HERBST/WINTER 2022

WohnRaum

Mietermagazin

VEBOWAG

Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG

Superfood
Heimische Alternativen - lecker und gesund

Fair Fashion
Nachhaltige Mode - preiswert und hip

Gaspreis-Explosion
Wie Sie Umwelt und Portemonnaie entlasten

VORWORT

Liebe Mieterinnen und Mieter!

Ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. Nachdem wir glaubten, der Corona-Pandemie endlich den Schrecken genommen zu haben und nach und nach zur Normalität zurückkehren zu können, brach ein brutaler Krieg im Osten Europas aus. Erstmals nach Jahrzehnten sind wir massiv von einer zweistelligen Inflationsrate betroffen. Unser Leben ist erheblich teurer geworden!

Besonders die Energiepreise schnellen in die Höhe. Die VEBOWAG ist sich ihrer Verantwortung bewusst. Als Ihr Vermieter stehen wir in schweren Zeiten an Ihrer Seite!

Lesen Sie in der aktuellen Ausgabe der WohnRaum, welche Maßnahmen wir getroffen haben, um die massiv steigenden Energiepreise abzufedern. Auch zahlreiche Tipps, wie Sie Ihren individuellen Energieverbrauch senken und damit Ihr Portemonnaie schonen können, werden Sie finden.

Doch auch die schönen Dinge des Lebens sollen nicht zu kurz kommen: Von dem Trend „Fair Fashion" bis zum kulinarischen Herbst- und Winter-Genuss setzen wir im Heft auf Nachhaltigkeit. Natürlich dürfen auch unsere Büchertipps nicht fehlen …

Gemeinsam werden wir auch diese Zeiten meistern - rücken wir enger zusammen, dann wird das Weihnachtsfest vielleicht noch schöner!

Natalija Horn

Ihre Natalija Horn

© Photocreo Bednarek-stock.adobe.com

RAUCHWARNMELDER

Liebe Mieterinnen und Mieter,

wir weisen auf folgende wichtige Punkte hin und bitte Sie unbedingt um Beachtung:

\ Nach der Landesbauordnung NRW sind Mieter gesetzlich verpflichtet, die vorhandenen Rauchwarnmelder in den Wohnungen zu warten. Dies bedeutet, dass die Mieter in regelmäßigen Abständen, mindestens einmal im Jahr, eine Funktionsprüfung der Rauchwarnmelder durchführen müssen. Auf die Ihnen bei dem Einbau ausgehändigte Bedienungsanleitung und Nutzungsinformation der Fa. Brunata-Metrona nehmen wir Bezug. Weitere Informationen und einen Link zu der Bedienungsanleitung in mehreren Sprachen finden Sie auch auf unserer Homepage unter der Rubrik „Service/Rauchmelder". Die Prüfung der Rauchmelderfunktion erfolgt durch Drücken der Prüftaste am jeweiligen Gerät.

Für die Mieter, die in unseren ab dem Jahr 2013 fertig gestellten Neubauten, in der Seniorenwohnanlage „An der Wolfsburg" oder in der Stiftsstraße 104-114 wohnen, gilt die Pflicht zur Funktionsprüfung nicht, da für diese Gebäude unter anderem ein Wartungsvertrag mit der Fa. Brunata-Metrona bzw. der Fa. ista besteht. Fragen Sie wegen des Baujahres gegebenenfalls in Ihrem Kundencenter nach.

Allerdings sind alle Mieter dringend aufgefordert, die in ihren Wohnungen montierten Rauchwarnmelder unbedingt im Auge zu halten und insbesondere defekte oder gar fehlende Rauchwarnmelder sofort dem zuständigen Hauswart zu melden. Rauchwarnmelder müssen in Schlafzimmern, Kinderzimmern und Fluren, die zu Aufenthaltsräumen führen, vorhanden sein.

Bitte melden Sie sich auch dann, wenn Sie nach dem Einbau der Rauchwarnmelder eine Nutzungsänderung einzelner Räume vorgenommen haben. Hierunter versteht man, wenn beispielweise das bisherige Wohnzimmer zum Schlaf- oder Kinderzimmer bzw. aus einem bisherigen nicht ausstattungspflichtigen Arbeitszimmer ein ausstattungspflichtiges Kinderzimmer wird.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an Ihr Kundencenter.
Ihre Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG

IN DER ZEIT VOM 24. 12. 2022 BIS 01. 01. 2023 SIND UNSERE ZENTRALE UND UNSERE KUNDENCENTER GESCHLOSSEN

Den für Sie zuständigen Handwerker-Notdienst, der Ihnen bei technischen Problemen während der Weihnachtstage weiterhilft, erfahren Sie über unsere Telefonnummer 0228 9158-0.

WIR WÜNSCHEN IHNEN EIN ENTSPANNTES WEIHNACHTSFEST UND EINEN GUTEN RUTSCH INS NEUE JAHR

IMPRESSUM

Herausgeber Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG · Godesberger Allee 20, 53175 Bonn · Tel.: 0228 9158-0
Fax: 0228 9158-137 · www.vebowag.de · info@vebowag.de · **Verantwortlich** Natalija Horn, VEBOWAG
Redaktion Natalija Horn, Dieter Zimny **Realisation** FILOU Werbe- & Kommunikationsberatung
Titelbild © HeinzWaldukat-stock.adobe.com ·**Auflage** 7.000 Exemplare
Nachdruck gestattet Bedingung: Quellenangabe und Belegexemplar an den Herausgeber

WEIHNACHTSZEIT IST „KERZENZEIT“

\ „Advent, Advent, ein Lichtlein brennt …“, doch nicht nur in der Weihnachtszeit, vielmehr sobald die Abende länger werden, stehen Kerzen bei uns wieder hoch im Kurs. Ihr flackernd warmes Licht zaubert eine ganz besondere Atmosphäre und Gemütlichkeit in unsere Wohnzimmer.

Doch Achtung, brennende Kerzen bergen auch Gefahr! Wenn man allerdings ein paar Sicherheitsregeln beachtet, überwiegt bei weitem die Freunde an ihrem herrlichen Schein.

Entzündete Kerzen können nicht zuletzt durch tropfendes Wachs in der Nähe befindliche brennbare Materialien, wie etwa Dekoration etc. leicht in ein Flammenmeer verwandeln. Deswegen gilt es, ausreichenden Abstand zu brennbaren Materialien einzuhalten. Besondere Vorsicht ist bei Tannen-Gestecken, Adventskränzen und Weihnachtsbäumen mit „echten“ Kerzen geboten. Achten Sie bitte gerade im Weihnachtsbaum auf ausreichenden Abstand oberhalb der Kerze zum nächsten Zweig oder anderen brennbaren Materialien. Zusätzlich empfehlen wir beispielsweise Glaskerzenhalter zu verwenden, die die Kerze sicher fixieren und das Wachs auffangen.

Gerade wenn das Tannengrün älter und trocken wird, ist höchste Vorsicht geboten. Stellen Sie am besten in greifbarer Nähe einen mit Wasser gefüllten Eimer für den Fall der Fälle auf!

Lassen Sie bitte Kerzen generell niemals komplett runter- und erst recht nicht unbeaufsichtigt brennen. Spätestens wenn Sie Ihre Wohnung verlassen wollen, gehören Kerzenflammen gelöscht.

Eine weitere Gefahrenquelle stellen rußend abbrennende Kerzen dar. Sie können unbeabsichtigt den Rauchmelder auslösen. Grundsätzlich ist zu bedenken, das es auch bei scheinbar normal brennenden Kerzen zu einer unvollständigen Verbrennung kommen kann, bei der Kohlenmonoxid (CO), ein geruchs- und farbloses Atemgift entstehen kann. Kurzum: Das Lüften ist nach dem Ausbrennen oder Löschen von Kerzenflammen äußerst wichtig!

