GWG HAGEN
WIR sind Zuhause!

# mietermagazin

Das Magazin rund um Ihren WohnRaum

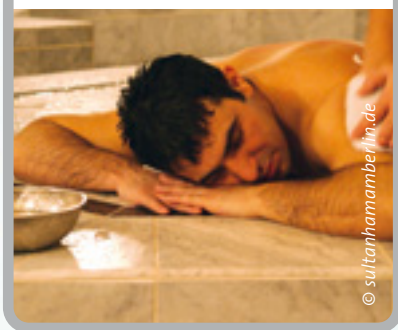
03|2012

SELBERMACHEN

## Weihnachten wie früher:

„Schmucke Klassiker“ selber machen!

FREIZEIT


© sultanhamamberlin.de

## Ab in die Sauna!

Tut gut und macht Laune

MENSCHEN

© deag.de

## Alles im Kasten?

Die Grundausstattung für jeden Heimwerker

## Peter Maffay Stiftung

Mit viel Engagement zum Wohl der Kinder

# WOHNEN
## BEI DER GENOSSENSCHAFT

GWG HAGEN
WIR sind Zuhause!

***Die GWG wünscht allen Mietern und Mitgliedern eine schöne Weihnachtszeit und ein gesundes Jahr 2013!***

# *IN NEUEM GLANZ*

Nach einer kurzen Umbauphase konnten wir am 6. September 2012 den Wehringhauser Hof „Bürger Lunch“ neu eröffnen. In der Lange Straße 108/Ecke Franklinstraße ist es nun hell und freundlich, kaum noch etwas erinnert mehr an die alten Zeiten des Wehringhauser Hofes.
Zur Neueröffnung hatte Fruchtoasis Nübel 5 verschiedenene Gerichte gezaubert, so konnte jeder der 112 Gäste einen guten Eindruck der Speisenvielfalt beim täglichen Mittagstisch erhalten.
Anmeldungen zum Mittagstisch nehmen wir gerne zwischen 12 – 14 Uhr unter der Telefonnummer 3 67 56 92 entgegen, Mitglieder 3,00 – 3,50 Euro pro Gericht, nicht Mitglieder 4,00 Euro pro Gericht.

**Außer der Umgestaltung und Namensänderung gibt es weitere schöne Neuerungen für Sie:**
Herr Jochen Küthe betreut nun 2 – 3 mal in der Woche den Mittagstisch und veranstaltet an jedem ersten Donnerstag im Monat ein Kaffeetrinken. Es gibt von ihm selbstgebackene Kuchen und Torten teilweise mit Programm.
Zusätzlich möchte Herr Küthe mit Interessierten kleine geführte Wanderungen mit Einkehr organisieren. Interessierte können sich telefonisch an der Zentrale am Hüttenplatz oder persönlich anmelden. Entsprechende Aushänge wird es im Bürger Lunch oder in unseren Geschäftsstellen am Hüttenplatz und in Wehringhausen geben.

## Das neue Gesicht am Hüttenplatz

Seit dem 1. Juli diesen Jahres haben wir einen neuen Hausmeister: **Herr Mariano Rodriguez**.
Als Nachfolger von Herrn Schütt und Herrn Lüsse ist er nun für den Hüttenplatz und die Vollbrinkstraße zuständig. Wir freuen uns, ihn in unserem Team Willkommen zu heißen!

# Vorsicht: Taschendiebe!

## Schützen Sie sich vor Langfingern.

Erschreckende Bilanz: 2011 gab es in Deutschland 120.790 Taschendiebstähle – Höchststand seit fast 20 Jahren. Vier von fünf Taten gehen auf das Konto organisierter Profis. Die Polizei warnt vor „reisenden Tätergruppen“ aus Ost- und Südeuropa. Auffällig ist, dass inzwischen fast so viele Diebinnen unterwegs sind wie männliche Täter.

