Auflage: 7.000 Stück

Bildnachweis:
Titelseite, S. 2, S. 3 (Heimatwiese),
S. 4, S. 5, S. 12, S. 20 (Konzert):
Simon Bierwald/INDEED Photograph
S. 6, 7 (Jubiläen), S. 22: Tanja Lampas
S. 13: Christine Tappe
S. 20 (Benny & Joyce): Benny & Joyce
S. 21: Red Dot Design Museum
Shutterstock: Viktoria Kurpas, Robert
Kneschk, Gaschwald, Buntoon
Rodseng, M.Aka, LeManna, Lyudmyla
Kharlamova, Reinhold Leitner,
Pressmaster, STILLFX, Julien Tromeur,
FreshPaint

Verantwortlich für den Inhalt:
Sandra Kesseboom (V.i.S.d.P.),
Jörg Altenbeck, Stephan Hüsken,
Denise Roderig, Tanja Lampas

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

Druck:
Günter Druck, Schauenroth 13
49124 Georgsmarienhütte

Diese Zeitschrift wurde auf PEFC-
zertifiziertem Papier umweltgerecht
gedruckt.

Ankündigung:

Überruhrer leuchten

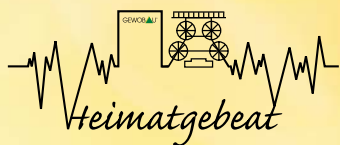
Wie schon im letzten EINBLICK angekündigt, möchten wir das Zusammenleben bei der GEWOBAU in Übr-
ruhr feiern. Nach dem erfolgreichen und fulminanten Halloween, das eine Gruppe Überruhrer Mütter großartig organisierte, freuen wir uns auf das nächste Event.



Was? Überruhrer leuchten –
ein Nachbarschaftsfest der GEWOBAU in Übr-
ruhr für Kinder und Erwachsene

Wann? 18. Dezember 2022 von 18 bis circa 20:30 Uhr

Wo? Gegenüber
dem Heizhaus/
BürgerTreff

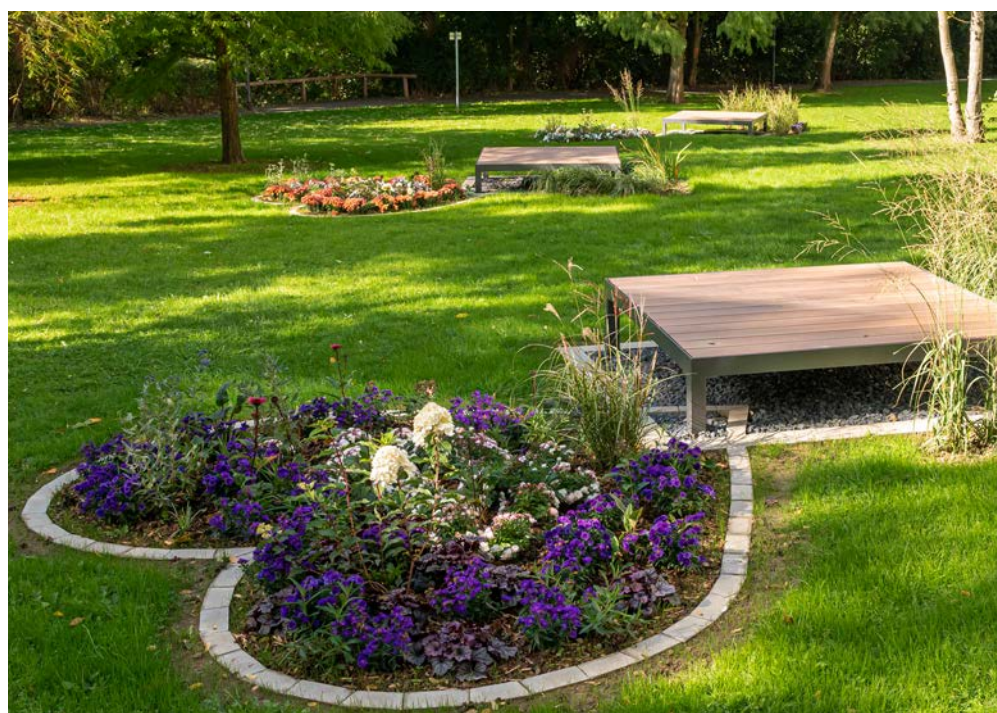


Mit stimmungsvollen Fackeln möchten wir ein Zeichen für das harmonische und friedliche Miteinander in Übr-
ruhr setzen, zu dem jeder Einzelne seinen Beitrag leistet. Bei Glühwein und Kinderpunsch lässt sich gut plaudern und gemeinsam Licht in die dunkle Jahreszeit bringen. Kleine und große Kinder dürfen wieder auf ein paar leuchtende Überraschungen gespannt sein.

Kommen Sie vorbei, feiern Sie mit, treffen Sie alte und neue Nachbarinnen und Nachbarn. Wir freuen uns auf Sie.

Fertig: die Heimatwiese mit Herzrasen

Die Arbeiten an der Heimatwiese hinter den Häusern Bruktererhang sind beendet. Hier ist eine Erholungs- und Ruheinsel mit drei Liegeflächen entstanden, die von Staudenbeeten umgeben werden und jeweils in ein Herz münden. Die Heimatwiese soll Ihnen zukünftig als Ort der Stille dienen, zum Innehalten, Lesen, Nachdenken, Tagträumen und um in den eigenen Rhythmus zu finden. Und Ihre Kinder oder Enkel können hier ihre ersten Schritte im Gras machen.



Keine Chance für Grippe und Co.

Mit unseren Tipps kommen Sie gesund und fit durch den Winter

Wer kennt es nicht: Kaum werden die Temperaturen kühler und der Regen zum Dauer-gast, melden sich Schnupfen, Husten und Halsschmerzen wieder bei uns. Der Wechsel von Kälte, Nässe und trockener Heizungsluft stellt unser Immunsystem auf die Probe und ermöglicht Bakterien und Viren leichtes Spiel. Gleichzeitig schlägt der Lichtmangel auf die Stimmung, macht müde und antriebslos. Erfahren Sie, wie unser Team sich Bazillen und Viren vom Leib hält.

Leonardo Parisi:

„Mein Tipp:
Warm anziehen
und etwas
Gesundes essen.“



Jacqueline Staudinger: „Ich esse viel Obst und Gemüse. Einmal die Woche mache ich einen Salattag. Der Empfehlung meiner Fitnessuhr – 10.000 Schritte am Tag und mindestens 15 Minuten Sonnenlicht tanken – folge ich. Zusätzlich gehe ich regelmäßig ins Fitnessstudio.“



Martina Pusch: „Gelegentlich ein Stück Schokolade ist gut für die Seele. Und da ich kein Auto fahre, halte ich mich mit Zufußgehen fit.“



Marcel Köhler: „Ich halte mich mit Yoga, Fitnessstudio und Schwimmen fit. Ich meide Alkohol und versuche, mich gesund zu ernähren. Salate, mageres Fleisch und Bananen bekommen meinem Körper gut.“

Denise Roderig: „Meine Hunde zwingen mich, bei Wind und Wetter rauszugehen. Das Wichtigste: sich warm und wetterangepasst anzuziehen. Ich betreibe mit ihnen Hundesport; das hält aktiv, fit und gesund.“

Jörg Hellen: „Ich achte auf meine Ernährung und esse wenig Pommes und Hamburger, dafür viel Obst und Gemüse. Außerdem jogge ich regelmäßig. Und ich gehöre zu den Menschen, die sich gegen Grippe impfen lassen.“



Claudia Braesemann: „Ich bin durch den Hund viel draußen und bin jeder Witterung ausgesetzt. Wenn ich anfangs, mich kränklich zu fühlen, trinke ich Tee mit Honig.“

Stefanie Baehr: „Mich halten unsere täglichen Hunderunden fit. Und auch das Tennisspiel, das im Winter eben in die Halle verlegt wird.“



Alexander Gahr: „Wir laufen jeden Tag mit den Hunden. Und gehen auch mit den Kindern viel an die Luft. Der Winter ist die schönste Zeit in der Familie, da unternehmen wir am meisten mit den Kindern. Außer viel rausgehen, spielen wir gemeinsam, während der Kamin flackert – einfach wunderbar.“



Tristan Montag: „Neben ausgwogener und abwechslungsreicher Ernährung trinke ich lieber Tee als Kaffee und achte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Außerdem hilft regelmäßige, moderate Bewegung, da intensive Trainings wegen der hohen Anstrengung Infektionen teilweise begünstigen können.“

Die 5 besten Tipps auf einen Blick

1. Bewegung an der frischen Luft: Gehen Sie bei Wind und Wetter raus an die frische Luft. Schon ein halbstündiger Spaziergang pro Tag versorgt den Körper mit einer Extraportion Sauerstoff und Tageslicht, stabilisiert das Immunsystem und bringt den Kreislauf in Schwung.

2. Fit dank Temperaturwechsel: Wechselduschen oder regelmäßige Saunagänge sind ebenfalls ein gutes Mittel, um Kreislauf und Immunsystem zu stärken. Der Wechsel zwischen Kälte und Wärme trainiert die Gefäße und wirkt sich positiv auf Stoffwechsel, Herz-Kreislauf-System und Blutdruck aus.

3. Die Abwehr von innen stärken: Viel frisches Obst und Gemüse versorgen den Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Besonders reichhaltig an Vitamin C sind Kiwis, Paprika, Brokkoli und Sanddornbeeren. Vitamin E, das Entzündungen im Körper bekämpft, ist in pflanzlichen Ölen, Mandeln und Vollkornprodukten enthalten.

4. Richtiges Klima: Zu trockene, verbrauchte und warme Heizungsluft trocknet Ihre Schleimhäute aus. Tipps zum richtigen Heizen und Lüften geben wir Ihnen in dieser Ausgabe auf Seite 8.