Sollte es wider Erwarten zu einem Brandzwischenfall kommen, begeben Sie sich bitte nicht in Gefahr! Wenn Ihre Löschversuche ergebnislos verlaufen oder Sie die Situation nicht einschätzen können, rufen Sie unbedingt die Feuerwehr unter 112 an und verlassen Sie die Wohnung! Geben Sie in diesem unwahrscheinlichen Fall auch Ihren Nachbarn Bescheid!

Wenn Sie die beschriebenen Sicherheitsmaßnahmen beherzigen, steht der flackernden Gemütlichkeit des Kerzenlichts nichts entgegen. Wir wünschen Ihnen viele nette Abende mit Kerzenschein in Ihren vier Wänden!

Britta Auer

© Moving Moment-stock.adobe.com

WARUM IN DIE FERNE SCHWEIFEN

HEIMISCHE ALTERNATIVEN ZUM EXOTISCHEN SUPERFOOD

\ Der neudeutsche Begriff „Superfood" ist aktuell geradezu sprichwörtlich in aller Munde: Goji-Beeren, Avocados und Chia-Samen sind heute in den Supermarktauslagen eine Selbstverständlichkeit. Angepriesen durch selbsternannte Ernährungs-Gurus und Influencer verspricht der Genuss dieser exotischen Nahrungsmittel Schönheit, Gesundheit und Fitness.

© monticelllo-stock.adobe.com

Ihre Inhaltsstoffe sind isoliert betrachtet durchaus gesund. Doch nicht nur die Transportwege aus den weit entfernten Herkunftsländern und damit einhergehend ihr großer CO_2-Fußabdruck trüben den Genuss. Auch die dortigen Anbaubedingungen hinterlassen wenig positive Spuren: Der Zeitschrift Ökotest zufolge enthalten zahlreiche untersuchte Superfoods Schadstoffe wie Pestizide, Mineralöl, Blei und Cadmium.

Als bessere Alternative empfehlen wir die „Superhelden von Nebenan"! Gerade der Herbst hat wunderbare heimische Obst- und Gemüsesorten zu bieten, die der exotischen Superfood in nichts nachstehen.Heimisches Obst und Gemüse ist gesund und tut durch mehr Nachhaltigkeit nicht nur der Umwelt, sondern auch Ihrem Geldbeutel gut!

Treten wir gemeinsam einen kleinen saisonalen Bummel entlang des Obst- und Gemüseregals an. In unseren Einkaufskorb kommen gesundheitsfördernde Leckerbissen aus der Heimat:

Grünkohl

Als typisch nordeutsche Spezialität ist Grünkohl das Wintergemüse schlechthin. Hinter dem leckeren Geschmack der „Oldenburger oder Friesischen Palme" steckt der höchste Vitamin-C- wie auch Beta-Carotin-Gehalt aller Lebensmittel! Grünkohl ist ein hervorragender Eisen- und Proteinlieferant, also gerade im Herbst und Winter perfekt für unser Immunsystem.

© fakenda-stock.adobe.com

© Marek Gottschalk-stock.adobe.com

© svort-stock.adobe.com

Rote Beete

Die entgiftend wirkende Rote Beete steckt voller Nährstoffe, Mineralien und Vitamine. Sie ist kalorienarm und reich an Magnesium, Folsäure und Eisen. Dank ihres intensiven Farbstoffs Betanin und des süß-säuerlichen Geschmacks passt Rote Bete hervorragend in Salate. Auch in Smoothies entfaltet sie ihre gesundheitsfördernde Wirkung.

Kürbis

Kürbissuppe ist ein herbstlicher Hochgenuss. Das kalorienarme Gemüse enthält wertvolle Mineralien wie Kalium und Eisen. Das Fruchtfleisch des Kürbis' besticht durch einen hohen Anteil an sekundären Pflanzenstoffen, zum Beispiel Carotinoiden. Das wertvolle Öl der Kürbiskerne punktet mit einem hohen Selen- und Vitamin E-Gehalt. Dank seiner antioxidativen Wirkung schützt es den Organismus vor freien Radikalen, die neben einer beschleunigten Hautalterung unzählige weitere Negativwirkungen besitzen.

Feldsalat

Die kalte Jahreszeit bietet tatsächlich frisches Grün: Feldsalat gedeiht sogar bei Temperaturen nahe dem Gefrierpunkt. Auch als Ackersalat oder Rapunzel bekannt, besticht er durch seinen lecker nussigen Geschmack. Feldsalat enthält viel Eisen und gilt als Beta-Carotin-Lieferant der Extraklasse. Dazu kommt ein hoher Gehalt an Vitamin C.

Äpfel

„An apple a day keeps the doctor away" - eine Weisheit mit Gehalt: So haben Studien gezeigt, dass der Verzehr von Äpfeln das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Asthma und Diabetes verringert. Als Vitamin C reiche Quelle sekundärer Pflanzenstoffe binden Äpfel Cholesterin und fördern die Verdauung. Achtung: Eine Vielzahl der gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe stecken konzentriert in der Schale und in den Kernen des Apfels, deswegen unbedingt mit Schale und gerne auch inklusive „Häuschen" verzehren.

Walnüsse

Walnüsse sind wahrhafte Power-Nüsse: Neben einer großen Menge an Antioxidantien, die die Wirkung von freien Radikalen im Körper lindern, besitzt die Walnuss den höchsten Gehalt an Omega-3-Fettsäure aller Nüsse. Regelmäßiges Knabbern von Walnüssen senkt den Cholesterinspiegel. Ihr hoher Vitamin E-Gehalt macht sie zur perfekten Anti-Aging-Nascherei. Ballaststoffe sorgen außerdem für eine gesunde Verdauung. Durch ihren hohen Eiweißgehalt avancieren Walnüsse zum idealen Proteinlieferanten. Sie verringern das Hungergefühl und steigern als perfekte „Brain-Food" unser Konzentrationsvermögen.

Schade, unser Einkaufskorb ist schon voll! Noch mehr heimische und saisonale Alternativen zur Superfood finden Sie im Internet, beispielsweise auf den Homepages der großen Krankenkassen.

Dieter Zimny

© Dionisvera - stock.adobe.com

Gottfried Schumacher Betriebe
53859 Niederkassel, Buchenweg 12
T: 02208/9489-0 – F: 02208/9489-29
http://www.g-s-b.de

▸ Fenster & Haustüren
▸ Insektenschutz
▸ Einbruchsicherung
WWW.JAKOBS-BONN.DE
Schreinerei JAKOBS®
ZUVERLÄSSIG UND SAUBER

Christian-Lassen-Str. 16, 53117 Bonn • 0228 422 446-0 • info@jakobs-bonn.de

AUS DEN EIGENEN REIHEN

Dienstjubiläen

Andrea Borchardt ist seit **20 Jahren** als Sozialarbeiterin bei uns beschäftigt.

Auf **25 Jahre** in unserem Unternehmen können **Sarah Clemens** und **Bernd Weißkirchen** zurückblicken. Frau Clemens ist Sachbearbeiterin im Kundencenter Dransdorf. Herr Weißkirchen ist für die Instandsetzungsmaßnahmen zuständig.

Christine Strauß ist Sachbearbeiterin im Kundencenter Bonn/Beuel, **Anja Dorschu** leitet das Vorstandssekretariat und **Martin Krüger** ist Sachbearbeiter im Kundencenter Bad Godesberg. Alle drei blicken auf **30 Berufsjahre** in unserem Unternehmen zurück.

35 Jahre sind **Martina Häntschel** und **Katy Boos** mittlerweile bei uns beschäftigt. Frau Häntschel ist als Kundenbetreuerin im Kundencenter Dransdorf tätig. Sie ist seit fast 25 Jahren die gute Seele und Ansprechpartnerin für unsere Dransdorfer Mieterinnen und Mieter.