In der Adventszeit haben Langfinger Hochkonjunktur: Auf Weihnachtsmärkten und in belebten Geschäften sind jetzt zahllose Menschen unterwegs – mit prall gefüllten Geldbörsen. Taschendiebe gehen meist zu zweit oder in Teams vor: Sie nutzen das Gedränge, ein Täter lenkt das Opfer ab, ein anderer langt zu. Sekundenschnell sind Geldbörse, Tasche oder Handy entwendet. Um sich zu schützen, sollten Sie folgende Grundregeln beherzigen:

- Nie mehr Bargeld mitnehmen als nötig, EC- und Kreditkarten nur dann, wenn sie gebraucht werden.
- Geld, Ausweis, Bankkarten, Handy etc. möglichst nah am Körper aufbewahren, am besten in einer verschließbarer Innentasche der Kleidung.
- Handtaschen oder Rücksäcke immer verschlossen vorn am Körper tragen.
- Taschen nie außer Acht lassen.
- Im Gedränge ein gesundes Misstrauen wahren, besonders wenn man angerempelt oder angefasst wird.

**Falls Sie trotz aller Vorsicht doch Opfer eines Diebstahls werden, sollten Sie umgehend Strafanzeige bei der Polizei stellen. Lassen Sie sofort alle Bank- und Kreditkarten sowie Ihr Handy sperren. Am schnellsten geht das über die rund um die Uhr erreichbare zentrale Notrufnummer.**

**☎ Notrufnummer: 116 116**

INHALT

## 8 KÜCHE

## Eintopf

SELBERMACHEN
Klassischer Weihnachtsschmuck . . . . . 4

HAUSHALT
Werkzeug Grundausstattung . . . . . 6

REZEPT
Türkischer Linsentopf . . . . 9

RATGEBER
Sicheres Spenden . . . . . 12


**WEITERE THEMEN**


- Freizeit
  Ab in die Sauna!
- Menschen
  Peter Maffay Stiftung
- Rätselspaß
  Finden Sie die Lösung?

# Weihnachten wie früher:

## „Schmucke Klassiker" selber machen!

*Die Adventszeit ist die Zeit der großen Vorfreude, aber auch der kleinen Freuden: Plätzchenbacken, Dekorieren, Basteln – all das macht einfach glücklich. Und natürlich das Schmücken der Wohnung!*

Mit Hingabe verwandeln viele von uns ihr Zuhause in ein Weihnachtswunderland. Doch auch wenn sich über Geschmack nicht streiten lässt – manchmal wäre weniger mehr: Statt also mit bunten Lichterketten, LED-Lichtschlauch und Co. für Hightech-Glamour zu sorgen, darf man sich gern einmal auf stimmungsvolle Schlichtheit besinnen! Wir haben für Sie eine kleine Auswahl selbst gemachten Weihnachtsschmucks zusammengestellt, die doppelt Freude macht: erst das Basteln selbst und dann die tolle Weihnachtsstimmung, die Sie damit zaubern!

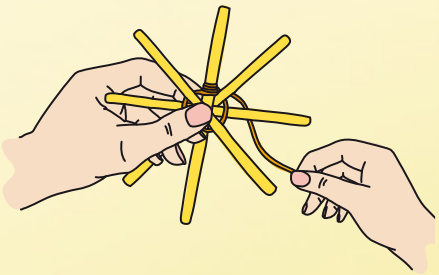
# Natürlich schön: Strohsterne basteln

Eine ruhige Hand, Strohhalme, Schere und Faden – mehr brauchen Sie nicht für die zarten Schmuckstücke: Strohsterne verschönern Adventsgestecke, schmücken das Fenster und natürlich auch den Weihnachtsbaum.

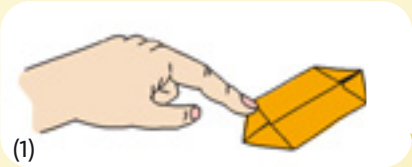
Strohhalme gibt es im Bastelladen. Leichter zu verarbeiten sind sie, wenn sie vor dem Basteln einige Minuten in warmem Wasser einweichen und anschließend glatt und – nicht zu heiß! – trocken gebügelt werden.