5. Keine Chance dem Winterblues: Kaum etwas macht uns anfälliger für Krankheiten und auch Depressionen als Stress. Genügend Entspannung und ausreichend Schlaf hingegen unterstützen die körpereigenen Abwehrkräfte. Gönnen Sie sich bewusst etwas Gutes, wie ein wohliges Wannenbad oder ein spannendes Buch.

SOS-Tipps, wenn es Sie doch erwischt: Trinken Sie viel, am besten Kräutertees oder heiße Zitrone mit Honig. Nehmen Sie ein entspannendes Bad mit Thymianzusatz oder inhalieren Sie mit ätherischen Ölen. Ebenfalls hilfreich: Gurgeln mit Salbeitee oder Salzwasser.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie gesund und fit durch die kalte Jahreszeit kommen!

Hagen Turkat: „Für die mentale Gesundheit helfen mir die regelmäßigen Auszeiten zweimal im Jahr, wenn's in den Urlaub geht, um Abstand vom Alltag zu gewinnen.“



Daniel Born: „Ich dusche immer die letzte Minute eiskalt. Halte mich ans Händewaschen und Abstandhalten. Für die Seele gönne ich mir Soulfood – also alles, was mir gut schmeckt. Für den Körper mache ich täglich Lockerungs- und Dehnübungen.“

André Pacyna: „Ich bewege mich in meinem Beruf als Hausmeister sehr viel und bin viel auf Achse. Dazu nutze ich intensiv das GEWOBAU E-Bike. Auch in der Freizeit fahre ich viel Fahrrad. Morgens bin ich der Erste und abends der Letzte, der mit dem Hund geht. An manchen Tagen habe ich durch Hund und Job schon vor 11 Uhr meine 10.000 Schritte voll.“



Jörg Schwartz: „Meine Hunde halten mich das ganze Jahr fit. Und mein Sohn und ich spielen zudem Tennis.“

Frau Offermann feierte ihr diamantenes Mietjubiläum



**Seit 60 Jahren wohnt sie schon bei uns – Frau Offermann aus Huttrop.
Wir haben unsere fitte Mieterin anlässlich ihres besonderen Jubiläums besucht.**

Ihr Tipp, um gut durch den Winter zu kommen, ist auf jeden Fall Grüntee, wie sie uns verriet. Und wenn es der Rücken zuließe, würde sie jetzt noch gerne über eine Latte springen, denn: Bis vor fünf Jahren hat sie aktiv Leichtathletik betrieben und ist sportlich bis heute. Beeindruckend. Sie geht zweimal pro Woche zur Gymnastik und zum Yoga. Mental hält sie sich mit Gedächtnistraining fit, während sie dem Körper viel Gemüse und sehr wenig Fleisch gönnt. Das Wort Krankheit kann sie nicht hören. Vor allem möchte sie ohne den lieben Gott nicht leben. Sie ist der lebendige Beweis, dass diese Empfehlungen Sinn machen.

Die hochsympathische 90-Jährige wirkt erfrischend jung und hellwach. Sie erzählt spannend und eindrücklich über ihr Leben, in dem sie sich sowohl durch Bücher als auch durch viele Reisen mit ihrem Mann und dem gemeinsamen Sohn sehr gebildet hat.

Doch das Schönste – und das sagt sie strahlend – ist es, nach Hause zu kommen. In ihrer Wohnung fühlt sie sich seit 60 Jahren pudelwohl. Mit ihrem beachtlichen Lebensstil hat sie drei Krebserkrankungen und dem Verlust ihres Mannes getrotzt, ist aufrecht und optimistisch geblieben. „Gesunden kann ich auch am besten zu Hause“, sagte sie auch ihrem Arzt, als dieser ihr eine Kur empfehlen wollte. Chapeau!



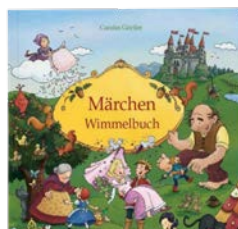
Zu diesem diamantenen Mietvertrag gratulieren wir also voller Bewunderung und Respekt und wünschen uns, Frau Offermann noch lange als Mieterin zu behalten.

Märchenhafte Buchgeschenke

Sie haben noch nicht alle Geschenke beisammen? Dann hätten wir einige Vorschläge für Sie. Denn Märchen gibt es längst in vielfacher Form und für jedes Lesealter. Unser Tipp: Unterstützen Sie unsere lokalen Buchhändler vor Ort und lassen Sie sich umfassend beraten!

Für die ganz Kleinen

Im Märchen-Wimmelbuch können Sie die Klassiker in kindgerechter Sprache vorlesen und gleichzeitig die ganze Geschichte auf herrlich bunten Wimmelbildern nacherzählen. Geeignet für Kinder von 3 bis 6 Jahren und alle, die Spaß am Entdecken haben. 16 Seiten, 12,99 Euro, ISBN-10: 9783947188055.



Für Schulkinder

Falls Ihr Kind gerade im Harry-Potter-Fieber ist, gehört dieses Märchenbuch zur Pflichtlektüre. Fünf magische Märchen für angehende Zauberer aus der Feder von J.K. Rowling. Geeignet für Kinder ab 10 Jahren, 128 Seiten, gebunden für 12,99 Euro. ISBN-10: 3551359261.



75 Jahre GEWOBAU: Wer kann das toppen?



Unglaubliche 75 Jahre Mitgliedschaft! Da gaben wir doch mit Vergnügen eine Obstkorbbestellung für das Ehepaar Ständer auf und ließen uns ihre GEWOBAU-Geschichte erzählen.

Im Jahr 1947 ist Manfred Ständer als 11-jähriger Junge mit seiner verwitweten Mutter Käthe in der Eickenscheidter Fuhr eingezogen. 1961 heiratete er seine Anne, mit der er im selben Haus eine kleine Wohnung bezog. Der erste gemeinsame Sohn wurde hier 1964 geboren und lebt heute ein paar Stockwerke über seiner Mutter.

Zum Glück, so kann der Sohn seine Mutter nach dem notwendigen Umzug des Vaters in ein Pflegeheim unterstützen. Natürlich halten sie ihn dort auf dem Laufenden und so war es Manfred Ständer, der beim Lesen des letzten EINBLICKs nachrechnete und seine Frau bat bei der GEWOBAU anzurufen. Eine wunderbare Idee. 75 Jahre sind eine beachtliche Zeit.

Die sympathische Anne Ständer bezeichnet sich selbst als Urgestein und blickt auf die Jahrzehnte in der Straße zurück. Früher gab es regelmäßige Treffen im Waschhaus um die Ecke, wohin die Frauen Thermoskannen und Radio mithinnahmen und zwischen Maschine und Mangel ein richtig gutes und lustiges Miteinander hatten, während die Kinder im Hof zusammen spielten.

Die Zeiten haben sich gewandelt. Doch sie kommt gut mit der sich verändernden Nachbarschaft zurecht. Im Zusammensein



mit ihr lässt sich das leicht glauben. Sie verströmt eine Atmosphäre von Offenheit und Wohlwollen und die Beherztheit, auftretende Konflikte direkt anzusprechen.

Ihr und ihrem Mann gratulieren wir zu diesem besonderen Jubiläum. Wir bedanken uns für diese besondere Wertschätzung und Treue. Der ganzen Familie alles Liebe und Gute.

Wenn Sie selbst so ein GEWOBAU-Urgestein sind, melden Sie sich unter 0201 81065-67. Wir freuen uns darauf.

Für Jugendliche

„Der Märchenerzähler“ von Antonia Michaelis ist ein temporeicher Jugendthriller und gleichzeitig eine zu Herzen gehende Liebesgeschichte voller Spannung und Gefühl. Geeignet ab 15 Jahren, Taschenbuchausgabe, 12,00 Euro, ISBN-10: 3841502474.



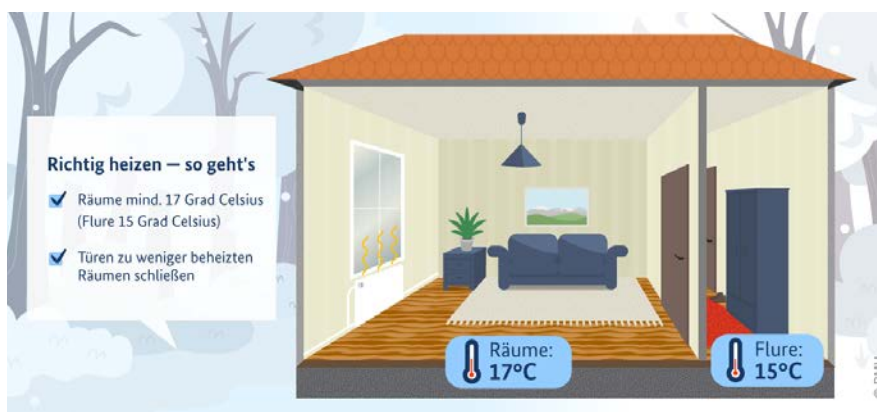
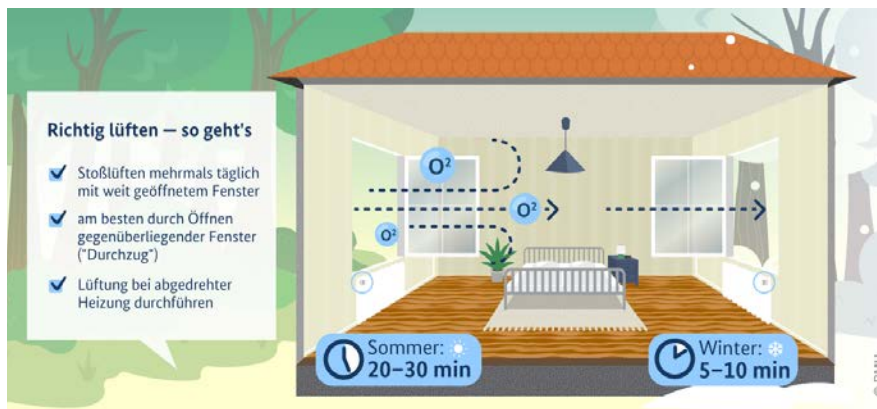
Für Junggebliebene

Im Zauberreich Zamonien erzählt der Großdichter Hildegunst von Mythenmetz (alias Walter Moers) eine hintergründige Parodie auf „Hänsel und Gretel“, die mit gewohntem Sprachwitz und humorigen Wendungen überzeugt. Taschenbuchausgabe für 13,00 Euro, ISBN: 9783328107644.



