

wohnlIdee

Kundenmagazin der SÜDHEIDE eG Wohnungsbaugenossenschaft



SÜDHEIDE lebenswert



SÜDHEIDE wohnen & leben



Gut wohnen. | Besser leben.

Liebe Mieterinnen und Mieter, Partner und Freunde der SÜDHEIDE eG,

obwohl der Winter dieses Mal gar nicht so kalt und grau war wie in den Vorjahren, ist es doch erlaubt, sich auf die schönen Tage des Frühlings zu freuen. Nicht nur, weil die Tage wieder wärmer und die Gemüseauslagen wieder vielfältiger werden, sondern auch, weil die Natur uns eindrucksvoll eine ihrer Stärken demonstriert: Die Fähigkeit, sich verändern zu können.

Diese Fähigkeit nehmen wir uns gerne zum Vorbild. Denn auch wir treffen laufend auf Herausforderungen, die wir ohne die Bereitschaft zur Veränderung niemals meistern könnten. Nehmen wir das Beispiel der neuen, seit diesem Jahr verpflichtenden Rauchwarnmelder. Sicher eine räumliche Veränderung, an die man sich erst gewöhnen muss. Aber definitiv eine Veränderung zum Besseren, die uns alle ruhiger schlafen lässt.

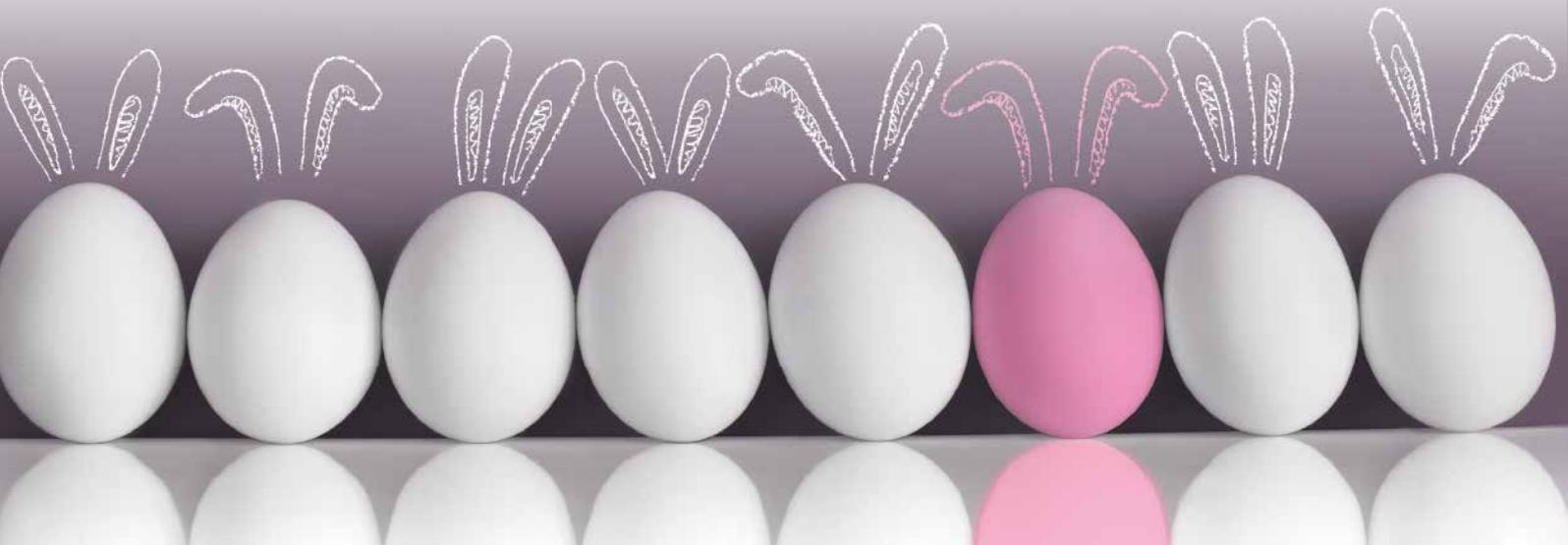
Doch das Neue kann man auch immer wieder im ganz Klei-

nen entdecken. Zum Beispiel, wenn man den Frühjahrsputz zum Anlass nimmt, mal ein bisschen umzuräumen. Oder wenn man das persönliche Rezeptbuch um ein paar Gerichte bereichert, an die man sich bislang nicht range-
traut hat.

Allerdings: Genauso wichtig wie die Möglichkeit, das Neue zu entdecken, ist es, die Vorzüge des Bestehenden zu schätzen. So bleiben wir gerne offen für Innovation und Wandel. Aber gleichzeitig bleiben wir ebenso gerne unserem wichtigsten Ziel verpflichtet – und zwar ganz unverändert: Unseren Mieterinnen und Mietern eine hohe Wohn- und Lebensqualität zu ermöglichen.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Frühlingsanfang, besinnliche Ostertage und viel Freude mit der aktuellen Ausgabe unserer WohnIdee.

Ihre SÜDHEIDE eG



Unser Notdienstservice:

Leider kann es immer mal vorkommen, dass ein technischer Notfall schnelles Handeln erfordert. Für solche Fälle gibt es rund um die Uhr die Notdienst-Nummer der SÜDHEIDE eG:

0179/39 56 140

Nutzen Sie diesen Service aber bitte nur, wenn ein echter Notfall vorliegt. Andernfalls müssen wir Ihnen die entstandenen Kosten in Rechnung stellen.

Notfälle sind:

- Totalausfall der Heizung bei Minustemperaturen
- Rohrbruch
- Stromausfall in der gesamten Wohnung oder im gesamten Haus
- Rohrverstopfung mit Überschwemmungsgefahr

Die Verstopfung eines Waschbecken-, Bade- oder Duschwannenabflusses sowie die laute Musik des Nachbarn stellen keinen Notfall dar!