Frau Boos ist bereichsübergreifend in unserer Unternehmenszentrale tätig. Durch ihre langjährige Berufserfahrung ist sie für unser Unternehmen eine kompetente Ansprechpartnerin.

Wir gratulieren allen Jubilaren sehr herzlich und freuen und auf noch viele gemeinsame Jahre.

Ruhestand

Nach **45 Jahren** in unserem Unternehmen ist **Erika Gimber** in den wohlverdienten Ruhestand gegangen. Frau Gimber hat als Auszubildende bei uns begonnen, war zunächst viele Jahre in der Betriebskostenabteilung und wechselte dann in unsere Seniorenwohnanlage An der Wolfsburg, wo sie fast 30 Jahre lang die Buchhaltung managte und später auch für die Veranstaltungsorganisation im -Tenten- Haus der Begegnung zuständig war.

Maria-Theresia Frenken war seit **1. Juli 1999** in unserem Unternehmen als Sachbearbeiterin für die Abteilung Forderungsmanagement zuständig.

Beiden Kolleginnen wünschen wir für ihren neuen Lebensabschnitt alles erdenklich Gute und bedanken uns für die langjährige Mitarbeit.

Neue Kolleginnen und Kollegen

Wir gratulieren unserem ehemaligen Auszubildenden **Niklas Noack** zur erfolgreichen Abschlussprüfung als Immobilienkaufmann im Sommer 2022. Seitdem unterstützt er als Kundenbetreuer die Kolleginnen und Kollegen im Kundencenter Bad Godesberg.

Herr **Tobias Theiß** hat am 1. Oktober 2022 im Bereich der Instandsetzung seine Tätigkeit in unserem Unternehmen aufgenommen.

Am 1. August hat **Alissa Simon** ihre Ausbildung zur Immobilienkauffrau bei uns begonnen.

Allen dreien wünschen wir viel Erfolg in ihrem neuen Aufgabenbereich!

Elke Gerner

FAIR FASHION

NACHHALTIGE KLEIDUNG LIEGT VOLL IM TREND

© eireenz-stock.adobe.com

\ Das Wort „Nachhaltigkeit“ ist derzeit in aller Munde. Doch was bedeutet es eigentlich?

Unzählige Zukunftsprognosen zum Zustand unseres Planeten lassen uns keine andere Wahl: Nach langen Phasen der Verantwortungslosigkeit sind wir gezwungen, heute bereits an morgen zu denken. Die Befriedigung unserer aktuellen Bedürfnisse darf die Möglichkeiten und Ressourcen unserer Enkel und Urenkel nicht eingeschränkt, verschwenden oder gar unwiederbringlich zerstören.

Auch der Bereich Kleidung und Mode erlaubt uns, nachhaltig zu agieren. Wie? Ganz einfach, eine Möglichkeit: Kaufen Sie „second hand“! Ganz gleich ob auf dem Flohmarkt oder in spezialisierten Läden: Klamotten im Stil der 90er und 2000er Jahre sind aktuell absolut hip! Es gibt sogar sogenannte „Tauschpartys“! Nach der Wegwerfphase der „Billigklamotten“ von Primark & Co. hat endlich auch die Mode den Second-Hand-Style als echten Trend entdeckt. In der Tat sind beispielsweise gebrauchte Jeans im authentischen Vintage- oder Used-Look eine perfekte Alternative zum Neukauf. Außerdem ist ein fehlender Knopf oder ein kleiner Riss noch lange kein Grund, Kleidung wegzuwerfen. Selbst ein Flicken oder individuelles „Umstylen“ in der kleinen Schneiderei um die Ecke ist eine preiswerte und eben auch verantwortungsvolle Art, sich zu kleiden. Vieles kann man sogar selber mit Nadel und Faden erledigen und schont - stylisch gekleidet - sogar noch seinen Geldbeutel.

© Iryna-stock.adobe.com

Es gibt natürlich auch neue, nachhaltig produzierte Kleidung, zum Beispiel aus Bio-Baumwolle oder fair gehandelten, gerne auch recycelten Materialien. Selbst namhafte Modelabels führen nicht zuletzt aus Imagegründen derartige Linien in ihrem Programm.

Um sicher zu sein, das man wirklich nachhaltige Kleidung kauft und nicht auf sogenanntes „Greenwashing" als Marketing-Gag reinfällt, hat die Kleidungsindustrie Kennzeichnungen bzw. Siegel eingeführt.

Die wichtigsten und geprüften Siegel, deren Versprechen auf Nachhaltigkeit man vertrauen kann, möchten wir Ihnen hier kurz vorstellen:

Grüner Knopf

Der Grüne Knopf ist ein staatlich vergebenes Siegel für nachhaltige Textilien. Grundlage ist eine Überprüfung der Unternehmen bezüglich der Einhaltung von Menschenrechten und Umweltstandards in den gesamten Lieferketten.

Bluesign

Bei Bluesign handelt es sich um ein Siegel für nachhaltig hergestellte Textilien, das strenge Regeln bezüglich der Verwendung von Chemikalien in der Produktion vorgibt. Produkte mit diesem Siegel wurden entsprechend schadstoffarm hergestellt. Die Einhaltungen der Richtlinien werden streng überwacht. Bluesign-ausgezeichnet sind in erster Linie Textilien aus Synthetik (Outdoor- und Sportbekleidung, Funktionswäsche etc.)

GOTS

Der Global Organic Textile Standard (GOTS) ist der weltweit führende Textilverarbeitungsstandard für Bio-Fasern. In der Zertifizierung werden ökologische, aber auch soziale Kriterien, beispielsweise die Einhaltung des Verbots von Kinderarbeit sowie das Gebot der fairen Entlohnung einbezogen. Die gesamte Lieferkette unterliegt einem ebenso unabhängigen wie transparenten Überwachungs- und Zertifizierungsprozess.

Weitere Informationen zu den unterschiedlichsten Textil-Siegeln finden Sie im Internet, beispielsweise unter **www.siegelklarheit.de**.

Alina Mirgeler

Die gemeinnützige VFG Betriebs-GmbH bietet in ihren sozialen Zweckbetrieben folgende Leistungen an:

- **Umzüge und Haushaltsauflösungen**
- **Renovierung, Tapezieren, Streichen und Bodenverlegearbeiten**
- **Trockenbauarbeiten / Abriss, Demontage und Entsorgung**
- **Gartengestaltung und Pflege / Pflasterarbeiten / Zaunbau**
- **Second-Hand Verkauf**
- **KFZ-Reparaturen jeglicher Art, TÜV Vorbereitungen etc.**
- **KFZ-Verwertung, Abholung von Altautos, Demontage, Entsorgung, Abmeldeservice**

Der VFG unterhält seine Betriebe, um Menschen in besonderen sozialen Schwierigkeiten einen (Wieder)-Einstieg in die Arbeitswelt zu ermöglichen.

Infos unter: 0228 98576-0 **www.vfg-bonn.de**

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

-Tenten- Haus der Begegnung
An der Wolfsburg 35, 53225 Bonn
0228 9158-707

Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten unserer Cafeteria:
Mo – Fr, 10:00 – 17:00 Uhr
An Samstagen, Sonntagen und Feiertagen bleibt die Cafeteria geschlossen.