Richtig heizen und lüften

Mit diesen Tipps verhindern Sie Schimmelbildung



Ein Vier-Personen-Haushalt gibt pro Tag zwischen sechs und zwölf Liter Wasser an die Luft ab. Wird diese Feuchtigkeit nicht regelmäßig „rausgelüftet“, kann sie Schimmel begünstigen – sowohl in Wohnungen mit undichten Fenstern und Dächern als auch in energetisch sanierten Häusern mit Wärmeschutzfenstern. In nicht ausreichend oder gar nicht beheizten Räumen ist die Gefahr besonders groß.

Weitere Tipps:

- Heizkörper bei geöffnetem Fenster abdrehen.
- Arbeiten mit geruchsintensiven Stoffen (z. B. Putzmittel, Farbe) nur bei gleichzeitigem Lüften durchführen.
- Beim Heizen und Kochen mit Kohle oder Gas sowie Kaminöfen auf einen kontinuierlichen Luftaustausch achten.
- Lüften Sie auch selten genutzte Räume regelmäßig.
- Behalten Sie die Luftfeuchtigkeit mit einem Thermo-Hygrometer im Blick.

Gewinnen Sie ein Thermo-Hygrometer

Prüfen Sie schnell, wie trocken oder feucht die Raumluft ist. Analoge und digitale Thermo-Hygrometer gibt es kostengünstig im Baumarkt zu kaufen – oder bei uns zu gewinnen! Schreiben Sie uns, wie Ihnen der EINBLICK gefallen hat und welche Themen Sie sich für die nächsten Ausgaben wünschen. Unter allen Einsendungen verlosen wir drei Hygrometer.

Schreiben Sie uns per Post an:

GEWOBAU

Wohnungsgenossenschaft Essen eG

Einblick-Redaktion

Ribbeckstraße 40, 45127 Essen

Oder per E-Mail an:

einblick@gewobau.de



Verabschiedung

Claudia Beckmann – danke für 34 Jahre GEWOBAU!

Am 19. Oktober 2022 verabschiedete sich unsere liebe Kollegin und Bauleiterin Claudia Beckmann in den wohlverdienten Ruhestand. Stolze 34 Jahre arbeitete Frau Beckmann mit ganz viel Herzblut, Engagement und Freude für die GEWOBAU.

Die Freude an ihrer Arbeit war sogar so groß, dass der Ruhestand erstmal auf sie warten musste: Gleich dreimal verlängerte Claudia Beckmann ihre Zeit bei der GEWOBAU. So konnte unser Team glücklicherweise weiterhin auf ihre Erfahrung bauen. Doch nun war es so weit: Bei einem gemütlichen Hoffest verabschiedete sich Frau Beckmann von ihren Kolleginnen und Kollegen sowie von langjährigen Dienstleistern.

Als Teil des Abschiedsgeschenks überreichte ihr das GEWOBAU-Team dann noch einen Bauhelm, auf dem alle unterschrieben hatten. Zuvor war schon ihr Arbeitsplatz als Baustelle umdekoriert worden.

Wir bedanken uns noch einmal herzlich bei unserer hochgeschätzten Frau Beckmann für ihre großartige Arbeit und wünschen ihr eine wunderbare arbeitsfreie Zeit, voller Freiheit, Genuss und Lebensfreude!



Vorsicht vor Haustürgeschäften!

Immer wieder erhalten wir Nachrichten über angebliche Telekommitarbeitende, die an den Haustüren klingeln und vorgeben, sie wollten sich nach dem Zustand des Internetanschlusses erkundigen. Wir raten Ihnen: Unterschreiben Sie keine Verträge an der Haustür.

Diese Mitarbeiter behaupten, die GEWOBAU habe sie geschickt, da es mit dem Internet per TV-Kabel ja ständig Probleme gebe. Sie bekämen bald einen Glasfaseranschluss der Deutschen Telekom im Haus und sie wollten nur prüfen, ob die Verträge der Kunden auch schon angepasst wurden.

Solche oder ähnliche Aussagen tätigen die angeblichen Telekommitarbeitenden. Doch hierbei handelt es sich um Vertriebsmitarbeiter einer Drittfirma, die für die Telekom arbeiten und für das Direkt-Marketing zuständig sind. Ziel dieser Vertriebsmitarbeitenden ist es, Sie zu einem teilweise unseriösen Vertragswechsel zu überreden.

Es ist Ihr gutes Recht, diese Personen an Ihrer Haustür abzuweisen. Leider gibt es in keiner Branche so viele ungewollte



Vertragsabschlüsse wie in der Telekommunikation. Der Grund: Zu Hause oder auf der Straße sind Menschen in der Regel

von einem Kauf- oder Vertragsangebot über-rumpelt und lassen sich leichter auf die aufdringlichen Haustürgeschäfte ein. Wenn Sie versehentlich einen Vertrag abgeschlossen haben, machen Sie von Ihrem 14-tägigen Widerrufsrecht Gebrauch. Wichtig: wenn es Änderungen in der Versorgung gibt, informieren wir Sie rechtzeitig.

Gemeinsam hilft es sich noch besser!

Seit 2006 engagiert sich die Stiftung WohnLeben für mehr Wohn- und Lebensqualität in Essen und fördert generationsübergreifende Kinder-, Jugend- und Nachbarschaftsprojekte sowie sozial benachteiligte Menschen in unserer Stadt. Auch in diesem Jahr haben wir wieder tolle Projekte mit der Stiftung WohnLeben unterstützt.

BürgerTreff Ruhrhalbinsel e. V.

Die Stiftung WohnLeben unterstützte den BürgerTreff (buergertreff.ruhr) in diesem Jahr bei dem Projekt „Bewegungsbaustellen“: Bewegungsangebote für Kinder und Jugendliche, die sowohl innen als auch außen durchgeführt werden können. Bänke, Matten und Bälle werden dazu als „Bewegungsbaustellen“ zu einem Parcours aufgebaut, den die Kinder spielerisch absolvieren.

Schulzzwanzig

Im Nachbarschaftstreff Schulzzwanzig konnte eine Beratung für Mütter mit Kleinstkindern umgesetzt werden. Zudem lässt eine neue Honorarkraft das Angebot der Spielezone wieder aufleben. Am 28. März 2022 fand am Schulzzwanzig ein großes und gut besuchtes Frühlingsfest mit Kinderschmin-

ken, Hüpfburg und weiteren Highlights statt. Auch das Herbstfest am 10. Oktober 2022 mit vielen Spiel- und Kreativangeboten für Kinder, Kaffee, Kuchen und Musik war ein voller Erfolg.

Ruhrtalente

Die Westfälische Hochschule Gelsenkirchen, Bottrop, Recklinghausen entwickelte gemeinsam mit dem Initiativkreis Ruhr und der RAG-Stiftung das Schülerstipendienprogramm „RuhrTalente“ (ruhrtalente.de). Die seit 2019 von unserer Stiftung geförderten Ruhrtalente befinden sich auf gutem Wege: Melissa hat ihr Abitur gemacht und möchte im Anschluss Psychologie oder im pädagogischen Bereich studieren. Nelson hat seine Fachoberschulreife mit der Note 1,3 erreicht und erhält nun finanzielle Unterstützung für das Abschlussjahr 2023/2024. Die Stiftung wird zudem eine weitere Person mit einem Stipendium unterstützen.

„Vollspann-Projekt“

Unsere Stiftung WohnLeben unterstützte den Förderverein der Gesamtschule Nord e. V. im Rahmen des „Vollspann-Projekts“, das die Talentförderung verfolgt. Mit der Unterstützung des Fördervereins hat die Stiftung WohnLeben einen wichtigen Beitrag für mehr Bil-

dungs- und Chancengerechtigkeit für Schülerinnen und Schüler an der Gesamtschule Essen Nord geleistet.

Unsere Ukraine-Hilfe in Essen

Nach Beginn des Krieges in der Ukraine spendeten unsere Mitarbeitenden, unsere Dienstleister und unsere Mitglieder auf das eigens eingerichtete Spendenkonto „Ukraine-Hilfe in Essen“ unserer Stiftung WohnLeben. Mittlerweile haben wir 30 Wohnungen an Geflüchtete vermietet – von drei Beispielen berichten wir Ihnen.

Überruhr

Aus der Flüchtlingsunterkunft im ehemaligen Marienhospital gelangte eine Mutter mit zwei Kindern durch einen glücklichen Zufall zu uns: Die beiden Kinder wurden an der Waldorfschule in Essen angenommen, die auch die Kinder unserer Sozialarbeiterin Stefanie Baehr besuchen. So entstand der Kontakt. Stefanie Baehr und ihre Kinder halfen der ukrainischen Familie sofort. Frau Baehrs Sohn übersetzte und organisierte die Besichtigungstermine mit dem ukrainischen Sohn. Ein Genossenschaftsmitglied aus Freisenbruch stiftete eine komplette Schlafzimmereinrichtung, die unsere Gärtner und ein Schrei-



ner der Firma Weidemann ab- und aufbauten. Unser Hausmeister Hagen Turkat organisierte eine gut erhaltene Küche aus einer Leerwohnung. Und unser Mieter Thomas Manderscheid sammelte zusammen mit dem Bürgertreff in Übberruhr Spenden. Davon kaufte er eine neuwertige Waschmaschine und Schreibtische für die Kinder. Auch bei Ämtergängen begleitete Thomas Manderscheid die Familie.