Die Grundform ist immer dieselbe: Legen Sie mehrere gleich lange Halme gekreuzt übereinander und binden Sie sie in der Mitte zusammen.

Aus dieser Basisform können Sie nun viele Varianten ableiten. So lassen sich jeweils drei oder vier Halme auf halber Höhe abbinden. Von der Mitte gehen nun nur wenige dicke Strahlen aus, die in viele dünne Strahlen auslaufen. Dicht gebundene Sterne lassen sich durch das Kürzen der Halme auf verschiedene Längen gestalten.



# Fensterschmuck mit Flair: Sterne aus Transparentpapier falten



Unvergleichlich schön: Mit durchscheinenden Sternen aus Transparentpapier an den Fenstern verleihen Sie jedem Raum nostalgisches Weihnachtsflair. Und: Die effektvolle Dekoration ist kinderleicht gebastelt. 16 gleich große Rechtecke aus Transparentpapier (5 x 10 cm sind ein gutes Maß) und ein bisschen Klebstoff genügen!

Jedes Rechteck wird zunächst in der Mitte längs gefaltet, dann wieder geöffnet. Nun alle vier Ecken jeweils zur Mittellinie hin falten (1), Kanten scharf glatt streichen. Anschließend alle vier Ecken erneut zur Mitte hin falten (2), sodass schlanke Rautenformen entstehen. Diese Rauten werden nun übereinanderlappend zusammengeklebt (3) – fertig! Variieren lassen sich die Sterne durch die Kombination unterschiedlicher Farben und Rautengrößen.

# „Recycling" der besonderen Art: Baumschmuck aus Walnussschalen

Vorsichtig geöffnete und unversehrte Walnussschalen sind ein wunderbares Bastelmaterial: Entleeren Sie die Hälften sorgfältig. Anschließend die Schalen lackieren – Gold, Silber oder Weiß sind besonders hübsch. Als Aufhängung sind Schleifenband, kunstvolle Kordeln oder auch schlichter Draht geeignet.

Wichtig: Die Aufhängung muss im Inneren der Nuss eine Verdickung haben, damit sie nach dem Zusammenkleben der Nusshälften nicht herausrutscht.

Wer möchte, verwandelt die Schalen in „Zaubernüsse": Legen Sie vor dem Zusammenfügen der Schalen ein Zettelchen mit guten Wünschen, Gutscheine in Miniformat oder kleine Schokokugeln in die Nusshälften!

# Alles im Kasten?

## Die Grundausstattung für jeden Heimwerker

*Auch wenn man kein passionierter Bastler ist – eine solide Grundausstattung an Werkzeugen braucht jeder. Schließlich ist im Haushalt immer mal wieder Hand anzulegen: Möbel zusammenbauen, Bilder aufhängen, Teppiche verlegen – Selbermachen spart Geld und macht Spaß!*

*Der Frust ist leider vorprogrammiert, wenn im Fall des Falles die Werkzeuge fehlen. Besser also, Sie schaffen sich ein kleines, aber qualitativ hochwertiges Basissortiment an. Was dazu gehört und wofür man welches Werkzeug verwendet? Legen Sie los – wir haben die Werkzeugkiste für Sie gepackt!*

### 1 Kneifzange

Sollen Bilder weichen, müssen auch die Nägel entfernt werden. Da greift die Kneifzange am besten! Natürlich auch, wenn ein neuer Nagel beim Einschlagen zum krummen Ding wird ...

### 2 Kombizange

Clever kombiniert: Der vordere Teil dient zum Greifen, mit dem hinteren Teil lassen sich Drähte abkneifen oder Leitungen abisolieren.

### 3 Flachzange

Mit ihren zwei aufgerauten flachen Backen ist die Flachzange ideal zum Greifen von Gegenständen geeignet.

### 4 Rohrzange

Fest sitzende Verschlüsse oder Ventile sind ein Fall für die Rohrzange. Genau wie verstopfte Abflüsse: Mit dem starken Greifer lässt sich der Siphon leicht abmontieren.