Evangelischer Gottesdienst
13.1.2023; 10.3.2023; 12.5.2023 jeweils 09:30 Uhr
Katholischer Gottesdienst
17.1.2023; 14.3.2023; 18.4.2023; 30.5.2023 jeweils 10:00 Uhr
22.2.2023, Aschermittwoch, um 11:00 Uhr

Mittagstisch
Mo – Fr, jeweils von 12:00 – 13:00 Uhr
Anmeldung 10:00 – 11:00 Uhr unter 0228 9158-707

Darüber hinaus bieten wir **selbstgekochte Küchenklassiker** an:
Vorbestellung bitte bis einen Tag vorher
Jeden 1. Freitag im Monat
Hering mit Pellkartoffeln (3,50 €)
Jeden 1. Mittwoch im Monat
Lasagne mit Salatgarnitur (4,50 €)
Jeden 2. Mittwoch im Monat
Russenei (3,50 €)
Jeden 3. Mittwoch im Monat
Deftiger Eintopf (3,50 €)
Jeden 4. Mittwoch im Monat
Fleischkäse mit Kartoffelgratin, Erbsen und Möhren (5,00 €)
Jeden Freitag
Salat

Veranstaltungen

Waffelessen
Jeden 2. Donnerstag im Monat, ab 14:00 Uhr
Bingo
Jeden 1. Donnerstag im Monat, An der Wolfsburg 1, von 15:00 – 17:00 Uhr
Offener Spieletreff
Jeden Nachmittag von 14:00 – 17:00 Uhr

Es treffen sich feste Gruppen in unserer Cafeteria.
Wir freuen uns immer über weitere Spielinteressierte und neue Gruppen.

Veranstaltungen unseres Kooperationspartners **Seniorenbüro Tat & Rat** erfragen Sie bitte unter 0228 635532.

Informationen über Sport-, Präventions- und Bewegungsangebote des **Vereins für Behindertensport** (VfB), die in unserem Haus stattfinden, erhalten Sie unter 0228 403670.

Der **Schachclub Bonn/Beuel** trifft sich jeden Dienstagabend ab 19:30 Uhr im Raum An der Wolfsburg 1.
Interessierte sind herzlich eingeladen.

Informationen über weitere Veranstaltungen erhalten Sie unter 0228-9158-701 oder auf unserer Homepage www.vebowag.de.

Betreutes Seniorenwohnen An der Wolfsburg
Sollten Sie sich für eine **öffentlich geförderte Wohnung** im Betreuten Seniorenwohnen An der Wolfsburg interessieren, nehmen Sie gerne Kontakt mit Natalija Horn unter 0228 9158-701 auf.
Für die freifinanzierten Wohnungen nehmen wir derzeit keine Anmeldungen an.

Stadtteilverein Dransdorf e.V.
Lenaustr. 14, 53121 Bonn
0228 96696-54
0228 96699-923
0228 96697-38

www.dransdorf.org

Öffnungszeiten
Mo – Do, 09:00 – 18:00 Uhr
Fr, 09:00 – 13:00 Uhr

Sozialberatung (Terminvereinbarung)
Mo – Fr
Beratung der Verbraucherzentrale
Jeden Freitag, 10:00 – 12:00 Uhr
Kleiderlädchen
Jeden Mittwoch, 09:00 – 12:00 Uhr
Montags in Dransdorf
Inforeihe einmal im Monat.
Termine und Themen finden Sie online
Familien Theater
Termine finden Sie online
Frauen-Café
Donnerstag 10:00 – 13:00 Uhr einmal im Monat. Termine finden Sie online

Angebote für Erwachsene

Vertrauensbibliothek
Täglich kostenlose Ausleihe von Büchern und Hörbüchern.
Mittagstisch (mit Anmeldung)
Frisch gekochtes Mittagessen.
Jeden Montag, 12:15 – 13:30 Uhr
Jeden Mittwoch, 12:15 – 13:30 Uhr
Donnerstags-Café
Kaffee und Kuchen
Jeden Donnerstag, 14:00 – 16:00 Uhr
Line Dance für Fortgeschrittene
Jeden Montag, 18:30 – 19:30 Uhr
Seniorengymnastik für Frauen
Jeden Montag, 17:00 – 18:00 Uhr
Jeden Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr
Frauengymnastik mit TGV
Jeden Mittwoch, 9:30 – 10:30 Uhr
Tai Chi
Jeden Mittwoch, 15:30 – 16:30 Uhr
Literaturkreis Dransdorf
Wenn Sie gute Gespräche mögen,
Jede 2. Dienstag, 16:00 – 18:00 Uhr
Theaterworkshop
Jeden Donnerstag, 19:30 – 21:30 Uhr
Deutsch für den Alltag
Mo – Do, 10:00 – 11:30 Uhr
Deutsch lernen am Computer
Jeden Montag, 10:00 – 12:00 Uhr
Computer Treff / Erwachsene
Jeden Montag, 15:00 – 16:30 Uhr
Jeden Dienstag, 11:30 – 13:30 Uhr
Bewerbungshilfe
Mo – Mi, 13:00 – 16:00 Uhr
Jeden Donnerstag, 13:00 – 15:00 Uhr

Angebote für Senior*innen

Frauengymnastik / Fit für den Alltag
Jeden Montag, 17:00 – 18:00 Uhr
Jeden Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr
Fotorestauration/ Bildbearbeitung
Termine nach Vereinbarung

UND VERANSTALTUNGEN

Deutschkurs /Aufbau
Jeden Montag, 13:30 – 15:00 Uhr
Deutschkurs / Konversation
Jeden Donnerstag, 13:30 – 15:00 Uhr
Computerkurs / Internet / Texte & Bilder
Jeden Mittwoch, 10:00 – 12:00 Uhr,
Termine nach Vereinbarung
Jeden Donnerstag, 10:00 – 13:00 Uhr
Computer-Treff / Senior*innen
Jeden Donnerstag, 11.00 – 13.00 Uhr

Angebote für Kinder und Jugendliche

Indischer Tanz für Kinder
Jeden Dienstag, 16:00 – 18:00 Uhr
Hausaufgabenbetreuung / Förderunterricht
Mo – Do, 15:00 – 18:00 Uhr
Computer- Treff / Kinder
Jeden Mittwoch, 15:00 – 17:00 Uhr
Lernen mit Computer für Schulkinder
Jeden Montag, 16:00 – 17:00 Uhr
Jeden Donnerstag, 15:00 – 16:30 Uhr
Computerkurs für 6-9 Klässler
Jeden Donnerstag, 16:00 – 17:00 Uhr

Nachbarschaftstreff Pennenfeld
Maidenheadstr. 20, 53177 Bonn
0228 2274-244-1/-2
0228 9158-444

Verbraucher- und Umweltberatung der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V.
Kostenlose Beratung u.a. zu den Themen Medien- und Telekommunikation, Finanzen, Verträge, Energie, Umweltschutz
Vor Ort besteht dann auch die Möglichkeit, alte und kaputte Elektrokleingeräte zu entsorgen (Rote Tonne)
Jeden Mittwoch, 14:00 – 16:30 Uhr
Fitness für Körper und Geist
Bewegungsangebot für Senior*innen
Jeden Donnerstag, 10:30 – 11:30 Uhr
sowie 11:30 – 12:30 Uhr

Kochen und Co.
geflüchtete Menschen und interessierte Anwohnerinnen und Anwohner kochen und essen gemeinsam.
Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat,
ab 10:00 Uhr
English reading club
für jedes Niveau (ab Januar 2023)
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat,
15:30 – 16:30 Uhr
Gesangsnachmittag
mit Akkordeon- und Mandolinenbegleitung
Jeden 2. Donnerstag im Monat,
15:00 – 17:00 Uhr
Mittagstisch
ein deftiges Essen nach Hausfrauenart
Jeden 3. Mittwoch im Monat, 12:00 Uhr
(bis Dezember, ab 2023 ggf. neuer Termin)
Pennenfeld Clean Up
gemeinsam sammeln wir Müll auf und belohnen uns anschließend dafür mit einem Kaffeeklatsch im Freien
In Kooperation mit dem Bürgerverein „Buntes Pennenfeld e.V."
Jeden 3. Dienstag im Monat,
16:00 – 17:00 Uhr
Spielenachmittag
Lustige Brett- und Kartenspiele für Jung & Alt
Jeden 4. Donnerstag im Monat,
15:00 – 17:00 Uhr
Interkulturelles Frauenfrühstück
Jeden 2. Freitag im Monat,
10:00 – 11:30 Uhr
Repair Café
Reparieren statt Wegwerfen
Jeden 3. Freitag im Monat,
15:00 – 17:00 Uhr