Für die große Unterstützung ist die Familie sehr dankbar. „Die Wohnung ist das Beste, was uns in den letzten Jahren passiert ist“, erzählte der ukrainische Sohn Frau Baehr.

Steele

Auch in Steele fand ein ukrainisches Ehepaar ein neues Zuhause bei uns. Nach der Flucht wurden die beiden zunächst von einer Familie aus der Tennisabteilung des PSV in ihrem Haus aufgenommen. Durch den engen Kontakt zwischen dem PSV und der GEWOBAU zog das ukrainische Ehepaar Mitte Oktober in eine GEWOBAU-Wohnung in Steele. Auch sie erhielten von verschiedenen Seiten viel Unterstützung: Die Herren-Ü-40-Mannschaft der Tennisabteilung des PSV meisterte zusammen mit unseren Gärtnern in ihrer Freizeit

den Umzug. Durch Spenden erwarb sie eine Küche, die gemeinsam ab- und wieder aufgebaut wurde. Mit weiteren Spenden aus der Mannschaft und der GEWOBAU-Stiftung WohnLeben wurden Küche, Möbel, eine Waschmaschine, Gardinen, Vorhänge, ein Schuhregal und Lampen gekauft.

„Unsere neuen Mieter sind sehr zufrieden, glücklich und unendlich dankbar. Auch die Familie aus dem Tennisverein hat sich für unser unkompliziertes Engagement sehr herzlich bedankt, berichtete Frau Baehr.

Werden

Im Gespräch mit ihrer ukrainischstämmigen Podologin erzählte unsere engagierte Mieterin Frau Tappe, dass sie gerne eine geflüchtete Mutter mit Kind bei sich aufnehmen würde. Und so standen einen Tag später die ukrainische Mutter und ihre Tochter vor der Tür. Sie verständigten sich mithilfe einer Übersetzungs-App und wohnten sieben Wochen bei Frau Tappe. Als die ukrainische Mutter aus Unwissenheit einen Mietvertrag für eine winzige, äußerst ungepflegte 20-Quadratmeter-Wohnung zu einem übersteuerten Preis in Altenessen unterschrieben hatte, zog Frau Tappe ihren Anwalt zurate. Sie kontaktierte

den zwielichtigen Vermieter, kündigte die Wohnung und wandte sich an die GEWOBAU. Frau Tappe organisierte alles für den bevorstehenden Umzug in die schöne 2-Zimmer-Wohnung mit Balkon bei der GEWOBAU. Sie trommelte weitere helfende Hände zusammen, die Kleidung und Möbel spendeten. Als Dankeschön kochte die ukrainische Mutter für die 20 hilfsbereiten Personen Borschtsch, das ukrainische Nationalgericht. (Das Rezept finden Sie auf Seite 13.)

Kurz vor dem geplanten Umzug schlug das Heimweh zu. Die Sehnsucht nach der vertrauten Heimat und der ukrainischen Verwandtschaft war so übermächtig, dass Mutter und Tochter nach Kiew zurückkehrten. „Noch geht es den beiden gut“, berichtete Frau Tappe, die den Kontakt hält. Wir wünschen ihnen von ganzem Herzen, dass sie diesen Krieg unversehrt überstehen.

Die GEWOBAU und die GEWOBAU-Stiftung WohnLeben bedanken sich von ganzem Herzen bei allen Helferinnen und Helfern sowie Spenderinnen und Spendern! Durch Ihre wertvolle Unterstützung können die Menschen, die alles verloren haben, bei uns einen Neuanfang beginnen.



Verstärkung

Drei Neuzugänge bringen frischen Wind ins Team

Patrick König

Seit dem 16. August 2022 ist Patrick König als Garten- und Landschaftsbauer im Regiebetrieb für die GEWOBAU im Einsatz. Seine Freude am Arbeiten an der frischen Luft entdeckte unser neuer Kollege Anfang der Neunzigerjahre, als er bei der Bundeswehr viel Zeit draußen verbracht hat. Zuvor hatte er bereits eine Schlosserlehre absolviert. Doch die Natur begeisterte ihn mehr und so arbeitete er seit 1996 als Gärtner, unter anderem bei der Stadt Oberhausen. Über den Kontakt zu unseren Gärtnern bewarb er sich auf gut Glück, aber erfolgreich bei der GEWOBAU. In seiner Freizeit ist Patrick König ebenfalls viel draußen – nicht zuletzt wegen seines Hundes, mit dem er ausgedehnte Spaziergänge unternimmt und traditionell an Silvester Urlaub an der Nordsee macht.



Lutz Töldte

Zweiter Neuzugang und zweiter neuer Gärtner ist Lutz Töldte. Der Essener entdeckte seine Liebe zu Garten und Natur schon früh: „Es begann mit einem Ferienjob als Gärtner beim Nachbarn.“ Und obwohl sein „Herz fürs Gärtnern schlägt“ absolvierte er zunächst eine Elektrikerlehre, um etwas anderes auszuprobieren. Nach dem anschließenden Zivildienst entschied er sich doch noch für die zweite Lehre als Garten- und Landschaftsbauer. Bei der GEWOBAU bewarb sich Lutz Töldte, um seiner Leidenschaft Grünanlagenpflege nachzugehen, statt wie in seinem vorherigen Job vorwiegend Straßen- und Kanalbauarbeiten durchzuführen. Nach der Arbeit verbringt er am liebsten Zeit im eigenen Schrebergarten: entspannt beim Gärtnern, genießt die Ruhe oder baut Obst und Gemüse an, welches er mit seiner Freundin gemeinsam zubereitet.

Sinem Atalay

Der Liebe wegen zog die gebürtige Sauerländerin Sinem Atalay nach Essen, wodurch sie glücklicherweise den Weg zur GEWOBAU fand: Am 1. Oktober 2022 startet sie ihren neuen Job als Sachbearbeiterin im Bereich Mahn- und Klagewesen bei der GEWOBAU. In ihre Zuständigkeit fallen Zahlungsprobleme und komplizierte Nachlassangelegenheiten, bei denen sie zum Teil bei Gerichtsterminen und Räumungen anwesend ist oder Kautionszahlungen überwacht. Als Rechts- und Notarfachwirtin mit Berufserfahrung im Insolvenzrecht bei einer Kanzlei sowie im Mahn- und Klagewesen bei einem Wohnungsunternehmen ist sie dafür bestens gerüstet. Ihren Feierabend genießt Sinem Atalay gerne mit ihrer Familie oder Freundinnen und Freunden, bei langen Spaziergängen oder beim Schwimmen.



Ukrainisches Nationalgericht

Borschtsch – einfach lecker!

Im Rahmen unserer Hilfe für ukrainische Geflüchtete (s. S. 11) lernten wir das Gericht Borschtsch kennen, das eine Ukrainerin für ihre Helferinnen und Helfer kochte. Die Mahlzeit kam so gut bei den Bekochten an, dass wir Ihnen dieses Rezept ans Herz legen möchten. Jede Familie hat natürlich ihr eigenes Geheimrezept, was aber alle gemeinsam haben: Es ist das perfekte Essen für kalte Wintertage.



Zubereitung

Für die Rinderbrühe gießen Sie kaltes Wasser in einen Topf, legen das Fleisch hinein und stellen es auf mittlere Hitze. Die Brühe wird schmackhafter, wenn Sie Fleisch mit Knochen verwenden. Legen Sie eine ganze Zwiebel in den Topf und geben Sie das Lorbeerblatt, Pfeffer und Salz hinzu. Behalten Sie die Brühe im Auge und entfernen Sie den Schaum vor dem Kochen. Wenn die Flüssigkeit kocht, decken Sie den Topf mit einem Deckel ab und kochen Sie die Brühe eineinhalb Stunden bei schwacher Hitze. Entfernen Sie die Zwiebel nach einer Stunde und entsorgen Sie sie.

Während die Brühe kocht, werden die übrigen Zutaten vorbereitet: Geputzte und geschälte Rüben und Karotten grob reiben oder in Streifen schneiden. Zwiebeln und Paprika in kleine Würfel schneiden. Kohl in Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und würfeln.

Öl in einer Pfanne auf mittlerer Hitze erwärmen. Zwiebeln und Karotten unter gelegentlichem Rühren etwa 5 Minuten anbraten. Dann die Rüben hineingeben und mit einem Esslöffel Essig oder Zitronensaft würzen. Das Gemüse inklusive der Paprika weitere 5 Minuten garen. Danach Tomatenmark hineinmischen und weitere 5 bis 7 Minuten auf der Herdplatte stehen lassen.

Wenn die Brühe fertig ist, das Fleisch und Lorbeerblatt entfernen. Nun den zerkleinerten Kohl in die Brühe geben. Nach 5 bis 10 Minuten die gewürfelten Kartoffeln hinzufügen. Während die Kartoffeln garkochen, das Fleisch vom Knochen lösen, in Würfel schneiden und in die Suppe geben. Nach Geschmack salzen. Das restliche Gemüse hinzufügen und gut umrühren.

Wer mag, kann etwas gehackten Knoblauch 15 Minuten mitgaren. Mein Tipp: 10 Minuten vor Ende der Garzeit Dosenbohnen in den Borschtsch geben.

Borschtsch kann sofort nach dem Kochen gegessen werden. Aber am nächsten Tag schmeckt er noch besser. Den Borschtsch mit Sauerrahm und frischen Kräutern auf den Teller geben und mit Roggenbrot oder mit Knoblauchöl bestrichenen Brötchen servieren.

Smachnoho – guten Appetit!