### 5 Cuttermesser

Schneidiger Typ mit vielen Talenten: Teppichböden verlegen, Verpackungen und Kartons öffnen, Schnüre oder Klebeband zerteilen – das Cuttermesser schneidet super ab!

### 6 Hammer

Unverzichtbares Kernstück der Werkzeugkiste: Bilder aufhängen, Möbel montieren – ohne Hammer geht gar nichts!

TIPP!

## Ergänzungen aus dem Haushalt

Legen Sie ein paar kleine Helferlein aus dem Haushalt in die Werkzeugkiste: Mit einer Wäscheklammer aus Holz schützen Sie Ihren Daumen, wenn Sie den Nagel zum Einschlagen an der Wand ansetzen. Ein am Band befestigter Magnet zieht Schrauben oder Nägel an, die versehentlich hinter Schränke oder Regale gefallen sind. Mit einem alten Küchenmesser kann man schnell und einfach etwas abschaben.

## 10 Schlitz- und Kreuz-Schraubenzieher im Set

Schraube locker? Gut, wenn sofort ein Schraubenzieher in der richtigen Größe zur Hand ist. Doch auch zum „Lockermachen“ wird gedreht: Wer ein elektronisches Gerät reparieren will, muss mit dem richtigen Dreh erst mal das Gehäuse öffnen.

## 11 Schraubenschlüssel

Der Schlüsselsatz zum Lösen von Schrauben und Muttern ist ein Muss! Grundausstattung: Ein Satz mit Ring-Maul-Schlüsseln in Standard-Schlüsselweiten zwischen sechs und 32 Millimetern.

## 12 Inbusschlüssel

Gerade für Radler unentbehrlich: Der Schlüsselsatz lässt sich platzsparend verstauen und ist außerhalb der Werkzeugkiste ein nützliches „Bordwerkzeug“.

© gedore.com

© baur.de

## Qualität statt Quantität

Was darf eine überschaubare Anzahl wirklich benötigter Werkzeuge kosten? Experten schwören auf die „100-plus-100“-Formel: Zahlen Sie 100 Euro für Werkzeugkiste und Werkzeug sowie 100 Euro für einen guten Akku-Schrauber.

## 13 Phasenprüfer

Das kann lebenswichtig werden: Wann immer Sie mit Stromleitungen in Berührung kommen könnten, stellen Sie vorab mit dem Phasenprüfer sicher, dass die Kabel keinen Strom führen.

## 14 Zollstock

Maß nehmen ist der erste Schritt der meisten Arbeiten. Dauerhaft korrekt funktioniert das mit einem Zollstock aus Holz – Maßbänder aus Metall können sich im Laufe der Zeit verziehen und ungenau werden.

© antstore.net

## 7 Säge

Wer gern bastelt und mit Holz arbeitet, kommt nicht ohne Säge aus. Bilderrahmen basteln, Fußleisten auf Maß kürzen oder den wackeligen Stuhl ins Gleichgewicht bringen – gesägt, getan!

## 8 Wasserwaage

„Pi mal Auge“ haut selten hin: Mit der Wasserwaage wird’s gerade! Egal, ob ein Bild aufgehängt oder ein Regal montiert wird.

## 9 Akku-Schrauber

Wer öfters werkelt, wird ihn lieben: Mit einem guten Akku-Schrauber spart man viel Zeit und Muskelkraft. Wichtig: Er sollte weniger als 2 kg wiegen und über einen zweiten Akku verfügen.

© Stanley Black & Decker Deutschland GmbH

***Auch wenn sie schwerer und teurer ist:***

Eine Werkzeugkiste aus Metall ist langlebiger als eine Kunststoffkiste, bei der oftmals die Verschlüsse abbrechen.