Für alle Veranstaltungen gilt: Sollte der Veranstaltungstag auf einen Feiertag fallen, findet sie leider nicht statt.
(Alle Angebote stehen unter dem Vorbehalt, dass sie unter den dann gegebenenfalls geltenden Coronaschutzverordnungen und -maßnahmen auch durchführbar sind. Bitte beachten Sie zudem die besonderen Vorgaben, wie Maskenpflicht, vorherige Anmeldung, 3G-Regelung, beschränkte Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer etc., die im Rahmen unserer Veranstaltungen erforderlich sein können.)
Informationen zu unseren Aktivitäten finden Sie in den Schaukästen, auf unserer Internetseite „www.wohnen-im-pennenfeld.de", bei unserem Facebook-Auftritt und in der örtlichen Presse.

Unser Monatsprogramm senden wir Ihnen auch gerne per E-Mail - eine kurze Mitteilung an info@wohnen-im-pennenfeld.de genügt.
… oder rufen Sie uns einfach an!

Ständiges Angebot

SpOTS-Stütz**p**unkt(e) **O**ffene **T**üren für **S**enior*innen in Bonn
Qualifizierte Sozialberatung für Senior*innen sowie deren Angehörige
Terminvergabe nach Vereinbarung, bei Bedarf auch Hausbesuche möglich

Weitere Veranstaltungen

Der Bürgerverein „Buntes Pennenfeld e.V." trifft sich monatlich im Nachbarschaftstreff Pennenfeld. Unterstützung und neue Mitglieder sind herzlich willkommen! Termine und Aktivitäten erfahren Sie unter www.buntes-pennenfeld.de.
Pennenfelder Weihnachtsbaum
Am 1. Advent laden der Bürgerverein und das Quartiersmanagement ab 18 Uhr herzlich ein, bei warmen Getränken, Gebäck und dem Singen weihnachtlicher Lieder die Vorweihnachtszeit einzuläuten. Treffpunkt ist am Pennenfelder Weihnachtsbaum an der Kreuzung Max-Planck- / Albertus-Magnus-Straße vor der Netto-Filiale.
Pennenfelder Adventskalender
Die Tradition des lebendigen Pennenfelder Adventskalender wird fortgesetzt: Vom 1. Dezember an bis Heilig Abend ist ganz Pennenfeld eingeladen, ein Fenster des lebendigen Adventskalenders zu gestalten und zur Teilnahme einzuladen. Nähere Informationen finden Sie ab Mitte November unter www.buntes-pennenfeld.de oder www.wohnen-im-pennenfeld.de sowie in den Schaukästen im Ortsteil.

Ausblick: Naturinsel Pennenfeld und PikoPark Pennenfeld
Im Garten hinter dem Nachbarschaftstreff Pennenfeld bzw. auf der PikoPark-Fläche an der Max-Planck-Straße 17-19 geht es ab nächstem Frühjahr wieder los. Vorab findet im Februar ein Treffen zur Planung der Gartensaison statt. Der Termin kann ab Mitte Januar und der Starttermin für die Gartensaison ab Ende Februar 2023 erfragt werden.

An der Aktion „Offene Gartenpforte" werden wir uns mit beiden Naturgärten auch 2023 beteiligen. Die genauen Termine der Aktion stehen allerdings noch nicht fest.

WIE REAGIERT DIE VEBOWAG AUF DIE STEIGENDEN ENERGIEPREISE?

© Ingo Bartussek-stock.adobe.com

\ Uns ist es wichtig, dass die eklatanten Energiepreiserhöhungen Sie als unsere Mieterinnen und Mieter nicht mit voller Wucht treffen. Dazu haben wir im Rahmen der unsererseits beeinflussbaren Parameter mögliche Maßnahmen ergriffen, insbesondere in technischer Hinsicht.

Bereits über die letzten Jahre, lange vor und unabhängig von der aktuellen Energie-Krise, haben wir zahlreiche ältere Gebäude aus unserem Bestand energetisch saniert. Fassaden wurde zusätzlich gedämmt und energiesparende Fenster mit Mehrfachverglasung sind eingebaut worden. Teilweise sind auch die Zentralheizungsanlagen erneuert worden.

Die VEBOWAG-Neubauten sind natürlich in energetischer Hinsicht absolut auf der Höhe der Zeit und übertreffen in vielerlei Hinsicht das gesetzlich geforderte Maß.

Aber selbst hier bleibt festzustellen, dass der technische Fortschritt immer noch das eine oder andere Quäntchen an Optimierungspotenzial bereit hält. So werden beispielsweise moderne Zentralheizungen fortwährend weiter entwickelt, die Software basierten Steuerungselemente werden immer effizienter.

Um dieses Potenzial für Sie als unsere Mieter vollends nutzbar zu machen, hat die VEBOWAG die zentralen Heizungsanlagen des gesamten Gebäudebestands durch die jeweiligen technischen Vertragspartner überprüfen und auf maximal effizienten und ressourcenschonenden Betrieb einstellen lassen. Im Rahmen dieser Arbeiten sind beispielsweise Heizkurven optimiert worden, um unnötig hohe Betriebstemperaturen zu senken.

Zahlreiche Anlagen sind bereits entsprechend eingestellt. Spätestens mit den jeweils nächsten Gerätewartungsintervallen werden diese Maßnahmen an sämtlichen Heizanlagen umgesetzt.

Wie auch Sie durch Ihr individuelles Verhalten dazu beitragen können, Energie und damit CO_2-Emissionen aber letztlich vor allem auch Ihr Geld sparen zu können, erfahren Sie im folgenden Beitrag.

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihr aktives Mitwirken!

Marc Dittmann

ENERGIESPAREN IM HAUSHALT: SO GEHT'S!

\ Nicht nur wir als Ihr Vermieter sind aufgefordert, Gas einzusparen und den CO_2-Ausstoß zu reduzieren. Auch Sie können Ihren individuellen Beitrag dazu leisten. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, den Energieverbrauch und damit einhergehend auch die Verbrauchskosten zu senken. Das schont das Klima und nicht zuletzt auch Ihren Geldbeutel!

Der Verband der Wohnungs- und Immobilienwirtschaft Rheinland Westfalen VdW und die Verbraucherzentrale NRW haben dazu im Rahmen einer gemeinsamen Energiespar- und Aufklärungskampagne zahlreiche Tipps zusammengestellt.

Heizkosten sparen

Für ausgesprochen positive Effekte, die so gut wie keine Komfort-einschränkungen für Sie mit sich bringen, sorgt das Senken der Raumtemperatur in Ihrer Wohnung um gerade einmal 1 Grad Celsius. Ein prüfender Blick auf Raumtemperatur und Thermostat lohnt sich also. Bei einem Standard-Thermostat entspricht Stufe 2 etwa 16 Grad, Stufe 3 etwa 20 Grad und Stufe 4 etwa 24 Grad.

Wenn Sie in der kommenden Kälteperiode Ihren Wohnraum auf 20 statt auf 21 Grad heizen, lassen sich einfach und wirksam mindestens 5%, ja teilweise sogar bis zu 6% Energie und damit einhergehend auch Verbrauchskosten einsparen.