Eis geht natürlich immer: Frau Tappe (r.) mit der Rezeptgeberin und ihrer Tochter

Zutaten:

Für die Brühe:

- 1 ½ – 2 L Wasser
- 400 – 500g Rindfleisch mit Knochen
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt

Zum Braten in der Pfanne:

- 2 kleine Rüben
- 1 mittelgroße Karotte
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 4 – 5 Esslöffel Pflanzenöl
- 1 Paprika
- eine Prise Zitronensäure, etwas Essig oder ½ Zitrone
- 2 EL Tomatenmark oder Tomatenpüree

Für Borschtsch:

- 300 g frischer Weißkohl
- 4 mittelgroße Kartoffeln
- Salz nach Geschmack
- 150 – 200 g Bohnen
- Instant-Gemüsebrühe nach Geschmack
- ½ EL Zucker
- Eine Prise gemahlener Pfeffer

Es war wieder viel los im GEWOBAU-Jahr

Nach zwei Jahren Pandemie und vielen Einschränkungen konnten wir im Jahr 2022 wieder zahlreiche schöne Erlebnisse mit unseren Mitgliedern teilen.

Januar

Neujahrskonzert

Am 10. Januar begeisterten die Essener Philharmoniker unsere Mitglieder beim Neujahrskammerkonzert im Foyer des Aalto-Theaters mit wunderschönen Walzer- und Operettenmelodien. Das unterhaltsam moderierte Konzert war für viele Mieterinnen und Mieter zudem ein musikalischer Hochgenuss und Balsam für die Seele, was uns sehr gefreut hat.

GEWOBAU goes Instagram

Auf unserem Instagram-Kanal „gewobau_essen“ gibt's jede Menge Unterhaltsames, Interessantes und Spannendes über die GEWOBAU zu entdecken. Sie haben selbst eine Idee für einen Beitrag? Ein tolles Nachbarschafts-Projekt oder einfach nur ein schönes Foto? Das Instagram-Team freut sich über Ihre Einsendung per E-Mail an einblick@gewobau.de.

März

Frühlingsfest im Schulzzwanzig

Am 28. März 2022 fand am Schulzzwanzig ein großes und gut besuchtes Frühlingsfest statt, das großen Anklang fand.

Ukraine-Hilfe in Essen

Als Genossenschaft und sozial handelndes Wohnungsunternehmen liegt es in unserer Verantwortung, den geflüchteten Menschen aus der Ukraine zu helfen. Dazu haben wir unsere Kräfte gebündelt: gemeinsam mit unseren Dienstleistern, unseren Mitgliedern und unserer Stiftung WohnLeben unterstützen wir die Menschen aus der Ukraine bestmöglich.



April

Sonderbeet eins

Die ehemals eher dunkle Ecke vor dem Sonderfeld 1 ist nun „Sonderbeet eins“. Hier entstanden die ersten Hochbeete, die zur Hälfte von der GEWOBAU, zur anderen von der Bewohnerchaft des Hauses bepflanzt werden. Eine Bank und ein Kirschbaum laden zum Verweilen und Unterhalten ein.

Mai

Danny & The Chicks rocken den See

Auch in diesem Jahr hat die GEWOBAU das traditionelle Open-Air-Konzert am Niederfeldsee unterstützt. Besonders Rockabilly- und 50er-Jahre-Fans kamen auf ihre Kosten. Denn die Essener Band „Danny & The Chicks“ gilt seit über zehn Jahren als die Nummer eins im Bereich des deutschsprachigen Rock 'n' Rolls.

Vertreterversammlung

Am 31. Mai begrüßten wir unsere Vertreterinnen und Vertreter im Erich-Brost-Pavillon auf der Zeche Zollverein und blickten gemeinsam auf ein erfolgreiches Geschäftsjahr 2021 zurück. Dafür dankte der Aufsichtsrat dem Vorstand sowie den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der GEWOBAU.



Juni

GEWOBAU-Mieter-Flohmarkt in Heidhausen/Werden

Am 11. Juni fand in Heidhausen der erste GEWOBAU-Mieter-Flohmarkt statt. Die Mieterschaft dort hatte sich einen gemeinsamen Flohmarkt gewünscht – was wir sehr gerne unterstützt haben. Highlight für die Kleinen war eine Piraten-Hüpfburg.

Open-Air-Konzert Essener Philharmoniker

Das Open-Air-Konzert der Essener Philharmoniker am 11. Juni, das die GEWOBAU als exklusiver Sponsor unterstützte, war ein voller Erfolg und ein musikalisches Sommer-Highlight.



GEWOBAU-Mieter-Flohmarkt in Überrauch

Am 18. Juni fand in Überrauch der nächste gewünschte GEWOBAU-Mieter-Flohmarkt statt. Bei sommerlichen Temperaturen traf sich die Nachbarschaft zum Abschalten und gemütlichen Schlendern zwischen echten Schnäppchen. Ein Luftballon-Künstler, der dazu noch einen Mitmachzirkus im Gepäck hatte, sorgte für jede Menge Spaß und strahlende Kinderaugen.



Fröhlich: das Sommerfest in Werden

Nach zwei Jahren fand erstmals am 23. Juni wieder das traditionelle Sommerfest in unserer Wohnen-mit-Service-Anlage in der Dudenstraße statt. Unter dem Motto „Sonne, Strand und Meer“ feierten die gut gelaunten Bewohnerinnen und Bewohner und genossen ein buntes Programm, bei dem auch gemeinsam gesungen wurde. In den Ruhestand verabschiedet wurde Frau Lippe-Eins vom sozialen Dienst, die sich viele Jahre voller Herzblut um unsere Mieterinnen und Mieter kümmerte.

Juli

Happy Birthday, GEWOBAU!

Am 11.07.22 feierte die GEWOBAU ihren 116. Geburtstag. Zur Feier des Tages gab es für das Team eine GEWOBAU-Geburtstagsstorte.

August

GEWOBAU & Friends beim Drachenbootrennen

Auf dem Baldeneysee hieß es am 14. August beim traditionellen Drachenbootrennen endlich wieder: Ready, attention, go! Das Team GEWOBAU & Friends war mit dabei und bewies großen Teamgeist.



September

Überraucher September

Das Fest für die Nachbarschaft in Überrauch am 3. September hatte wieder unser Mieter Thomas Manderscheid organisiert. Es war uns eine Freude, das Fest finanziell zu unterstützen, und wir bedanken uns herzlich bei Herrn Manderscheid für sein großes, nachbarschaftliches Engagement!

55. Essener Stadtmeisterschaften im Dressur- und Springreiten

Vom 3. bis zum 4. September fanden mit unserer Unterstützung die 55. Essener Stadtmeisterschaften im Dressur- und Springreiten auf der Reitanlage des Reit- und Fahrverein Steele-Horst e. V. statt – mit Dressurprüfungen bis zur Klasse S sowie Springprüfungen bis zur Klasse M.

Reitturnier Steele

Zudem unterstützten wir wieder gerne das traditionelle Septemberturnier, das der Reitverein Steele-Horst e. V. vom 9. bis 11. September auf dem Reiterhof im Schultenweg 9 veranstaltete.

Oktober

Herbstfest im Schulzwanzig

Am 10. Oktober gab es am Schulzwanzig ein Herbstfest für Groß und Klein. Neben Spiel- und Kreativangeboten für Kinder gab es Kaffee, Kuchen und Musik.





© California Walnut Commission

Für die festliche Kaffeetafel Weihnachtliche Schoko-Walnuss- Torte

Zutaten für 12 Stücke:

Für den Biskuit:

100 g kalifornische Walnüsse
100 g Mehl
2 TL Backpulver
4 TL Kakaopulver (20 g)
4 Eier (M)
120 g Zucker
4 EL Amaretto

Für die Schoko-Sahne:

200 g Zartbitter-Kuvertüre
6 Blatt weiße Gelatine
500 ml Schlagsahne
50 g Zucker
2 Päckchen Vanillinzucker
3 EL Rum
3 TL Instant-Espressopulver

Für die Böden:

50 g kalifornische Walnüsse
200 g Kirschkonfitüre

Für die Sterne:

50 g Marzipanrohmasse
25 g Puderzucker (geseibt)
2 TL Kakaopulver

Außerdem:

12 kalifornische Walnüsse
Kakaopulver zum Bestäuben

Zubereitung:

1] Walnüsse mahlen. Mehl mit Backpulver und Kakao mischen. Eier, Zucker und Amaretto 8 Minuten cremig schlagen. Mehlgemisch darüber sieben und mit einem Schneebesen unterheben. Walnüsse ebenfalls unterziehen. Den Boden einer Springform (24 cm Durchmesser) mit Backpapier auslegen. Teig einfüllen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas: Stufe 2–3, Umluft: 160 Grad) ca. 30 Minuten backen. 10 Minuten abkühlen lassen. Dann vorsichtig aus der Form lösen, Backpapier abziehen und auf einem Tortengitter auskühlen lassen. Boden einmal waagrecht durchschneiden.

2] Für die Schoko-Sahne Kuvertüre in Stücke schneiden, in eine Schüssel geben und auf einem heißen Wasserbad schmelzen. Kuvertüre abkühlen. Gelatine 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Sahne steif schlagen, zum Schluss Zucker und Vanillinzucker einrieseln lassen. Rum in einem kleinen Topf erhitzen. Gelatine ausdrücken und in dem Rum auflösen. Espressopulver einrühren und zügig unter die geschlagene Sahne rühren. Dann die Kuvertüre unterrühren. 5–10 Minuten in den Kühlschrank stellen.

3] Für die Böden Walnüsse fein hacken und mit der Konfitüre verrühren. Die Böden auf der aufgeschnittenen Seite damit bestreichen. Unteren Boden auf eine Tortenplatte setzen. Gut ein Drittel

der Schoko-Sahne darauf verstreichen. 5 Minuten kühl stellen. Oberen Boden mit der bestrichenen Seite nach unten darauflegen und leicht andrücken.