# Eintopf

## Die köstliche Vielfalt von deftig bis edel.

*In allen Küchen der Welt werden sie heiß geliebt: Eintöpfe sind einfach köstlich! Wenn die unterschiedlichsten Zutaten einträchtig zusammen brodeln, ergibt sich stets ein besonderer Genuss – nicht nur für Freunde der Hausmannskost.*

*Wo in der Welt welche Spezialität besonders beliebt ist, haben wir für Sie zusammengestellt. Und weil Ihnen beim Lesen garantiert das Wasser im Mund zusammenlaufen wird, gibt es ein leckeres Rezept zum Nachkochen gleich dazu.*

***Guten Appetit!***

### Eintopf – was ist das eigentlich genau?

Als Eintopf bezeichnet man sättigende Suppen. Sie sind meist bäuerlichen Ursprungs und werden als vollwertige Mahlzeit serviert. Typische Hauptzutaten sind Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen oder Linsen), Gemüse (Kohl, Möhren oder Kartoffeln) und Getreideprodukte wie Nudeln oder Graupen. Fleisch, Wurst und Speck, oft geräuchert oder gepökelt, reichern den Eintopf zusätzlich an. Gegart werden die Zutaten meist in einer Brühe.

## Bigos

**Gehaltvoller polnischer Krauttopf.**
Schweineschulter, Speck, verschiedene Würste: Sehr fleischlastig und gehaltvoll kommt das polnische Nationalgericht daher! Weißkohl, Sauerkraut und Kartoffeln bilden den pflanzlichen Gegenpart, Trockenpflaumen, Steinpilze und Rotwein sorgen für die besondere Note.

*Smacznego!*

## Cocido de garbanzos

**Spanische Würze macht Appetit.**
Cocido, spanisch für „gekocht", ist der Begriff für alle Arten von Eintopf. Die beliebteste Variante ist der cocido de garbanzos – ein Kichererbseneintopf. Hinein gehört neben Möhren, Kohl und Kartoffeln auch viel Fleisch. Für den charakteristischen Geschmack sorgen Paprikawurst (Chorico) und Morcilla, eine spanische Blutwurst.

*¡Buen provecho!*

## Chili con Carne

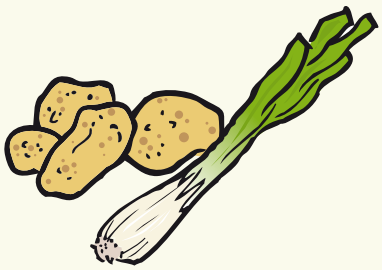
**Feuriges Original aus Mexiko.**
Chili con Carne ist ein scharfer Bohneneintopf mit Hackfleisch. Das mexikanische Gericht ist ideal für Partys: Leicht vorzubereiten, günstig und – aufgewärmt am leckersten! Hauptzutat sind neben Hack und Chilibohnen saftige Fleischtomaten. Mais, Knoblauch, Zwiebeln und Paprika passen auch super hinein. Unverzichtbar ist natürlich die scharfe Chilischote!

*¡Buen provecho!*

## Irish Stew

**Deftiges von der grünen Insel.**
Das traditionelle Eintopfgericht der irischen Küche besteht in erster Linie aus Lammfleisch, Kartoffeln, Zwiebeln und Petersilie. Mit Möhren, Pastinaken und Gewürzen wird es geschmacklich abgerundet. Ähnlich zubereitet, doch schärfer gewürzt, ist das Dublin Stew.