Tunlichst vermieden werden sollte, dass eine Wohnung vollends auskühlt. Die Heizung sollte entsprechend lediglich herunter geregelt, aber nicht komplett ausgeschaltet werden. Zum einen leidet das Raumklima und damit unter Umständen Ihre Gesundheit darunter. Zum anderen ist der Energieverbrauch beim erneuten Aufheizen einer Wohnung deutlich höher als bei einem gemäßigten Durchheizen.

Drehen Sie die Heizung nachts – bei kühleren Temperaturen schläft man besser – und bei Abwesenheit herunter!

Auch die Anordnung Ihrer Möbel kann sich auf die Heizkosten auswirken. Stellen Sie Ihre Heizkörper nicht zu. Sie sollten weder mit Vorhängen noch von Möbeln verdeckt werden. Eine Faustregel: Jeder Heizkörper sollte gut zu sehen sein, damit die Raumluft ihn ungehindert umströmen kann.

Übrigens: Warme Luft kann man speichern! Wenn Sie sich tagsüber weitestgehend in einem Raum aufhalten, sei es während der Homeoffice-Aktivitäten im Arbeitszimmer oder eventuell im Wohnzimmer, lohnt es sich, die Tür zu anderen, nicht genutzten Räumen geschlossen zu halten. So wird verhindert, das warme Luft in kältere Räume entweichen kann.

Einfach, aber als sofort durchführbare Maßnahme super effektiv: Halten Sie in der kalten Jahreszeit – vor allem über Nacht – Fensterläden, Rollläden und Jalousien geschlossen. Dadurch lässt sich

die Wärme deutlich länger im Raum bewahren.

In diesem Zusammenhang spielt auch das korrekte Lüftungsverhalten eine wichtige Rolle: Regelmäßiges Stoß- oder Querlüften in allen Räumen sorgt für frische Luft. Ein Fenster in Kippstellung verschwendet Energie, weil es für den gleichen Luftaustausch länger aufbleiben muss. Beim Lüften sollten Sie die Heizung unbedingt herunter drehen. Das Heizthermostat versucht ansonsten die kältere Raumtemperatur durch höhere Heizleistung auszugleichen. So strömt nicht nur warme Luft ungenutzt, Sie werfen auch Ihr Geld zum Fenster heraus!

Stromkosten senken

Natürlich wirkt sich auch eine Reduktion des Stromverbrauchs positiv auf Ihr Portemonnaie und die Umwelt aus. Stellen Sie beispielsweise die Temperatur im Kühlschrank richtig ein: 7 Grad im oberen Fach reichen vollkommen aus. Im Gefrierschrank sind Minus 18 Grad optimal. Zu kühl eingestellte Kühlschränke sollten vermieden werden: Wenn Sie die Temperatur um nur 1 Grad erhöhen, sinkt der Gerätestromverbrauch bereits um etwa 6%.

Auch eine Überprüfung der Sanitäranlagen lohnt sich. Sparduschköpfe in Badewanne und Dusche sowie ein sogenannter „Strahlregler" oder „Perlator" am Wasserhahn zahlen sich aus. Denn auch warmes Wasser verbraucht Energie und verursacht nicht unerhebliche Kosten. Stellen Sie deshalb bitte auch die Temperatur am Durchlauferhitzer nicht zu hoch ein: Optimal ist es, wenn der Wasserhahn auf „ganz heiß" gestellt angenehm warmes, nicht kochend heißes Wasser spendet.

Vermeiden Sie möglichst heißes Dauerduschen. Kurzes „Nassmachen" bei moderater Temperatur, anschließendes „Einseifen" bei abgestelltem Wasserdurchlauf und folgend kurzes Abduschen spart Wasser, Strom und Geld.

Was für die „Reinigung" des Menschen gilt, gilt auch für Ihr Geschirr: Durch die optimale Nutzung des Volumens Ihrer Spülmaschine können Sie Strom und Wasser sparen. Vermeiden Sie Spülgänge in nicht vollends gefülltem Zustand der Maschine. Nutzen Sie das Eco-Programm oder niedrige Temperaturen von 45 bis 55 Grad.

Selbiges gilt natürlich auch bei der Wäsche: Waschen Sie mit niedrigen Temperaturen von 30 bis 40 Grad. Das reicht bei normal verschmutzter Alltagswäsche völlig aus und hat zusätzlich den Vorteil, dass Ihre Kleidung länger hält. Nutzen Sie auch hier optimalerweise Eco-Programme. Statt im Wäschetrockner lassen Sie Ihre Wäsche einfach an der Luft trocknen. Das geht übrigens auch im Winter.

Noch mehr Energiespartipps finden Sie unter: **www.verbraucherzentrale.nrw/energiepreise**

Dieter Zimny
auf Basis VdW Rheinland Westfalen
– die Wohnungswirtschaft im Westen

ELEKTRO - ANLAGEN
GERD
ARENZ
GmbH

0228 18438-0

Notdienst
0172 6851216

Fax 0228 18438-20
Kölnstr. 284, 53117 Bonn

Fotovoltaik-Solaranlagen
Elektroanlagen
Brandmeldeanlagen
nach DIN 14675
Signal-Überwachungsanlagen
TK-Anlagen
Notdienst
Blitzschutz
Daten-Netzwerke

EIB Gebäude-systemtechnik
KNX
PQ VOB

WEIHNACHTSRÄTSEL

\ Gewinnen Sie mit der VEBOWAG fünf Einkaufsgutscheine, jeweils im Wert von 35,- EUR. Dazu bitte das Lösungswort, das sich aus den Lösungsbuchstaben der korrekten Antworten auf die unten stehenden Rätsel-Fragen ergibt, auf eine ausreichend frankierte Postkarte schreiben und an folgende Adresse schicken:

VEBOWAG Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG
- Weihnachtsrätsel -
Godesberger Allee 20
53175 Bonn

Alternativ können Sie das Lösungswort auch via E-Mail an **info@vebowag.de** senden. Welchen Versandweg Sie auch wählen, vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen und Ihre vollständige Anschrift anzugeben.

Teilnahmeberechtigt sind alle VEBOWAG-Mieter oder -Mieterinnen ab 18 Jahren. Mitarbeiter der VEBOWAG und deren Angehörigen ist die Teilnahme am Gewinnspiel untersagt. Einsendeschluss ist **Montag, der 16. Januar 2023 (Poststempel)**. Unter allen fristgerechten Einsendungen werden die Gewinner ausgelost.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen!
Das WohnRaum-Team und ganz besonders die Verfasserin des Rätsels, Alina Mirgeler, wünscht Ihnen viel Erfolg!