4] 4–5 Esslöffel Schoko-Sahne in einen Spritzbeutel mit mittlerer Lochtülle füllen. Mit dem Rest der Schoko-Sahne die Torte ringsum einstreichen. Tupfen und Linien aufspritzen. Auf jeden Tupfen eine Walnusshälfte setzen. Torte 3–4 Stunden in den Kühlschrank stellen.

5] Marzipan mit Puderzucker und Kakao verkneten. Zwischen Backpapier ausrollen. Kleine und große Sterne ausstechen. Die Torte mit Kakao bestäuben, mit Sternen garnieren und die Sterne nochmals leicht mit Kakao bestäuben.

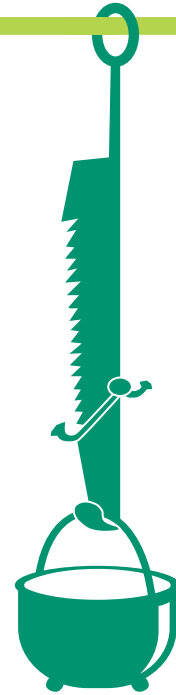
Warum sagen wir eigentlich:

Einen Zahn zulegen?

Wenn Eile geboten ist, dürfen wir umgangssprachlich gern „einen Zahn zulegen“. Wer der Bitte nachkommt, hat eventuell irgendwann einen „Affenzahn“ oder sogar „Mordszahn“ drauf. Doch was haben all diese Zähne mit Geschwindigkeit zu tun? Wir haben der Sache mal auf den Zahn gefühlt.

Für Redewendungen gibt es meist viele Herleitungen, die sich je nach Epoche und Region unterscheiden. Die älteste Erklärung führt uns bis ins Mittelalter, wo natürlich nicht echte Zähne gemeint waren, sondern die Zacken eines Kesselhakens über dem offenen Feuer. Wollte man schneller kochen, hängte man den Kessel einen Haken tiefer, man legte also einen Zacken drauf oder auch Zahn zu.

Noch mehr Schwung erhielt die Redewendung vermutlich Anfang des letzten Jahrhunderts, als die Handgashebel an Kraftfahrzeugen mit einem Zahnkranz bestückt waren. Auch der Gashebel an älteren Jagdflugzeugen besaß eine gezackte Stange, so dass man für rasante Manöver einen „Zahn zulegen“ musste.



Hausaufgabenhilfe gesucht!

Die Stadt Essen sucht für das Stadtteilprojekt in Huttrop Honorarkräfte für die Hausaufgabenbetreuung der Klassen 1 bis 10.

Ihr Profil:

- gerne Studierende oder pensionierte Lehrkräfte
- Sie beherrschen die deutsche Sprache sicher in Wort und Schrift
- Sie haben Erfahrungen im Umgang mit Kindern aller Altersklassen
- pädagogisches Grundwissen ist wünschenswert

Interessiert?

Richten Sie Ihre Kurzbewerbung per E-Mail an Frau Jentsch: d.jentsch@jugendamt.essen.de

Schulzzwanzig
Ein Glücksfall für Jung und Alt

Tolle Vorteile sichern mit der GEWOBAU-Card

Mit der GEWOBAU-Card sparen Sie bares Geld! Bei den folgenden Partner-Unternehmen der GEWOBAU erhalten Sie als Mitglied satte Rabatte:

KULTUR IN ESSEN.

TUP

Theater und Philharmonie (TUP) Essen

Das Aalto-Theater, das Grillo-Theater und die Philharmonie Essen sind architektonische Highlights der Region und Spielstätte für Oper, Ballett, Konzert und Schauspiel. Erleben Sie Aufführungen der Extraklasse – für jeden Geschmack ist mit Sicherheit das Richtige dabei. GEWOBAU-Card-Inhaber profitieren von zehn Prozent Ermäßigung auf Einzeleintrittskarten.* Termine und Karten unter www.theater-essen.de und Tel. 0201 81 22-200.

* Dieser Rabatt gilt nur für Eigenveranstaltungen der Theater und Philharmonie Essen – ausgenommen sind Premieren und Sonderveranstaltungen – und ist nicht mit anderen Rabatten kombinierbar.



**GRUGAPARK
ESSEN**

Grugapark Essen

Natur erleben, Freizeit genießen – in einem der attraktivsten Freizeitparks Europas. Botanischer Garten, Streichelzoo, Sportangebote – im Grugapark kommt jeder zum Minipreis auf seine Kosten. Denn dank 20 Prozent GEWOBAU-Card-Rabatt kostet die Jahreskarte nur 23,60 Euro statt 29,50 Euro. Tel. 0201 8883106.

GOP Variété-Theater Essen

Im GOP Variété-Theater erleben Sie unvergessliche Abende: atemberaubende Artistik, Tanz und Akrobatik, tolle Musik – alles eingebettet in ein stimmiges Gesamtkonzept. GEWOBAU-Card-Inhaber erhalten 15 Prozent Rabatt auf die Eintrittskarten (ausgenommen sind Sondershows, sonntägliche Nachmittagsvorstellungen und Vorstellungen im November/Dezember). Tel. 0201 2479393.

GOP.
variété - theater
ESSEN

Punch Fitness Alive

Trainieren Sie professionell an geführten Maschinen, im Freihantel-, Cardio- und funktionellen Trainingsbereich oder povern Sie sich in einem der rund 80 Fitnesskurse aus. GEWOBAU-Card-Inhaber profitieren von zehn Prozent Nachlass auf den monatlichen Mitgliedsbeitrag und 70 Prozent Nachlass auf das Startpaket (27 Euro anstatt 99 Euro). Der monatliche Mitgliedsbeitrag beträgt bei einer Laufzeit von 12 Monaten 44,90 Euro; bei einer Laufzeit von 24 Monaten nur 34,90 Euro. Tel. 0201 83 20 70.



Möbel Rehmann

Möbel Rehmann steht für ein persönliches Möbelerlebnis, das individuelle Wohnwünsche erfüllt. Als Inhaber der GEWOBAU-Card profitieren Sie von folgenden Rabatten**:

- Bis zu 30 Prozent Rabatt auf Küchen, Möbel und Matratzen.
- 10 Prozent Sonderrabatt zusätzlich auf alles. Auch auf bereits zum Abverkauf reduzierte Musterstücke in der Ausstellung, Boutique-Ware und Lampen.
- Bis zu 60 Monate Null-Prozent-Finanzierung: keine Anzahlung, keine Zinsen, keine versteckten Kosten.

** Die genannten Rabatte sind nicht mit anderen Aktionen, Gutscheinen oder Prämien kombinierbar. Bei Inanspruchnahme sind keine weiteren Konditionen möglich.

Rehmann & Söhne GmbH,
Flandersbacher Weg 2, 42549 Velbert, Tel. 02051 96 40-0.



Der beigelegte „Jahressticker 2023“ verlängert die Gültigkeit Ihrer GEWOBAU-Card um ein weiteres Jahr. Sollten Sie keine GEWOBAU-Card besitzen, melden Sie sich telefonisch bei Frau Staudinger: 0201 810 65 36.

DeinMesser

DeinMesser schärft Messer; doch auch (Garten-)Scheren, Hobel- und Drechseleisen erlangen schonend, unter Wasser gekühlt neue Schärfe. Ältere Messer werden aufgearbeitet oder mit neuen Holzgriffen versehen oder ein individuelles Messer mit Klinge und Holzgriff nach Wahl angefertigt. Einen Termin vereinbaren Sie telefonisch unter 0177 7281090. GEWOBAU-Card-Inhaber erhalten einen Rabatt von 25 Prozent auf den Endpreis. Mehr Informationen: www.deinmesser.info.



www.deinmesser.info

Pro Finanz

Ein vollständiger Versicherungsschutz:

Die Pro-Finanz-Versicherung der Sparkasse steht Ihnen zur Seite, wenn's mal kracht. Auf Hausrat-, Haftpflicht- und Glasversicherungen gewährt sie Inhabern der GEWOBAU-Card Spezialkonditionen.

Einfach anfragen unter 0201 868686.



Umzüge Meinrich

Maßgeschneiderte Angebote für Ihren Umzug. Ob Sie nur Ihre Möbel sicher transportiert wissen wollen oder das „Vollservicepaket“ inklusive Ein- und Auspacken buchen: Die Profis von Meinrich erledigen Ihren Umzug zügig und sauber. Und für GEWOBAU-Card-Inhaber 15 Prozent günstiger. Tel. 0201-677373.



Malerbetrieb Knaup & Roderig

Lust auf Tapetenwechsel? Der Malerbetrieb

Knaup & Roderig

nimmt das für Sie in die Hand. GEWOBAU-Card-Inhaber profitieren von 20 Prozent Rabatt auf Maler-, Lackier- und Tapezierarbeiten! Tel. 0201 760 287 76.



Hertz

Mieten Sie sich fahrbare Umzugshelfer zum Spezialpreis: Dank der GEWOBAU-Card bekommen Sie Mietwagen und Transporter für sichere Umzüge zu besonders günstigen Konditionen. Und das deutschlandweit! Einfach anfragen unter 0201 17669-11.