Bei Nichterreichen des Mitarbeiters sprechen Sie bitte Ihr Anliegen auf den Anrufbeantworter. Dieser wird ständig abgehört.

Alle anderen Mängel können nach wie vor während der Geschäftszeiten per Telefon, E-Mail oder persönlich in unseren Geschäftsräumen besprochen werden.

Öffnungszeiten:

Montag 9 - 12 und 14 - 16 Uhr
Dienstag 9 - 12 und 14 - 16 Uhr
Donnerstag 9 - 12 und 14 - 18 Uhr
Freitag 9 - 12 Uhr
(oder nach Vereinbarung)



Inhalt



SÜDHEIDE aktuell

Umstellung der Verwaltungssoftware	04
Umbau unsres Foyers	05
Unterstützung für Flüchtlinge	16
Mitarbeiter im Portrait	17



SÜDHEIDE wohnen & leben

WohnIdee - Tierische Ostern	06 - 09
Mieter-Info - Rauchwarnmelder	11
Ostern ohne Eiersuchen	12 - 13
Richtig Heizen und Lüften	14 - 15



SÜDHEIDE lebenswert

Rückblick Mieterfahrt nach Osnabrück	04
Veranstaltungen	10
„Omas Tipp“	16
Rezepte rund um die Erdnuss	16
Kinderseite	22
Rätseln und gewinnen	23

Impressum

Herausgeber: SÜDHEIDE eG Wohnungsbaugenossenschaft
Groß-Hehlener-Kirchweg 5 | 29223 Celle
Telefon: 05141/594-0 | Telefax: 05141/594-11
www.suedheide.de | E-Mail: info@suedheide.de

Ausgabe: März 2016

Auflage: 3.000 Stück

Verantwortlich für den Inhalt: Michaela Gehl, Hartmut Kynast

Konzept, Text, Gestaltung, Realisation:

Media Verlag Celle GmbH & Co. KG | Hunäusstr. 7 A | 29227 Celle

Umstellung der Verwaltungssoftware

Es gehört zu unseren wichtigsten Anliegen, technisch auf dem neuesten Stand zu bleiben. Das bezieht sich natürlich vor allem auf die Objekte, die sich in unserem Bestand befinden und die ihren Mieterinnen und Mietern höchste Wohnqualität bieten sollen. Aber es bezieht sich auch auf die Infrastruktur, in der wir selbst arbeiten.

Deshalb haben wir kürzlich unsere Verwaltungssoftware auf eine neue, leistungsstärkere Lösung umgestellt. Die größte Herausforderung dabei: Die Übernahme der Da-

ten aus dem vorigen System. Wir haben uns dieser Aufgabe mit höchstmöglicher Sorgfalt gewidmet, können aber nicht ausschließen, dass sich dabei der eine oder andere Fehler eingeschlichen hat.

Wir bitten Sie daher, uns Bescheid zu geben, wenn in Ihren Unterlagen Daten erscheinen, die nicht mehr korrekt sind. Wir ändern die entsprechenden Angaben dann unverzüglich manuell und aktualisieren das neue System. Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Rückblick Mieterfahrt

Osnabrück von seinen schönsten Seiten

Unsere letzte Mieterfahrt führte die Teilnehmer am 3. Dezember 2015 in die Stadt, in der einst nach 30 Jahren Krieg der Frieden geschlossen wurde – nach Osnabrück. Auf dem Programm standen eine Stadtführung und ein Besuch des Weihnachtsmarktes in der ehrwürdigen Kulisse der Altstadt.

„Wie wird das Wetter?“ lautete wie bei jeder Mieterfahrt die wichtigste Frage. Mit einer Antwort, die die Stimmung von vornherein steigen ließ. Denn die Exkursion fiel auf einen wahren Prachttag. Von An- bis Abreise genossen alle die herrlichsten Bedingungen.

Die Stadtführung war informativ und erfüllte alle Erwartungen, die man an einen geschichtsträchtigen Ort stellt. Nach dem gemeinsamen Mittagessen hatte jeder die Chance, Stadt und Weihnachtsmarkt auf eigene Faust zu erkunden.

Am Ende des Tages war allen Gesichtern die Begeisterung abzulesen – und alle Daumen gingen eindeutig nach oben für eine durch und durch gelungene Fahrt.

OSNABRÜCK 

DIE | FRIEDENSSTADT



Umbau unseres Foyers

Der Frühling ist die perfekte Jahreszeit für Erneuerungen. Das nehmen auch wir in diesem Jahr ernst und gehen eine größere Baumaßnahme an: Die Umgestaltung unseres Foyers. Momentan befinden wir uns in Angebotsverhandlungen, nach der Vergabe der Leistungen werden wir einen detaillierten Bauzeitenplan entwickeln.

Fest steht aber jetzt schon, dass es in Frühjahr 2016 zu baustellenbedingten Einschränkungen kommen wird. So wird

beispielsweise der Empfangsbereich zwischenzeitlich verlegt werden müssen.

Wir bitten darum, eventuelle Unannehmlichkeiten zu entschuldigen. Und versprechen, uns kein Beispiel am Berliner Flughafen zu nehmen, sondern unsere Maßnahme zügig und zielstrebig zu realisieren – um unsere Besucher schon bald wieder in einem neuen Foyer empfangen zu können, auf das wir uns schon riesig freuen!