1. Wo sitzen die drei Spatzen in dem gleichnamigen Gedicht von Christian Morgenstern?
H Auf einer langen Brücke
G Auf einem fahrenden Karren
S In einem leeren Haselstrauch

2. Welcher Niederschlag fällt am langsamsten?
C Schnee
I Regen
L Hagel

3. Wie heißt der größte Gletscher in Europa?
H Aletsch Gletscher
Z Blaueisgletscher
B Stubaier Gletscher

4. Welche Monate gehören kalendarisch in den Winter
A Oktober, November, Dezember
N Dezember, Januar, Februar
P Januar, Februar, März

5. In welchem Lied heißt es „Du wohnst in den Wolken. Dein Weg ist so weit"?
E Schneeflöckchen, Weißröckchen
K Leise rieselt der Schnee
T O Tannenbaum

6. Wie lautet das nächste Wort in Rilkes Gedicht „Die hohen Tannen atmen"? Die hohen Tannen atmen heiser im ...
F Abendlicht
H Morgentau
E Winterschnee

7. In welchem Land heißt Schnee „Snö"?
M Dänemark
G Schweden
C Finnland

8. Welches Tier ist das kälteresistenteste überhaupt?
V Eisbär
R Pinguin
A Waldfrosch

9. Welcher Nadelbaum wird im Winter kahl?
O Kiefer
N Lärche
U Tanne

10. Was machen Fledermäuse im Winter? Sie halten ...
S Winterschlaf
X Winterstarre
I Winterschwätzchen

AUFLÖSUNG DES SOMMERQUIZ AUS DER FRÜHJAHR-SOMMER-AUSGABE 2022 DER WOHNRAUM

Lösungswort: KREUZFAHRT

Wir gratulieren an dieser Stelle nochmals allen Gewinnerinnen und Gewinnern, die von uns bereits per Post informiert wurden und die gewonnenen Einkaufsgutscheine erhalten haben.
Ihr WohnRaum Team

WINTER-REZEPT: WINTERLICHE APFELRINGE

Alina Mirgeler

© Mania777-stock.adobe.com

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 1 Ei (Größe M)
- 75ml Milch
- 100g Mehl
- 1 Pck. Vanillezucker
- 3 EL Butterschmalz
- 2 mittelgroße Äpfel
- 1 TL Lebkuchengewürz
- 2 Kugeln Vanilleeis

ZUBEREITUNG

1. Das Ei trennen, Eigelb und Milch verrühren. Mehl zufügen und unterrühren. 10 Min. quellen lassen. Eiweiß steif schlagen, dabei den Vanillezucker einrieseln lassen und unter den Teig heben.
2. Butterschmalz erhitzen. Äpfel waschen, schälen und das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in jeweils 4-5 Ringe schneiden. Apfelringe nacheinander durch den Teig ziehen, etwas abtropfen lassen und im heißen Butterschmalz goldbraun ausbacken. Die Ringe dabei einmal wenden.
3. Fertige Apfelringe auf Küchenpapier abtropfen lassen. Zucker und Lebkuchengewürz mischen und die Apfelringe darin wälzen. Jeweils 1 Kugel Vanilleeis dazu servieren.

© Photocreo Bednarek-stock.adobe.com

BUCHTIPP

ANNA SCHNEIDER

GRENZFALL – DER TOD IN IHREN AUGEN

KRIMINALROMAN

\ Das Böse kennt keine Grenzen - Hochspannung und unerwartete Wendungen: Wir befinden uns in der deutsch-österreichischen Grenzregion. An einer Felswand in Brauneck in Lenggries, Bayern, wird der Torso einer toten Frau gefunden. An ihren Oberkörper wurden aus Stroh gefertigte Beine genäht. Weitere Leichenteile werden kurz darauf am Achensee in Tirol gefunden ...

Doch weshalb sollte der Täter die Leichenteile auf zwei Länder verteilen?

Die junge Oberkommissarin Alexa Jahn steht vor ihrer ersten großen Ermittlung, ihr desillusionierter österreichischer Kollege, Chefinspektor Bernhard Krammer, steht ihr dabei - zunächst wenig hilfreich - zur Seite.

So ist Alexa lange auf sich allein gestellt. Sie bekommt es mit einem Täter zu tun, dem sie vielleicht nicht gewachsen ist ...

Fischer Taschenbuch Verlag, 432 Seiten
ISBN 978-3-596-70050-9

MIRIAM GEORG

DAS TOR ZUR WELT: TRÄUME

ROMAN

\ Hamburg um die Jahrhundertwende: Die Cholera hat ihre Spuren in der Stadt hinterlassen. Zahllose Reisende passieren auf ihrem vermeintlichen Weg in ein besseres Leben die Hafenstadt als Tor zur neuen Welt. Hier begegnen sich Ava und Claire – zwei Frauen so verschieden wie Ebbe und Flut.

Ava, in ärmlichen Verhältnissen aufgewachsen, muss hart für ihren Lebensunterhalt arbeiten. Sie träumt vom Meer und hofft in Amerika ihre Mutter wieder zu finden.

Die schöne Claire hingegen kommt aus gutem Hause. Selbstbewusst verfolgt sie hochgesteckte Ziele, will die Welt bereisen, um aus den strengen gesellschaftlichen Mustern und Regeln auszubrechen.

Das Schicksal schweißt die beiden Frauen fest zusammen ...

Rowohlt Verlag, 656 Seiten
ISBN 978-3-499-00921-1

Buchempfehlungen von Sabine Paulus

© Jochen Tack, Essen

PIKOPARK PENNENFELD GEWINNT DEN DW-ZUKUNFTSPREIS DER IMMOBILIENWIRTSCHAFT

\ Das bundesweite Modellprojekt „Treffpunkt Vielfalt – PikoParks“ entwickelt sich immer mehr zu einer sprichwörtlich ausgezeichneten Idee. Vor drei Jahren als Projekt der UN Dekade Biologische Vielfalt gewürdigt, 2020 mit dem Deutschen Lokalen Nachhaltigkeitspreis „ZeitzeicheN“ und im vergangenen Jahr mit dem Anerkennungspreis des European Award for Ecological Gardening ausgezeichnet, gewinnt der PikoPark in Pennenfeld dieses Jahr den renommierte DW-Zukunftspreis.

„Immobilien, Quartiere und Städte nach der Pandemie“ lautete das Motto des Wettbewerbs, zu dem der Wissenschaftsladen Bonn gemeinsam mit dem Quartiersmanagement Pennenfeld und damit der VEBOWAG sowie vier weiteren Wohnungsgesellschaften die PikoPark-Projektbeschreibung eingereicht hatte. Das Projekt überzeugte die Jury derart, dass alle gemeinsam als Preisträger 2022 auserkoren wurden.

Die Preisverleihung erfolgte Anfang Juni im Rahmen des Aareon Kongresses 2022 in der Zeche Zollverein durch den Präsidenten des GdW Bundesverbandes deutscher Wohnungs- und Immobilienunternehmen e.V., Axel Gedaschko. Im beeindruckenden Ambiente der Zeche Zollverein hob Gedaschko, der neben seinem Präsidentenamt auch als Schirmherr des Wettbewerbs fungiert, die Nachhaltigkeit des Konzepts des PikoParks hervor, die insbesondere durch den „Einbezug der Mieterinnen und Mieter, naturnahe Grünflächengestaltung und langfristige Betreuung sicherstellt“.

Das gerade die Zeche Zollverein als Ort der Preisverleihung gewählt wurde, besitzt für das „Schaffensteam“ des Pennenfelder PikoParks Symbolcharakter: Denn nicht nur die Kumpels unter Tage verrichteten ihr beeindruckendes Werk durch harte körperliche Arbeit. Auch in Pennenfeld weiß man zwischenzeitlich, was „Buddeln“ bedeutet! Allerdings war bei der festlichen Preisverleihung statt Gummistiefeln und Blaumann Business-Chic und statt Hacke und Spaten eher feineres Besteck gefragt.

Der DW-Zukunftspreis ergänzt die bisherigen Auszeichnungen für den PikoPark eindruckswoll. Entsprechend geehrt können sich der Wissenschaftsladen Bonn (WILA) und das Quartiersmanagement, aber ganz besonders auch die zahlreichen ehrenamtlich engagierten Mitwirkenden vor allem aus Pennenfeld fühlen.

So ist es nicht verwunderlich, dass eine Woche nach der Preisverleihung im Zuge des PikoPark-Frühsommer-Treffens auf die Auszeichnung auch mit Sekt angestoßen wurde. Der Dank gilt hier insbesondere den ehrenamtlichen Unterstützerinnen und Unterstützern für ihr tolles Engagement, denn ohne sie hätte dieser „ausgezeichnete“ Park in Pennenfeld nie entstehen können!