*Enjoy your meal!*



**Martin Kintrup**
**1 Topf – 50 Gerichte**
GU KüchenRatgeber
ISBN: 978-3-8338-2256-8
64 Seiten, 7,99 Euro

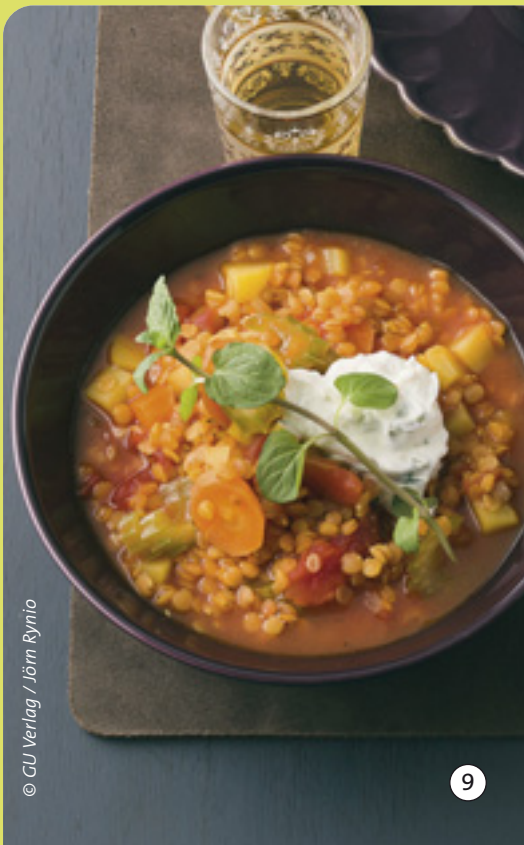
*Lauter feine Gerichte, die garantiert nicht nach langweiligem Eintopfeinerlei schmecken.*

# Türkischer Linsentopf

250 g festkochende Kartoffeln
250 g Möhren
2 Stangen Staudensellerie
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
50 g Butter
2 EL Tomatenmark
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1,5 TL Currypulver
1 l Gemüsefond
150 g rote Linsen
200 g stückige Tomaten (aus der Dose)
1 Stiel Minze
1 Bio-Zitrone
Salz, Pfeffer
4 EL Joghurt

Für vier Personen, ca. 35 Min. Zubereitung
Pro Portion ca. 310 kcal, 13 g EW, 12 g F, 35 g KH

Kartoffeln schälen und 1–2 cm groß würfeln. Möhren schälen, putzen, Sellerie waschen, putzen und beides in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln.
Butter in einem Topf zerlassen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Kartoffeln zufügen und kurz mitdünsten. Tomatenmark und Gewürze dazugeben, Fond angießen, aufkochen und ca. 2 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln. Linsen, Gemüse und Tomaten unterrühren und zu-gedeckt bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten köcheln.
Minze waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, in Streifen schneiden und unter die Linsen rühren. Eintopf mit abgeriebener Zitronenschale und Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und mit je einem Klecks Joghurt servieren.



© GU Verlag / Jörn Rynio

# Tut gut und macht Laune: Ab in die Sauna!

*Alle wollen es – gesund durch den Winter kommen. In der kalten Jahreszeit müssen die Abwehrkräfte Höchstleistungen vollbringen: Draußen Schmuddelwetter oder bittere Kälte, drinnen trockene Heizungsluft. Dazu die hustenden und schniefenden Menschen in Bussen, Geschäften oder am Arbeitsplatz. Stärken Sie Ihr Immunsystem in der Sauna!*

**Tipps für Einsteiger:**

## So saunieren Sie richtig!

- Vorher ausreichend trinken!
- Weder hungrig noch mit vollem Magen in die Sauna gehen.
- Vorher duschen, Badeschuhe und großes Handtuch (Saunatuch) mitnehmen.
- Gründlich abtrocknen: Mit trockener Hautoberfläche schwitzt man intensiver.
- Unbekleidet auf das Saunatuch setzen oder legen.
- Kurz, aber intensiv schwitzen. Ideal sind 8 bis 15 Minuten pro Gang.
- In den letzten Minuten hinsetzen, um den Kreislauf auf das Aufstehen vorzubereiten.
- Sofort Sauerstoff tanken und an die frische Luft gehen.
- Anschließend Kaltwasserguss genießen (Dusche, Kneippschlauch oder Tauchbecken).
- Vor dem nächsten Gang im Ruheraum ausruhen – etwa so lange, wie der Aufenthalt in der Sauna war.
- Nach dem letzten Gang ausreichend trinken – aber keinen Alkohol!

## Darum ist das Schwitzen so gesund:

Regelmäßige Saunabesuche funktionieren so wie ein Fieberschub: Durch die trockene Hitze steigt die Körpertemperatur an. Dieses „künstliche Fieber“ kann Erreger abtöten und die körpereigenen Abwehrkräfte werden gestärkt. Stoffwechsel, das Herz-Kreislauf-System und auch der Blutdruck profitieren von Saunabesuchen, denn die Temperaturwechsel stimulieren. Schließlich die Haut: Sie wird porentief gereinigt, ihr natürlicher Säureschutzmantel gestärkt.