Wohn Idee

In einer Ausgabe, die zu Ostern erscheint, gibt sich das Thema der Wohn- und Dekorationsideen gewissermaßen fast selbst vor: Ostern. Da einschlägige Geschäfte mittlerweile schon ab Januar ihr Sortiment auf dieses Fest umzustellen scheinen, ist ein Mangel an kommerziellen Angeboten in dieser Angelegenheit eher nicht zu erwarten. Aber wie viel schöner ist es, selbst Hand anzulegen und das Osterfest mit Akzenten aus der eigenen Manufaktur zu veredeln.

Wir haben uns entschieden, unsere Ostern dieses Mal mit Tieren zu bevölkern. Ganz klassisch mit einem Hasen, der natürlich dazugehört und hier auf faszinierende Weise aus einem quadratischen Blatt Papier hergestellt wird. Und dann weniger klassisch als vielmehr niedlich mit Ostereiern, die einen kleinen Zoo für sich bilden. Außerdem gibt's für unsere Hobbygärtner ein paar Tipps zur festtauglichen Blume: Der Osterglocke.

Wir wünschen viel Spaß beim Basteln und schöne Ostertage im Kreis der Lieben!

Bunt kann jeder – Tier ist Trend!

Eier einfach nur bunt zu färben, erfordert nur ein wenig Fantasie. Wer sich dieses Mal so richtig austoben möchte, folgt unserer Idee und verwandelt den osterlichen Frühstückstisch in einen charmanten Kleintierzoo. Wir geben hier drei Beispiele, die aber nur zeigen sollen, dass die Möglichkeiten schier unbegrenzt sind.



Der Oster-Papagei

Das Ei bunt färben, mit einem Filzstift Augen drauf malen, einen Schnabel aus Filz draufkleben und – das macht die eigentliche

Pracht aus! – bunte Federn (aus dem Bastelladen) von hinten aufs Ei kleben.

Die Oster-Maus

Für eine süße kleine Maus muss das Ei (ein weißes) gar nicht gefärbt werden. Man klebt einfach zwei runde Filzkreise als Ohren drauf und nutzt Filzstift und Fäden für Augen, Mund und Mäusebart.

Das Oster-Schweinchen

Ein bisschen Glück gehört in jeden Osterkorb. Das Ei pink färben, einen kleinen gelben Filzkreis als Schnauze aufkleben. Mit einem Edding zwei Äuglein malen und zwei Nasenlöcher auf die Schnauze.

Osterglocken selber pflanzen

Für viele gehört sie zum Fest dazu wie das Ei: Die Osterglocke beansprucht diese Stellung ja auch schon mit ihrem Namen. Wer Zugriff auf ein Beet hat oder sogar über einen eigenen Garten verfügt, kann diese Blume gut mit einplanen, denn sie gehört zu den wirklich pflegeleichten Kandidaten. Hier die wichtigsten Tipps.

Pflanzen

Die Zwiebeln der Osterglocke werden im September oder Oktober eingesetzt. Dabei als Faustregel beachten, die Zwiebeln in einer Tiefe einzusetzen, die ihrer dreifachen Länge entspricht. Also eine 7 Zentimeter lange Zwiebel in 21 Zentimeter Tiefe einsetzen.

Pflegen

Die Osterglocke braucht kaum Pflege. Nach ihrer Blühzeit stärkt man sie, indem man sie etwas düngt und die

abgestorbenen Blüten abschneidet. Übrigens werden die Blätter im Laufe des Jahres etwas unansehnlich. Sie sollten trotzdem an der Pflanze verbleiben.

Wiedersehen

Die Osterglocke blüht Jahr für Jahr wieder. Dabei teilen sich die Zwiebeln und ermöglichen, alle drei bis vier Jahre die Knollen zu trennen, um weitere Stellen des Gartens unter die Glocke zu bringen.

Wer braucht schon Papiertiger?

Origami, die Kunst, kleine Objekte aus Papier zu falten, ist sogar älter als das Papier. Bevor dieses in China erfunden wurde, nutzte man bereits Stoffe oder andere Materialien zum gekonnten Falten.

Ausgangsbasis für unseren Osterhasen ist ein quadratisches Blatt Papier, mit einer Kantenlänge von zum Beispiel 10 Zentimeter. Alte Origami-Hasen nutzen ein Blatt, dessen Vorder- und Rückseite verschiedene Farben haben. Die Idee haben wir auf der Website familie.de gefunden, wo auch ein Video zu sehen ist, das ganz bestimmt hilfreich ist: <http://www.familie.de/diy/origami-hase-falten-anleitung-944813.html>

Und los geht's!

1. Die Außenkanten jeweils aufeinanderfalten und wieder öffnen, so dass das Blatt vier Quadrate zeigt.
2. Jetzt die Außenkante links und rechts jeweils bis zur Mitte falten und wieder öffnen.
3. Die untere Außenkante zur Mitte falten, beide Ecken dieser Kante zur Mitte falten, alles wieder öffnen.
4. Beide Ecken aufeinanderlegen, falten und wieder aufklappen.
5. Die Kanten (wie in Schritt 2) zur Mitte falten.
6. Die unteren Ecken an den entstandenen Falzkanten nach oben drücken.
7. Die gefalteten Ecken nach hinten umklappen und Papier mit der Öffnung nach oben drehen. Die eingeklappten Ecken erneut zur Mitte falten.
8. Umdrehen und den jetzt entstandenen Hasenkopf nach hinten umklappen.
9. Nun die Hasenschnauze: Dafür die Spitze des Kopfes nach hinten umklappen.
10. Das Papier in der Mitte zumsammenklappen.
11. Den Kopf vorsichtig an den Ohren nach oben ziehen und festdrücken.
12. Das Hinterteil des Hasen in Richtung Kopf falten, bis die obere Ecke auf Höhe der Schnauze ist.
13. Wieder öffnen und hintere Kante an der gerade gefalteten Markierung nach innen klappen.
14. Für die Füße: Untere Kante an beiden Seiten nach innen falten.
15. Die Ohren nach vorne klappen und vorsichtig aufstellen, indem man mit dem Finger das Ohr innen etwas öffnet.