Weitere Infos zum PikoPark finden Sie im Internet unter **www.pikopark.de** oder auch **www.wohnen-im-pennenfeld.de/treffpunkt-pennenfeld/gruen-fuer-pennenfeld**/

Frank Wilbertz

ENDLICH WIEDER EIN PENNENFELDER SOMMERFEST

\ Die Vorbereitungen für das Pennenfelder Sommerfest 2020 waren bereits im Gange, als aufgrund der Corona-Pandemie im damaligen März alle Veranstaltungstermine von der Stadt Bonn gestoppt werden mussten. Die Zwangspause sollte zwei lange Jahre andauern ...

Erst die Prognosen zum weiteren Verlauf der Pandemie im Spätfrühjahr 2022 bot einen kleinen Hoffnungsschimmer. Grund genug für den Bürgerverein Buntes Pennenfeld e.V. und das Quartiersmanagement für den aktuellen Sommer eine gemeinsame Neuauflage des 11. Pennenfelder Sommerfestes wagen zu wollen.

Aufgrund einiger Terminschwierigkeiten fiel die Wahl dann auf den 24. September 2022. Aus dem Sommerfest musste kurzerhand ein Spätsommerfest gemacht werden.

In ihren Eröffnungsreden hießen Christoph Sondermann, Vorsitzender des Bürgervereins und Frank Wilbertz für das Quartiersmanagement Pennenfeld die Besucherinnen und Besucher herzlich willkommen. Auch der Bezirksbürgermeister von Bad Godesberg, Christoph Jansen, ließ es sich nicht nehmen, ein Grußwort zu sprechen und die Bedeutung des Pennenfelder Sommerfestes für den Ortsteil und darüber hinaus zu betonen. Er verband dies mit einem herzlichen Dank an die vielen fleißigen Helferinnen und Helfer, ohne die ein solches Fest nicht zu realisieren ist.

Der Erfolg sollte dem Veranstalter-Team recht geben, denn mit 26 angemeldeten Ständen und einem sechsstündigen Bühnenprogramm, lediglich unterbrochen von kurzen Umbaupausen, musste sich das 11. Pennenfelder Sommerfest nicht vor den vorherigen verstecken.

Das Aussteller-Spektrum reichte von verschiedenen Schulen und Familienzentren, der Schulsozialarbeit und dem Jugendzentrum K7 über das Theater Bonn, die Verbraucherzentrale NRW, den ADFC, der Verkehrswacht, der VEBOWAG und dem Quartiersmanagement bis hin zum Bürgerverein. Zudem beteiligten sich auch geflüchtete Menschen aus der Ukraine nicht nur mit zwei Ständen, sondern bereicherten auch das Bühnenprogramm.

Auf der erstmals seit Bestehen des Pennenfelder Sommerfestes bedachten Bühne wurden neben einem bunten Mix aus Tanzvorführungen, Zumba, Jonglage, Blas-, Pop-, Rock- und Countrymusik sowie Jazz dann auch traditionelle ukrainische Lieder dargeboten.

Die Entscheidung für eine bedachte Bühne sollte sich später bezahlt machen, denn mit fortschreitender Zeit öffnete der Wettergott an diesem Samstag bedauerlicherweise die Himmelsschleusen. Doch die Besucher ließen sich auch vom Regen das Feiern nicht verderben. So stand schnell fest: Auch 2023 als 12. Pennenfelder Sommerfest soll das Stadtteilfest in der Max-Planck-Straße stattfinden, dann allerdings wieder im traditionellen Zeitraum, also vor den Sommerferien.

Frank Wilbertz

© Stefan Körber-stock.adobe.com

Vogel

Hase

Wildschwein

Hirsch

Katze

Hund

FÄHRTENSUCHE – WIE EIN DETEKTIV IN DEN NATUR

\ Der Winter steht vor der Tür. Für dieses Jahr ist sogar mal wieder Schnee vorausgesagt. Ich fände es toll, wenn es endlich mal wieder schneien würde, aber für unsere spannende gemeinsame Idee ist Schnee nicht unbedingt notwendig, auch wenn er alles leichter und noch schöner machen würde …

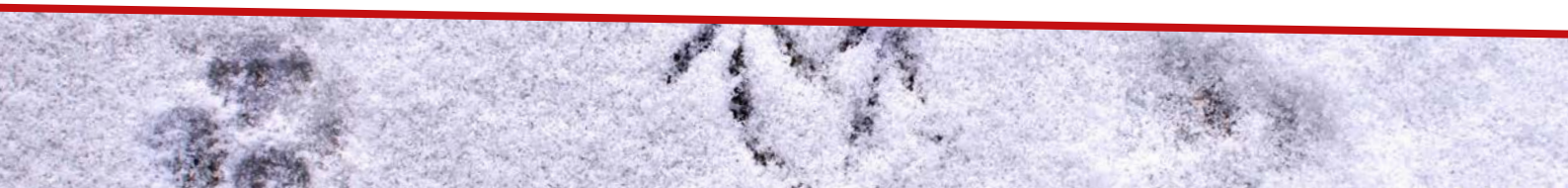
Wir gehen dieses Mal gemeinsam auf Spurensuche! Beim Laufen durch Schnee oder Matsch hinterlassen wir unsere Schuhabdrücke. Aber da sind auch noch ganz andere Muster und Abdrücke zu entdecken! Schau mal ganz genau hin! Was ist denn das? Da sind ja überall kleine Tierspuren und Fährten. Welches Tierlein war da wohl unterwegs? Jetzt ist detektivischer Spürsinn gefragt!

Denn jedes Tier hinterlässt in der weichen Erde oder – noch besser zu erkennen – im Schnee ganz typische Spuren und Fährten. Die Fußabdrücke – auch Trittsiegel genannt – verraten Dir, welches Tier hier unterwegs war. Aus den Fährten, also den aufeinander folgenden Fußspuren, lässt sich erkennen, in welche Richtung sich das Tier bewegt hat. Und die Aneinanderreihung der Fußabdrücke verrät, ob das Tier gemütlich gezockelt oder flott gerannt ist. Je schneller das Tier war, desto größer sind die Abstände der Abdrücke. Manchmal sind dann sogar die Konturen nach hinten verwischt, genauso wie im Comic Geschwindigkeit gezeichnet wird.

Direkt bei Euch vor der Haustür wirst Du wahrscheinlich häufig Spuren von Vögeln finden. Sie bestehen aus drei gleichmäßig gespreizten Zehabdrücken nach vorne und einem Abdruck in Verlängerung des mittleren Vorderzehs nach hinten.

Besonders häufig findet man beim genauen Hinschauen Abdrücke von Tatzen. Du erkennst dabei einen abgerundeten Hauptballen in der Mitte sowie mehrere kleinere Zehballen und Krallen vorn. Tatzen haben zum Beispiel Marder, Füchse, Dachse, aber auch Hunde und Katzen. Unterscheiden kann man sie anhand der genauen Form und vor allem der Größe.

Wenn Du mal mit Deinen Eltern in der Waldau auf Suche gehst, wirst Du auch Trittsiegel mit zwei länglichen Abdrücken, die vorn spitz zulaufen, finden. Die stammen von Rehen und Hirschen. Auch Wildschweine gibt es dort. Die hinterlassen zwei längliche Abdrücke, die parallel verlaufen.

Wenn Du ganz genau wissen willst, welche Tierabdrücke Du vor Dir hast, benötigst Du ein Buch zum Abgleichen der Form und Größe. Oder Du hälst Deine Hand als Größenanhalt neben das Trittsiegel und machst mit dem Handy ein Foto. Daheim kannst Du dann im Bestimmungsbuch oder auch im Internet nachschauen. Es ist ganz schön spannend herauszufinden, welche Fellnase kurz vor Dir am selber Ort unterwegs war!

Dieter Zimny