Weidemann

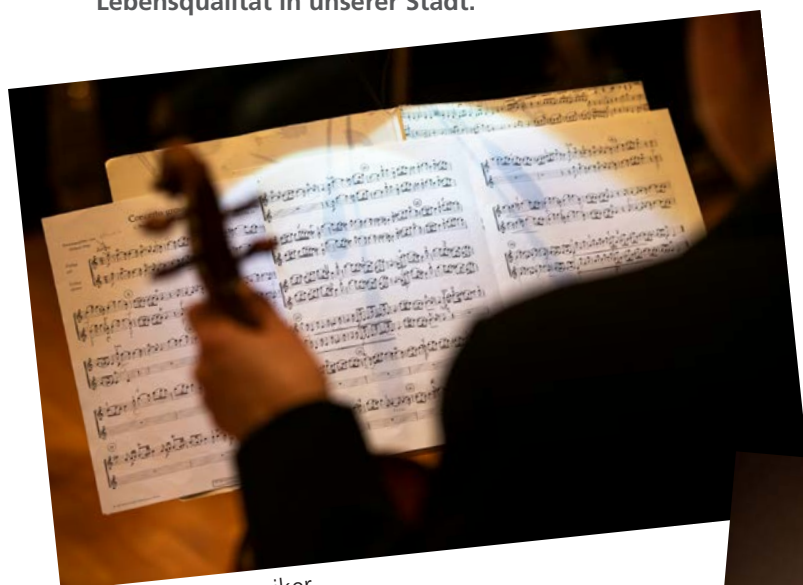
Die Tischlerei Erich Weidemann baut und repariert Möbel, Fenster und Türen, übernimmt zudem senioren-, kinder- oder behindertengerechte Umbauten. Mit der GEWOBAU-Card bekommen Sie 20 Prozent Rabatt auf alle Handwerkerleistungen des Essener Traditionsunternehmens. Tel. 0201 223209.



Ankündigung

Konzert-Reihe: „GEWOBAU nach Noten“

Kultur sollte für alle zugänglich sein: ob jung oder alt und vor allem unabhängig von der Größe des Geldbeutels. Daher führen wir bereits seit vier Jahren eine erfolgreiche Partnerschaft mit der Theater und Philharmonie (TUP) Essen. Unter dem Motto „Gemeinsam stark für eine lebenswerte Stadt“ machen wir uns zusammen für die Förderung von Kultur in Essen stark. Und leisten damit einen wichtigen Beitrag zur Lebensqualität in unserer Stadt.



Essener Philharmoniker

Den Anfang der „GEWOBAU nach Noten“-Konzertreihe macht das Auftakt-Konzert der Essener Philharmoniker am 30. Januar 2023 in der beeindruckenden Atmosphäre des Aalto-Foyers. Freuen Sie sich auf einen wunderbaren Abend voller musikalischer Highlights – unter dem Motto „Von Walzer bis Tango“.

Unsere Mitglieder profitieren von ermäßigten Karten und kostenlosen Kammerkonzerten der Essener Philharmoniker, die es auch 2023 geben wird. Aber wir machen noch mehr. In diesem Jahr bieten wir für unsere Mitglieder eine kostenlose Konzertreihe an: „GEWOBAU nach Noten“. Mitwirken wird unter anderem das Essener Musiker-Duo Benny & Joyce, das im Jazz, Pop, Rock und Soul zu Hause ist.

Auf diese Termine können Sie sich 2023 freuen, über weitere werden wir Sie rechtzeitig informieren:

30. Januar 2023, 18:00 Uhr:

Auftakt-Konzert der Essener Philharmoniker im Aalto-Foyer

26. Februar 2023, 14:00 Uhr:

Benny & Joyce im Aalto-Foyer

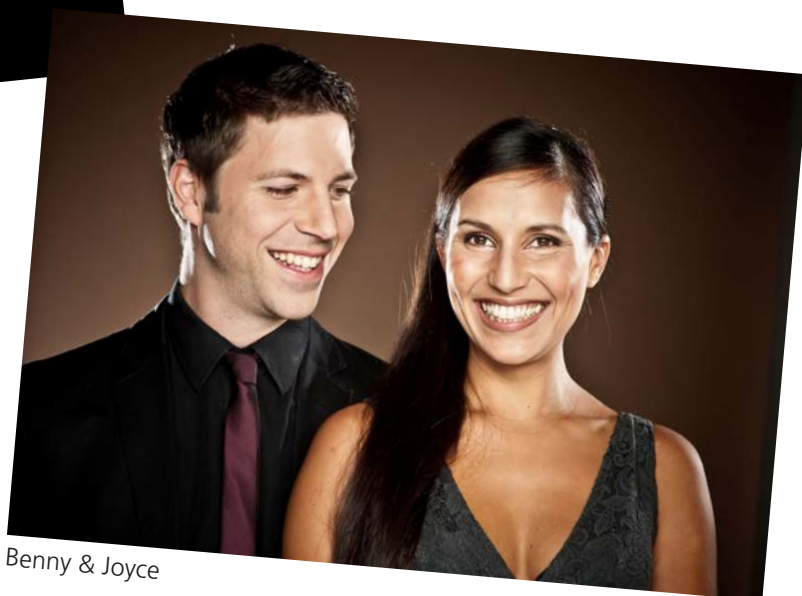
17. Juni 2023, 19:00 Uhr:

Open-Air-Konzert der Essener Philharmoniker im Grugapark

(Für GEWOBAU-Card-Inhaber gibt es die Tickets zum Vorzugspreis für 16 Euro in allen Vorverkaufsstellen.)

11. August 2023, 15:00 Uhr:

Benny & Joyce in Überrauch



Benny & Joyce

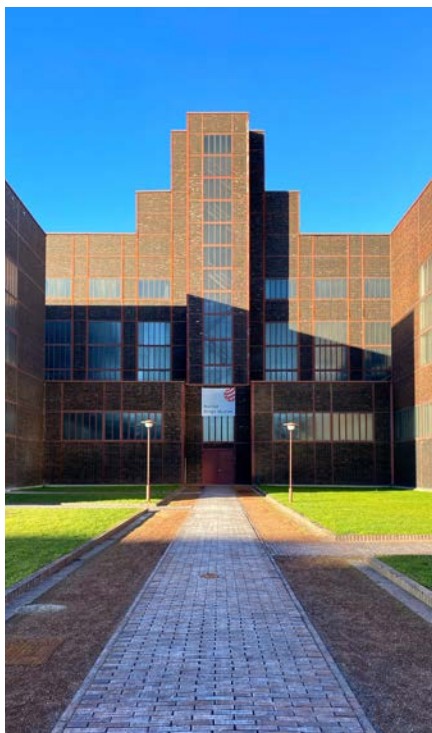
Kartenbestellung

Die kostenlosen Karten für das Auftakt-Konzert im Januar und das Benny & Joyce-Konzert im Februar bestellen Sie bei Sandra Kesseboom: per E-Mail an kesseboom@gewobau oder telefonisch unter 0201 810 65 69.

Wir freuen uns auf einen schönen musikalischen Abend mit Ihnen!

Erkunden Sie die interessante Welt des Designs

Egal, wo Sie gerade sitzen und diesen Artikel lesen – schauen Sie sich um. Fast alles, was Sie sehen, ist Design: der Stuhl, der Tisch, die Leuchte, Ihr Smartphone, ja, sogar unser Magazin, welches Sie in den Händen halten, ist sorgfältig von Menschen durchdacht und gestaltet. Sie möchten mehr über Design erfahren? Einblicke in die Designs aus unterschiedlichen Lebens- und Produktwelten erlaubt Ihnen das Red Dot Design Museum.



Beheimatet im ehemaligen Kesselhaus des Weltkulturerbes Zollverein ist das Red Dot Design Museum im Grunde selbst ein Design-Exponat. Schließlich ist auch das Gebäude einst gestaltet worden, damit dort möglichst effizient gearbeitet werden konnte. Und genau darum geht es bei nahezu allen (Produkt-)Designs: dass sie den Bedürfnissen der Menschen entsprechen. Einer der bekanntesten Leitsätze im Design lautet daher: „Form follows function“ – die Form folgt der Funktion. Mit diesen und ähnlichen Grundlagen des Designs startet auch der Rundgang durch das Museum auf Ebene 0. Bestens vorbereitet können Besucherinnen und Besucher nun die Exponate selbst erkunden und beurteilen.

Regelmäßig wechselnde Ausstellungen

Denn es gibt auf den fünf Etagen einiges zu entdecken – zum Beispiel in der White Hall im Erdgeschoss: Dort befindet sich derzeit die zeitgemäße Sonderausstellung „Urban Mobility“. Ausgestellt sind hier Fahrräder und E-Bikes sowie clever durchdachte Helme, Jacken und anderes Zubehör für Radelnde in städtischen Gebieten. Durch den Fahrradboom der letzten Jahre hat sich dieser Bereich stark weiterentwickelt, nicht nur im Bereich Sicherheit und Komfort, sondern auch im Design.

Ausgezeichnete Designs

Im weiteren Verlauf des Rundgangs erwarten Sie die „Milestones in Contemporary Design 2022 – die besten Produkte des Jahres“. Dabei handelt es sich um prämierte Produkte des Red Dot Design Awards. Bei dem kostenpflichtigen Designwettbewerb bewerben sich jährlich zahlreiche Designer sowie Hersteller in den Kategorien Produktdesign, Marken- und Kommunikationsdesign sowie Designkonzept. Seit Juni dieses Jahres können Sie die 120 besten Produkte des Jahres 2022 im Museum bestaunen und erfahren, welche Eigenschaften ein Produkt haben muss, um höchste Designqualität zu erlangen.

Im gesamten Museum gibt es derzeit etwa 1.500 ausgezeichnete Produkte des Jahres 2022 zu erkunden, die von einer internationalen Jury im weltweit größten Designwettbewerb ausgezeichnet wurden. Wechselnde Sonderaus-



stellungen erweitern das Angebot. So erhalten Sie beim Besuch des Museums einen umfassenden Einblick in die aktuellen Trends und Entwicklungen des Produktdesigns aus den verschiedenen Lebensbereichen, wie Medizintechnik, Inneneinrichtung oder Haushaltsgeräte. Auch für Menschen, die sich bisher wenig mit Design auseinandergesetzt haben, ist das Museum ausdrücklich zu empfehlen.