VERANSTALTUNGEN



Zwischen Mittag und Kaffee: Frauenschicksale im Celler Schloss

Von Herzogin Anna von Nassau bis Königin Caroline Mathilde – das Celler Schloss beherbergte in seiner langen Geschichte starke Frauenpersönlichkeiten, an die eine besondere Führung am 2. April 2016 erinnert und dazu einlädt, an diesem Samstag die Zeit zwischen Mittag und Kaffee zu nutzen – denn die etwa einstün-

dige Veranstaltung beginnt um 14:30 Uhr.

Ort der Führung ist das Residenzmuseum im Celler Schloss. Der Eintritt beträgt 9 Euro. Es wird empfohlen, sich für diesen Termin anzumelden: Tel. 05141/9090850 (Di bis So 10.00-16.00 Uhr) oder www.celle-fuehrungen.de



Vorschau Mieterfahrt Im Dezember geht's nach Münster!

Nachdem wir letztes Jahr Osnabrück erkundet haben, liegt es nahe, auch die zweite Stadt ins Visier zu nehmen, in der 1648 mit dem Westfälischen Frieden der 30-jährige Krieg beendet wurde. Deshalb führt uns unsere winterliche Mieterfahrt am 8. Dezember 2016 nach Münster.

Bei der Stadtführung ist eine Vielzahl architektonischer

Meisterwerke zu bestaunen, denn Münster verfügt über einen faszinierenden Bestand historischer Gebäude. Nach dem gemeinsamen Mittagessen besteht die Möglichkeit, auf dem Weihnachtsmarkt zu bummeln und die ganz besondere Kulisse zu genießen.

**Anmeldungen bitte an Brigitte Brosda:
brosda@suedheide.de oder unter 051 41 - 59 414**

Mieterfest „Rautenkranz“ Ende August steigt die Party!

Der Slogan der SÜDHEIDE eG lautet: „Gut wohnen. Besser leben.“ Und zur hohen Lebensqualität gehört definitiv das Feiern – am besten innerhalb der starken Gemeinschaft. Wir freuen uns schon auf das nächste Mieterfest – am 27. August in der Rautenkranz-Wohnanlage. Ab 14 Uhr erwartet uns ein Nachmittag voll

interessanter Gespräche und gemeinsamer Aktivitäten.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Wer Salate oder Kuchen mitbringen möchte, koordiniert sich bitte vorab mit Brigitte Brosda: brosda@suedheide.de oder unter 051 41 - 59 414



Warum brauchen Sie Rauchwarnmelder?

Seit Januar sind sie Pflicht in Niedersachsen: Die Rauchwarnmelder im Wohnbereich. Für ihre Installation gibt es gute Gründe, denn noch immer sorgen Wohnungsbrände in Deutschland jährlich für hunderte Tote und tausende Verletzte. Besonders heikel: Jeder dritte Brand bricht nachts aus und überrascht damit die Bewohner der Wohnung im Schlaf.

Um die höchstmögliche Sicherheit in unserem Wohnbestand zu gewähren, haben wir Rauchmelder in Schlaf- und Kinderzimmern installiert sowie in Bereichen, die im Brandfall als Fluchtwege genutzt werden müssen, wie zum Beispiel Flure. An dieser Stelle möchten wir Ihnen einige wichtige Hinweise zum Thema geben.

Prüfung der Warnmelder

Die regelmäßige Prüfung der installierten Rauchwarnmelder gehört zum Service des Anbieters und muss nicht durch die Mieter erfolgen. Selbstverständlich können Sie aber auch jederzeit selbst testen, ob Ihr Rauchwarnmelder funktioniert. Drücken Sie dazu einfach die Benutzertaste des Gerätes, bis das Alarmsignal zu hören ist. Übrigens können Sie mit einem Druck auf diese Taste das Gerät auch abstellen, wenn ein Täuschungsalarm vorliegt, der zum Beispiel durch Wasserdampf verursacht werden kann.

Umnutzung von Räumen

Die Bestückung mit Rauchwarnmeldern muss laufend der aktuellen Nutzung der Räume angepasst werden. Deshalb ist sehr wichtig, dass Sie uns Umnutzungen melden, zum Beispiel, wenn bei Ihnen aus einem Arbeits- ein Kinderzimmer wird.

Ventilatoren

Es ist wichtig zu wissen, dass laufende Ventilatoren die Funktionsfähigkeit der Rauchwarnmelder einschränken. Während Sie schlafen, sollten diese daher ausgeschaltet bleiben.



Was tun, wenn es brennt?

- Verlassen Sie sofort den Brandort. Ziehen Sie nicht erst Ihre Kleidung an, und nehmen Sie auch nicht Ihre Wertsachen mit.
- Bewegen Sie sich bei dichtem Rauch möglichst in Bodennähe. Ein nasses Tuch vor Mund und Nase kann das Atmen erleichtern.
- Rufen Sie so schnell wie möglich die Feuerwehr unter der Nummer **112** an. Nennen Sie Ihren Namen, Ihre Adresse und den genauen Brandort.
- Überprüfen Sie, ob sich noch Menschen im Gefahrenbereich befinden – falls ja, warnen Sie diese.
- Kehren Sie niemals in ein brennendes Gebäude zurück.

Falls es im Treppenhaus brennt

- Bleiben Sie unbedingt in der Wohnung und rufen Sie die Feuerwehr unter der Nummer **112** an.
- Schließen Sie die Türen und dichten Sie diese ab.
- Machen Sie sich am Fenster für die Feuerwehr bemerkbar.