Doch nicht nur für den Körper, auch für die Seele ist die Sauna eine Wohltat! Ihre Wärme und das erfrischende Kaltbad danach sorgen für Entspannung und ein nachhaltiges Wohlgefühl.

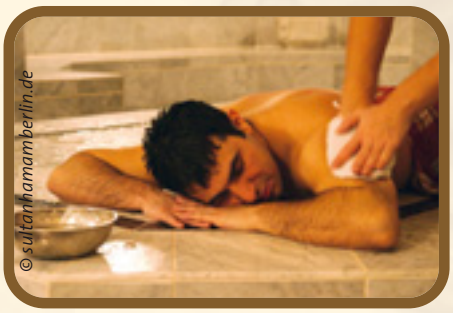
## Achtung!

Nie erkältet in die Sauna gehen! Auch bei chronischen Erkrankungen kann die Sauna schädlich sein – fragen Sie unbedingt vorher Ihren Arzt. Ältere Menschen, die noch keine Saunagänger sind, sollten sich ebenfalls vorher untersuchen lassen.

# So wird international geschwitzt!

## Finnische Sauna

Der Klassiker aus dem hohen Norden ist bei uns der Standard: Temperaturen von 80 bis 100 Grad, geringe Luftfeuchtigkeit, regelmäßige Unterbrechung durch Kaltwasserbäder. Dass die finnische Sauna die Gesundheit fördert, ist medizinisch am besten belegt.



© sultanhamamberlin.de

## Hamam

In der Türkei und der arabischen Welt zu Hause, beeindruckt der Hamam durch prachtvoll gestaltete, überkuppelte Räume. Der Besuch ist ein Ritual, das Zeit braucht. Denn auch das Einseifen, Massieren oder Peelings gehören dazu.

© teka-sauna.de

## Banja

Im traditionell aus Holz gezimmerten russischen Badehaus schwitzt man bei 70 Grad und mehr. Die heißen Steine des Badeofens werden mit Wasser begossen. Die Folge ist eine extreme Luftfeuchtigkeit. Typisches Extra: Das „Quästen“. Mit eingeweichten Birkenzweigen schlagen die Saunagänger sich gegenseitig auf die Haut.

# Spenden? Aber sicher!

*Spendenaufrufe erfolgen rund ums Jahr, besonders aber in der Adventszeit. Unsere Tipps helfen Ihnen, die seriösen Spendensammler von zwielichtigen Bittstellern zu unterscheiden.*

Wichtig: Überprüfen Sie immer erst, welche Organisation hinter der Sammlung steht und für welche Zwecke sie Gelder erbittet. Eine zuverlässige Orientierungshilfe ist das Spendensiegel des DZI (Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen). Die unabhängige Stiftung prüft seit 1991 soziale und karitative Organisationen auf die Verwendung ihrer Spendengelder.

DZI Spenden-Siegel © dzi.de

Jede Organisation, die das Siegel führen möchte, muss es beantragen und ihr Finanzgebaren dann offenlegen. Nicht umsonst scheitern rund 30 Prozent der Neuanträge! Das Siegel garantiert, dass wirtschaftlich gearbeitet wird und nicht mehr als ein Drittel der Einnahmen für Werbe- und Verwaltungskosten verwendet werden (im Durchschnitt beträgt diese Quote rund 14 Prozent). Auch darf die Werbung der Organisation keine „irreführenden Aussagen“ enthalten.

Unter **www.dzi.de** finden Sie neben vielen Hintergrundinformationen zum sinnvollen Spenden auch eine alphabetische Liste aller Organisationen mit Spendensiegel. Auch die Organisationen, bei denen vom Spenden eher abgeraten wird, finden Sie hier aufgelistet.