Öffnungszeiten, Eintrittspreise und weitere Informationen unter:
www.red-dot-design-museum.de/essen

Nachbarschaftsimpuls

„Gedacht ist nicht gesagt,
gesagt ist nicht gehört,
gehört ist nicht verstanden,
verstanden ist nicht einverstanden,
einverstanden ist nicht behalten,
behalten ist nicht angewandt,
angewandt
ist noch lange nicht beibehalten“

Diese weisen Sätze gehen
auf Konrad Lorenz oder
Paul Watzlawick zurück.

Wer auch immer es war,
beide wussten:

Die Regel in der Kommunikation
ist das Missverstehen.

Kommunikation ist schwierig.

Oft passiert es, dass wir aneinander vorbeireden, Sie liebe Mieterinnen und Mieter und ich. Das merke ich oft an den Antworten, wenn sie scharf und voller Vorwürfe zurückkommen und Unterstellungen beinhalten, die jenseits von dem sind, was ich gemeint habe.

Ich sage zum Beispiel: „Es gab leider eine Beschwerde. Nehmen Sie Ihre Treppenhausreinigungspflichten bitte wieder ernst.“ Und die Antwort ist: „Sie sind unverschämte, Sie wollen mich nur hier raushaben, ich rede mit Ihnen nicht.“ – Ich verstehe, dass ich weder gehört noch verstanden wurde. Wir reden über zwei verschiedene Dinge. Ein Impuls aus meinem Stammhirn ist, lauter zu reden, damit ich gehört werde. Doch Schreien nützt nichts! Oder hören Sie besser hin, wenn jemand laut wird? Oh, da schreit jemand, da muss ich jetzt gut zuhören. Genau, im Gegenteil, wir machen dicht, halten die Ohren zu, stellen auf stur.

Wer steht da vor mir? Da steht ein anderes sich missverstanden fühlendes Wesen, das gerade verbal um sich beißt und gleich die Flucht antreten will. Aus einem mir unbekannten Grund habe ich es gestresst. Ich sehe, dass wir beide uns im Moment sehr ungerecht behandelt fühlen, und ich glaube, es ist besser, wenn wir einen anderen Zeitpunkt suchen, an dem wir in Ruhe reden können. Das sage ich auch freundlich und leise. Ich weiß, es gibt keine Garantie, dass ich verstanden werde. Und selbst

wenn, muss mein Gegenüber nicht einverstanden sein mit meiner Meinung.

Dieser Mieter hat sich in den Kopf gesetzt, ein ordentlicher Mieter zu sein, der seinen Pflichten nachkommt. Daran glaubt er fest. Auch wenn es nicht so ist, dieses Selbstbild gibt ihm Sicherheit. Immerhin ist er mit der Regelung, alle zwei Wochen das Treppenhaus zu wischen, wirklich einverstanden. Einverstanden ist nicht einhalten und so stehe ich ein paar Wochen später wieder vor seiner Tür. Ja, er hat geputzt, aber auch nicht immer. Zur Umsetzung des Verstandenen in die Handlung ist ein weiterer Schritt notwendig.

Erst, wenn dieser Schritt wiederholt werden kann, immer wieder aufs Neue Stufen gewischt werden, tritt Beständigkeit ein. Und die Nachbarschaft ist zufrieden. Ich versuche, dranzubleiben, die Kommunikation aufrechtzuerhalten. Ich putze den Flur zu Hause auch nicht, weil ich Lust verspüre. Ich putze ihn, weil ich ein rücksichtsvoller Mensch sein möchte. Das wünsche ich mir von Ihnen auch. Einverstanden?

Wenn Sie mir erzählen wollen, was Ihnen hilft, um sich gehört zu fühlen und verstanden zu werden, schreiben Sie mir gerne an nachbarschaftscoach@gewobau.de.

Zur Vereinfachung der täglichen Kommunikation gilt also:

1. Sagen Sie klar, was Sie vom Gegenüber erwarten oder verlangen. Verpacken Sie Ihr Anliegen nicht in eine Frage, in die eine Aufforderung versteckt ist – die Chancen sind hoch, dass Ihr Gesprächspartner diese Aufforderung nicht versteht.
2. Sind Sie angesprochen, hören Sie zu. Und fragen Sie entweder konkret, ob das Gesagte für Sie mit einer Handlungsaufforderung verbunden ist, oder fassen Sie den Inhalt noch einmal in eigenen Worten zusammen. So sieht Ihr Gesprächspartner, dass seine Botschaft bei Ihnen angekommen ist, gehört und verstanden wurde, und schließlich richtig ausgeführt wird. Und wenn die Botschaft nicht angekommen ist, bietet sich die Gelegenheit, korrigierend einzugreifen.
3. Fragen. Fragen. Fragen.
4. Üben. Üben. Üben.

Ich wünsche Ihnen eine schöne, kommunikative, friedliche Winterzeit, in der Sie sich verstanden und gehört fühlen.



Ihre Tanja Lampas,
Nachbarschaftscoach

Die Qual der Wahl

Bald ist Weihnachten und der kleine Drache sucht noch ein Geschenk für seinen Freund. Was kann er ihm nur schenken? Alle Lieblingsstücke werden noch einmal genau geprüft. Und dann hat er es ...



Wenn du weißt, für welches Geschenk sich der kleine Drache entschieden hat, trage die dazu-gehörende Zahl in das Lösungsfeld ein.



Hast du das Rätsel wieder gemeistert?

Dann schreib schnell die Lösung auf die Postkarte und schicke das Ganze an die GEWOBAU-Zentrale. Unter allen Einsendungen verlosen wir dreimal das Märchenbuch von Beedle dem Barden.

Teilnehmen dürfen alle Kinder bis 12 Jahre, nicht aber deren Eltern sowie Kinder von Mitarbeitern der GEWOBAU. Alle Teilnehmer erklären sich einverstanden, dass Vor- und Zuname im Fall des Gewinns in der nächsten Mieterzeitung veröffentlicht werden. Einsendeschluss ist der 31. Januar 2023.

Hinweise zur Datenverarbeitung sind abrufbar unter:
<https://gewobau.de/extras/datenschutz/>

Hallo, liebe Kinder!

Habt ihr auch das fehlende Lieblingsspielzeug des kleinen Drachen entdeckt? Natürlich fehlte der Tennisschläger mit dem Buchstaben F im Spielzeug-Haufen. Wenn ihr F als gesuchten Lösungsbuchstaben aufgeschrieben habt, habt ihr mit etwas Glück im Los gewonnen.

Unsere drei glücklichen Gewinner sind:

Paula Stötzel, Emilia Mlecko, Sebastian Falter.

Viel Spaß beim Experimentieren mit den Klimakasten!

Rätsel

Mitmachen und gewinnen

Wer diese Ausgabe aufmerksam durchgelesen hat, kann unsere Rätselfragen sicher mit Leichtigkeit beantworten. Schreiben Sie die Antworten einfach in die dafür vorgesehenen Felder und bilden Sie aus den ausgewählten Buchstaben das Lösungswort. Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir eine Familienkarte für das Red Dot Design Museum und eine Bastelbox für Weihnachtsschmuck.

[1] Welche Tischlerei gewährt mit der GEWOBAU-Card Rabatt?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

[2] Was war Teil des Abschiedsgeschenks für Claudia Beckmann?

10	11	12	31	14	15	16
----	----	----	----	----	----	----

[3] Was stellten wir hinter den Häusern am Bruktererhang fertig?

17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

[4] Wie viele Veranstaltungen umfasst unsere kleine Konzert-Reihe?

28	29	30	31
----	----	----	----

[5] Fit hält sich Frau Offermann mit Gymnastik und ...

32	33	34	35
----	----	----	----

Wertvolle Informationen

In der letzten Ausgabe haben wir Wohnungsbegehungen angekündigt, bei denen wir auf der Suche nach wertvollen Informationen, genauer gesagt Daten, sind. Auf der Suche nach DATEN waren auch alle, die an unserem Rätsel teilgenommen haben, denn das war unser Lösungswort.

Das Los hat entschieden – unsere drei Gewinner sind:

Sebastian Reinhold
Sylvia Kraft
Eva Straub

Viel Freude an der neuen Wetterstation mit Hygrometer!

4

14

26

29

34

9

Damit Ihre Teilnahme auch reibungslos klappt, schicken Sie bitte Ihre Lösung auf der beigefügten Postkarte an die GEWOBAU. Der Rechtsweg und die Teilnahme von Mitarbeitern der GEWOBAU und deren Angehörigen sind ausgeschlossen.

Alle Teilnehmer erklären sich einverstanden, dass Vor- und Zuname im Fall des Gewinns in der nächsten Mieterzeitung veröffentlicht werden. Hinweise zur Datenverarbeitung sind abrufbar unter: <https://gewobau.de/extras/datenschutz/> Einsendeschluss ist der 31. Januar 2023.

Meine Meinung, Anregungen und Wünsche

☐ Der [▼]EINBLICK hat mir gut gefallen.

☐ Bitte in Zukunft auch Informationen zum Thema: _____

☐ Sonstige Anregungen und Ideen: _____

☐ Bitte schicken Sie den [▼]EINBLICK zukünftig auch an: _____

☐ Das Lösungswort aus den fünf Rätselfragen lautet:

4	14	26	29	34	9
---	----	----	----	----	---

Kinderrätsel Die Qual der Wahl

Im Geschenk ist
die Nummer



Absender:

Vorname, Name

Alter (Kinderrätsel)

Straße

PLZ, Ort

Telefon



[D]EIN TEIL VON ESSEN

Entgelt
zahlt
Empfänger

Absender:

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon



GEWOBAU

Wohnungsgenossenschaft

Essen eG

Postfach 101343

45013 Essen



[D]EIN TEIL VON ESSEN

Entgelt
zahlt
Empfänger



GEWOBAU

Wohnungsgenossenschaft

Essen eG

Postfach 101343

45013 Essen