Ostern ohne Eiersuchen

So feiert man in anderen Ländern

In Deutschland denken wir seit einiger Zeit zu Ostern vor allem an den ehemaligen Torwart Oliver Kahn. Denn er hat auf seine unverwechselbare Art und Weise nach einem Spiel in einem TV-Interview klargestellt, worum es hierzulande bei diesem Fest vor allem geht: „Eier!“ trompetete er ins Mikro. „Wir brauchen Eier!“

Das stimmt natürlich. Ohne die vielen hartgekochten, buntbemalten Hühnerzeugnisse, die plötzlich morgens in Wohnungen und Gärten herumliegen und mehr oder weniger gut versteckt sind, wäre das Osterfest bei uns nicht denkbar. Doch ist es nicht wie mit dem Leben selbst? Stellt man sich nicht manchmal die Frage, ob das schon alles sein soll? Oder ob es da nicht noch viel mehr geben müsste?

In diesem Fall geben wir mal Entwarnung. Denn da ist tatsächlich so viel mehr, wie ein kleiner Osterspaziergang rund um den Globus zeigt. Vielleicht ist ja für Sie die eine oder andere Anregung für ein Last-Minute-Ticket dabei – ins Osterland, das Ihnen am besten gefällt.

Alter Finne!

Das waren die zwei Worte, die einst Lena Meyer-Landrut ausrief, bevor sie plötzlich nur noch Lena hieß. Sie wollte damit Ihre Fassungslosigkeit über den Sieg in der deutschen Vorentscheidung Ausdruck geben und ihrer Vorfreude auf Oslo, wo die Hauptrunde stattfinden würde, was allerdings in Norwegen liegt. Seien wir jetzt aber nicht nachträglich kleinlich, schließlich hat Lena das Ding ja gewonnen. Zurück zu Finnland. Denn falls Sie auch zu denjenigen Menschen gehören,

die gerne aus heiterem Himmel von links oder rechts sanft mit einer Birkenrute gepeitscht werden, sind Sie hier absolut richtig. Mit diesem Brauch gedenkt man dort zu Ostern den Palmwedeln, die Jesus in Jerusalem empfangen.

Vielleicht ist es kein Wunder, dass in diesem Land einst das Mobiltelefon erfunden wurde – manchmal kann es nicht schaden, mit etwas Abstand miteinander zu kommunizieren.

Ein Wässerchen für die Liebe

Zaubertrank kennen wir eigentlich nur von Asterix und Obelix, den unbeugsamen Galliern. Aber es gibt eine weitere bemerkenswerte Variante eines magischen Gebräus – und sie hat mit Ostern zu tun, weshalb sie in unseren Bericht gehört. Das sagt übrigens schon ihr Name. Das Wundergetränk heißt Osterwasser, ist in Schweden zu finden und hilft dort Liebenden, die angehimmelten Kandidaten rumzukriegen.

Und so funktioniert's: Man begeben sich zur Nachtzeit an eine Quelle im Wald und schöpfe deren Wasser. Gelingt dies, ohne dass ein einziges Wort während der kompletten Exkursion gesprochen wird, ist Teil 1 der Aufgabe erledigt. Es folgt Teil 2: Man besprenkele die anvisierte Person mit diesem kühlen Nass – und schon macht's paff! Und man kann dazu übergehen, Brautkleid und Hochzeitsanzug auszuwählen.



Kopf hoch!

Wer denkt, dass bunte Eier und Osterhasen eher nicht in exotischeren Gefilden anzutreffen sind, kann sich auf den Philippinen gleich mal vom Gegenteil überzeugen. Wenn man dann allerdings denkt, hier wäre ja doch alles wie zu Hause, und schon beginnt, die lange Reise zu bereuen, dann warte man mal darauf, bis Ostersonntag die Glocken läuten! Das nämlich ist der Moment, in dem ein anderer Brauch zum

Tragen kommt – und das ist in diesem Fall ziemlich wörtlich gemeint. Sobald der Schall der österlichen Glocken zu vernehmen ist, werden die Kinder am Kopf hochgehoben. Man geht nämlich davon aus, dass das ihr Wachstum fördere.

Wie schön, wenn man so mit der einen oder anderen europäischen Wirtschaft verfahren könnte.

Kommt ein „Zwängerle“ geflogen

Bleiben wir am Ende doch noch mal beim Eiersuchen. Dagegen ist ja überhaupt nichts einzuwenden, nur wird sich manches Kind die völlig berechnete Frage stellen: Wofür suche ich eigentlich diese vielen Eier, die ich später doch nicht alle selber essen darf?

Super geschlossen, Kind, ab in die Schweiz mit dir! Denn hier

gibt es die Lösung: Das sogenannte „Zwängerle“. Eine wirklich schöne Wette zwischen Jung und Alt. Das Kind streckt ein Osterei einem Erwachsenen entgegen. Dieser wirft ein Zwanzigrappenstück in Richtung Ei. Bleibt's stecken, gehen Ei und Geld in den Besitz des Werfers über. Fällt's runter – und gut informierte Quellen beteuern, dass dies oft genug geschieht – klingelt die Jackpot-Melodie auf dem Taschengeldkonto des Kindes.

Richtig Heizen und Lüften

Schnell und einfach Schimmelbildung vermeiden und Energie sparen!



So entsteht Schimmel

FEHLER, die Schimmel verursachen können:

- zu wenig lüften
- beim Verlassen der Wohnung die Heizung herunterdrehen
- Räume auskühlen/ungeheizt lassen
- Thermostatventil mit Möbeln oder Vorhängen verdecken

GEFAHREN bei falschem Heizen und Lüften

- Verschlechterung des Raumklimas
- Förderung der Schimmelbildung
- Gefährdung der eigenen Gesundheit (Allergien)
- Risiko: Schaden an Möbeln und am Bauwerk

TIPPS zur Vermeidung von Schimmel

- dreimal täglich Stoßlüften
- Raumtemperatur möglichst konstant halten
- Raumluft muss zirkulieren können (Möbel sollten einen Abstand von ca. 5 cm zu Wänden und Heizkörpern haben)
- während des Lüftens das Thermostatventil herunterdrehen

Empfehlung für richtiges Lüften

- ✓ 3x täglich Stoßlüften (mit Durchzug) ♦ 2 min
- ✓ 3x täglich Stoßlüften (ohne Durchzug) ♦ 3 min
- ✗ Kein Kipplüften!

- i Durch Kipplüften ...
 - kühlt die Wohnung aus
 - verschwendet man Energie
 - verursacht man hohe Heizkosten
 - fördert man die Schimmelbildung



So entsteht Feuchtigkeit im Haushalt



Schlafen



Wannenbad



Kochen



Wäsche trocken



Duschen



12 l pro m²

Feuchtigkeitsabgabe einer vierköpfigen Familie pro Tag



Empfehlung für richtiges Heizen



- Wohnzimmer ♦ 21°C
- Kinderzimmer ♦ 21°C
- Schlafzimmer ♦ 18°C
- Küche ♦ 18°C
- Badezimmer ♦ 24°C

Das Thermostatventil an Ihrer Heizung

Es ist wichtig, die richtige Einstellung des Thermostatventils zu wählen. Es regelt selbstständig die Raumtemperatur. Unsere Empfehlung ist die goldene Mitte.



Unterstützung für Flüchtlinge

Die SÜDHEIDE eG hat eine Geschichte, die verpflichtet. Denn unsere Genossenschaft wurde einst vom Bund der Vertriebenen gegründet, sodass uns die aktuelle Situation der Flüchtlinge in besonderem Maße angeht.

Wir stehen zu dieser Verpflichtung, indem wir an einigen Standorten Flüchtlingsfamilien aufgenommen haben. Ein erstes Fazit fällt sehr positiv aus. Nicht nur, weil sich das Zusammenleben als völlig unproblematisch erweist, son-

dern auch, weil die Mitbewohner in einigen Gebäuden aktive Hilfe leisten und die Flüchtlinge dabei unterstützen, ihren ungewohnten neuen Alltag so gut wie möglich zu meistern.

Dieses Engagement freut uns. Denn es spiegelt wider, warum es im Kern unserer Wohnungsbaugenossenschaft immer schon gegangen ist: Den guten Geist einer funktionierenden Gemeinschaft.

„Omas TIPP“

Von wegen Schäfchen zählen

Als wir neulich spätabends am Haus vorbeifuhren, in dem Oma wohnt, trauten wir unseren Augen nicht. Hinter dem Fenster ihres Schlafzimmers leuchtete rotes Licht, sodass wir vermuten mussten, Oma wäre heimlich umgezogen und hätte ihre hübsche Wohnung an ein einschlägiges Etablissement weitergegeben. Zum Klingeln schien es uns aber dann doch zu spät zu sein. Des Rätsels Lösung musste auf den nächsten Tag verschoben werden.

„Ihr habt wohl noch nie etwas von Melatonin gehört, ihr Stümper?“ flötete Oma vergnügt aus dem lautgestellten Telefon, um das wir uns versammelt hatten und nun etwas ratlos aus der Wäsche schauten. Doch dann klärte sich alles auf. Oma arbeitet zur Zeit daran, Ihren Schlaf zu optimieren – und zieht echt alle Register, die ihr dabei helfen.

Mit dem roten Licht hat es also folgende Bewandnis: Im Gegensatz zu unserem normalen (blauen) Zimmerlicht blockiert rotes nicht die Produktion von Melatonin, dem Hormon, das für unseren Schlaf hauptverantwortlich ist. Wenn Oma also altersbedingt nachts mal kurz raus muss, ist es, als würde sie einfach weiterschlafen.



Eine weitere Methode, sich auf den bevorstehenden Schlaf einzustellen, ist, in der Stunde vor dem Einschlafen Ritualen nachzugehen, die Abend für Abend die gleichen sind. Auch ein Glas warme Milch mit Honig kann Wunder wirken. Aber wenn mal alle Stricke reißen und sie trotzdem aufwacht mitten in der Nacht? „Dann“, sagt sie, „mache ich mein neues rotes Licht an und denke an etwas Schönes. Und eins ist sicher: Mit Schafen hat das nichts zu tun!“ Und wir dachten immer, Oma wär ein Unschuldslamm!

Was sind die Dinge, ohne die Sie niemals unterwegs sind?

Jetzt könnte ich mir natürlich eine total originelle Antwort ausdenken. Aber ich bin lieber ehrlich, denn es sind die Dinge, auf die wahrscheinlich die allermeisten von uns nicht verzichten können. Brille, Schlüssel, Handy und Portemonnaie.

Welche Figur wären Sie, wenn das Leben ein Märchen wäre?

Definitiv die Hexe! Denn mich fasziniert die Vorstellung, dass man magische Kräfte einsetzen kann. Natürlich immer für das Gute, das versteht sich von selbst.

Womit macht man Ihnen eine Freude?

Mit jeder Begegnung, aus der man mit positiver Energie geht, die einem hilft, die Herausforderungen des Alltags zu meistern.

Und Ihre Freizeit widmen Sie...?

Büchern. Ich bin, was man eine „Leseratte“ nennt. Ich finde es großartig, auf diese Weise Welten kennen zu lernen, zu denen man sonst wahrscheinlich keinen Zugang hätte. Jedes Buch ist eine ganz persönliche Bereicherung!

Wo geht's hin im nächsten Urlaub?

Da muss ich noch mal zu der Figur der Hexe zurückkommen. Die ist so eng mit dem Harz verbunden wie ich. Und deshalb fahre ich wie immer nach Bad Lauterberg.

Was tun Sie für die Umwelt und Ihr Umfeld?

Ich gehe davon aus, dass wir mit kleinen Dingen beginnen müssen, um große Ziele zu erreichen. Für mich bedeutet das zum

Beispiel, dass ich den Müll sorgfältig trenne, um Wertstoffe im Abfallkreislauf zu halten.

Wo liegen Ihre Stärken, was sind Ihre Schwächen?

Ich koche sehr gerne und würde sagen, dass hier ein ziemlicher Pluspunkt liegt. Zumindest schmeckt es immer allen gut. Die Probleme fangen an, wenn ich den Kochlöffel gegen einen Pinsel tauschen soll. Denn Malerarbeiten zählen eher nicht zu den Fähigkeiten, mit denen ich mich aufdrängen würde.

Haben Sie ein Lieblingsbuch?

Ein Lieblingsspiel?

Kein einzelnes Buch, eher eine Reihe. Ich bin begeistert von den verschiedenen Bänden der „Wanderhure“. Im Bereich Spiel hänge ich an einem Klassiker: Kniffel. Davon kann man nie genug bekommen. Erster Wurf: Zwei Fünfen, eine Vier, eine Drei, eine Eins. Geht man jetzt auf Kleine oder Große Straße? Oder auf Fünfer? Immer wieder spannend!

Sie kochen gerne. Was essen Sie am liebsten?

Da habe ich drei Antworten: Pasta, Pasta und Pasta! Ich mag sie nämlich in allen Varianten – und ich mag sie am liebsten, wenn sie selbst gemacht ist!

Ihr schönstes Erlebnis bei der SÜDHEIDE eG?

Da muss ich nicht lange nachdenken! Das war der Betriebsausflug nach München auf das Oktoberfest. Wirklich klasse, in einer so vertrauten Gruppe aus dem Norden mal das Spektakel aus dem Süden zu erkunden.



SÜDHEIDE GANZ NAH
Brigitte Brosda Leiterin Kundenberatung





Sagen Sie nicht, es wären nur Peanuts!

Rezepte rund um die Erdnuss

Manchmal lässt sich die große Welt der Küche unter einer kleinen Schale entdecken. Zum Beispiel, wenn diese eine Erdnuss zum Vorschein bringt.

Wir alle kennen die Erdnuss. Geröstet und gesalzen als unerlässliche Nervennahrung beim Länderspiel oder beim „Tatort“. Oder ein bisschen aufgeschäumt als „Locke“ oder „Flips“. Doch damit kennen wir eigentlich nur die Nebenrollen dieser faszinierenden Nuss. Denn sie ist durchaus in der Lage, einen bestimmenden Platz in der Küche einzunehmen, wie unser kleines, diesmal ein bisschen exotisch ausgefallenes, Erdnuss-Menü zeigt.

Wir wünschen guten Appetit!

Thai-Salat

Die Kombination aus fruchtiger Süße, würziger Schärfe und den Röstaromen der Erdnüsse prägt diese Vorspeise, die nicht nur sehr lecker, sondern auch ganz einfach zuzubereiten ist.

Zunächst das Dressing anrühren: Limettensaft und Sojasauce verquirlen, den Zucker darin auflösen. Die Chilischote entkernen und ganz fein hacken, dann untermischen. Abschließend das Öl unter festem Rühren zugeben, bis es einheitlich eingearbeitet ist. Bei Bedarf mit Salz abschmecken (hängt ab von der Salzigkeit der gewählten Sojasauce).

Die Erdnüsse auf Backpapier platzieren und im vorgeheizten

Ofen (180°, Umluft) etwa 10 Minuten rösten. Zwischendurch wenden. Sobald sie zu duften beginnen, zum Abkühlen beiseite stellen.

Die Mango schälen und entkernen, das Fruchtfleisch würfeln. Die Paprika entkernen und in Streifen schneiden, die Möhre schälen und zu feinen Stäbchen verarbeiten. Den Feldsalat gut waschen und trockenschleudern. Die Frühlingszwiebeln in schmale Ringe schneiden. Die Minze in Stücke zupfen.

Alle Salatzutaten in einer Schüssel mischen, das Dressing dazugeben und die Portionen beim Servieren mit den gerösteten Erdnüssen überstreuen.

Zutaten Für 4 Personen:

75 g Erdnüsse (ungesalzen)	100 g Feldsalat
Saft von 2 Limetten	1 Möhre
1 EL Sojasauce	1 rote Paprika
1 EL Erdnussöl	1 Mango
1 EL Zucker	3 Frühlingszwiebeln
1 Chilischote	1 Bund frische Minze
(Schärfe nach persönlicher Vorliebe)	Salz





Erdnuss-Sauce (für Wok-Gemüse)

In diesem Fall kümmern wir uns nur um die Sauce. Sie kann spielend leicht jedem Wok-Gemüse die Krone aufsetzen, auch wenn Tofu oder Geflügel dabei mit im Topf ist. Heißt: Einfach die Lieblings-Mischung an Zutaten durchgaren und dann die Sauce dazugeben.

Die Erdnüsse rösten: Im Ofen wie im Vorspeisen-Rezept oder in einer Pfanne unter großer Hitze und ständigem Rühren. Kurz abkühlen lassen, dann in einer Küchenmaschine oder per Hand fein hacken zu einem Gries.

Den Zucker und das Öl in eine Pfanne geben. Unter Rühren erhitzen, bis der Zucker karamellisiert. Die Erdnussmasse hinzufügen, gut weiterrühren, damit nichts ansetzt. Mit der Kokosmilch ablöschen.

Sojasauce und Sambal Oelek untermischen und die Sauce auf milder Hitze einköcheln, bis sie sämig wird.

Zutaten

Für 4 Personen:

1 EL brauner Zucker

1 EL Sambal Oelek

2 EL Sojasauce

100 g Erdnüsse (ungesalzen)

400 ml Kokosmilch

1 EL Erdnussöl

Back-Banane mit Erdnuss-Kruste

Der klassische Nachtisch aus dem chinesischen Restaurant, ergänzt um eine Ernuss-Variante.

Zutaten

Für 4 Personen:

4 Portionen

4 Bananen

4 EL gehackte Erdnüsse

1 TL Zimt

1 Prise Muskat, wenn möglich frisch gemahlen

80 ml Orangensaft, wenn möglich frisch gepresst

Butter

Honig

Eine Auflaufform mit Butter einfetten, den Ofen auf 180° (Umluft) vorheizen.

Die Bananen schälen, halbieren und jeweils mittig in zwei Teile schneiden. Mit der flachen Seite nach unten in die Auflaufform legen. Den Orangensaft dazugeben.

Die gehackten Nüsse mit Zimt und Muskat mischen und über die Bananenteile streuen.

Im Ofen ca. 15 Minuten backen (bis die Bananen beginnen braun zu werden). Nach 10 Minuten Honig über die Bananen geben.

Sehr gut servierbar mit einer Kugel Eis - zum Beispiel Schokolade.



Wir würden uns freuen, wenn auch Sie uns mal in Ihre Töpfe gucken lassen. Schicken Sie uns Ihr Lieblingsrezept für die nächste WohnIdee-Ausgabe!

Liebe Kinder!

Dass Ostern eine Zeit des Malens ist, wisst ihr ja schon wegen der vielen Eier, die ihr bunt macht. Aber auch unser Hase und unser Küken möchten etwas Farbe haben. Bestimmt könnt ihr ihnen helfen, oder? Viel Spaß beim Malen!



Rätselspaß zum Frühlingsbeginn

RÄTSEL

Es gibt Rätsel, die man nie lösen wird. Zum Beispiel, warum er es einfach nicht lernt, die Zahnpastatube korrekt zu leeren. Oder sie es einfach nicht verstehen will, dass ein Telefonat mit der besten Freundin auch mal unter drei Stunden dauern könnte. Lassen wir diese Fragen also beiseite und kümmern uns um solche, die lösbar

sind. Finden Sie die Antworten und das Lösungswort, schicken Sie letzteres bis zum 25.09.2016 an die SÜDHEIDE eG – mit etwas Glück gehören Sie zu den nächsten glücklichen Fünf, die auf diesem Weg jeweils 20 Euro gewinnen.

Unsere Daumen sind wie immer gedrückt!

1.																			
	2.																		
3.																			
		4.																	
	5.																		
		6.																	
	7.																		
		8.																	

1. Er teilt mit Donald Duck den Vornamen, ist aber reich wie dessen Onkel Dagobert. Außerdem hat er es im amerikanischen Vorwahlkampf geschafft, so ziemlich jede Minderheit zu beleidigen, die es gibt. Sein Nachname?
2. Manchmal ist man einfach reif für die Insel. Das dachte sich wohl auch Bayern Münchens Kulttrainer Pep Guardiola, den es zur nächsten Saison nach England zieht. In welche Stadt?
3. Neulich spielte der Schachweltmeister Magnus Carlsen in Hamburg simultan gegen 70 Gegner. Er gewann 67 Partien und verlor nur eine. Zwei gingen unentschieden aus – aber wie heißt das im Schach?
4. Die letzte Mieterfahrt nach Osnabrück war begünstigt durch das hervorragende Wetter. Das gönnen wir natürlich auch der nächsten am 28. April. Aber wohin geht's noch mal?
5. Noch eine kleine Frage in eigener Sache. Demnächst baut die SÜDHEIDE eG einen Bereich im eigenen Gebäude um. Welchen? (Kleiner Tipp: Magazin durchblättern!)
6. Ein kleines Dorf in Schleswig-Holstein mit nicht mal 2.000 Einwohnern bekommt einmal im Jahr über 70.000 Besucher, weil hier das weltgrößte Metal-Festival stattfindet. Wo ist das?
7. Bauen ist gut, fertig werden ist besser. Deshalb drückt ganz Hamburg die Daumen, dass es mit der Eröffnung eines Prestigegebäudes im Januar 2017 klappt. Welches Gebäude?
8. Kürzlich bewiesen Messungen die Existenz der sogenannten Gravitationswellen. Vorhergesagt hatte sie 100 Jahre früher ein genialer Physiker in seiner Relativitätstheorie. Sein Nachname?

Die Gewinner vom letzten Mal
 Letztes Mal haben – passend zur Vorweihnachtszeit – nach dem Lösungswort „Zimtstern“ gesucht. Neben vielen anderen haaben es auch unsere glücklichen Gewinner gefunden und sich jeweils 20 Euro gesichert:
 Gabriela Steffen | Celle, Marianne Tschirner | 29336 Nienhagen,
 Wolfgang Brandes | Celle, Wilfried Zentile | Celle, Monika Müller | Celle
Herzlichen Glückwunsch!

Wir behalten uns das Recht vor, Namen der Gewinner in der nächsten Ausgabe unserer WohnIdee zu veröffentlichen.

✂

Lösungswort: _____

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Nun alles in einen Briefumschlag und abgeschickt:

SÜDHEIDE eG Wohnungsbaugenossenschaft
 Groß-Hehlener-Kirchweg 5
 29223 Celle

✂



*Die SÜDHEIDE eG
wünscht allen Mieterinnen
und Mietern, Partnern
und Freunden ein
frohes Osterfest!*