## Richtig spenden – so geht’s:

- **Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen!**
- **Spenden Sie nicht impulsiv, sondern überlegt und informiert.**
- **Konzentrieren Sie Ihre Spenden auf wenige Organisationen.**
- **Geld ist sinnvoller als Sachspenden, weil teure Transportwege wegfallen.**
- **„Freie“ Spenden sind sinnvoller als zweckgebundene, die den Entscheidungsspielraum der Hilfswerke einengen.**
- **Vorsicht bei Fördermitgliedschaften: Das sonst übliche Haustürwiderrufsgesetz, das es ermöglicht, an der Wohnungstür geschlossene Verträge innerhalb eines bestimmten Zeitraums zu widerrufen, gilt hier nicht!**

*Drei bis fünf Milliarden Euro spenden wir Deutschen jedes Jahr – den Großteil zur Weihnachtszeit. Ältere Menschen sind besonders spendabel: Von über 50-Jährigen stammen 70 Prozent der Gelder.*

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Zirkus-kunst | Über-bringer | Möbel-stück | | bildende Kunst | | | Kurz-schrift (Kurz-wort) | Gewebe in Lein-wand-bindung | Ruhr-städter | | Schwer-fälligkeit | | unbe-stimmter Artikel | | Geflügel-produkt | erzürnt |
| | 2 | | | | 1 | | | 3 | Gast-wirt-schaft | | 6 | 7 | | | | |
| anhalten | | fester Boden | | Renn-kurs in Frank-reich | | | | | | | Hohlmaß | | | | | |
| | 13 | | | | | | Vorname des Filmstars Thurman | | Land-schafts-form | | 11 | | | | Abk.: im eigent-lichen Sinne | |
| kurz: Irokesen-schnitt | | | | Strecken | | | 4 | | | | höchst begabter Mensch | | | | | |
| Vorname des Filmstars Murphy | | | | | | Kultur-stätte | | | | | 10 | | Abk.: Elektro-enzepha-logramm | | | |
| Segel-kom-mando: wendet! | 8 | | 12 | Islam: Glaube | | | | | sach-licher Mensch | | | 9 | | | 5 | |

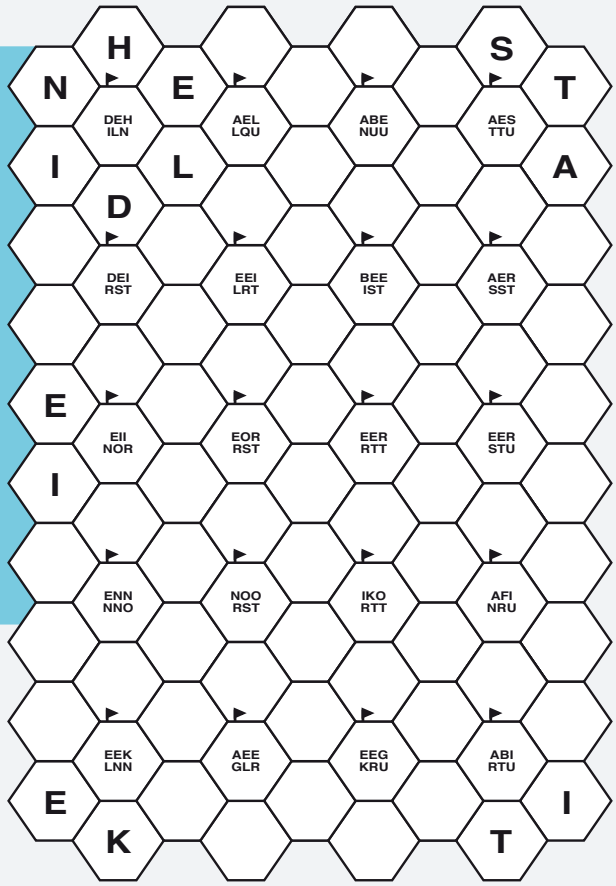
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | |

## Unser Lösungswort

Klein, handlich, kraftvoll – unser Lösungswort bezeichnet den flexiblen kleinen Helfer aller passionierten Heimwerker. Damit es richtig rund geht, muss er allerdings „geladen“ sein!

## Waben-Rätsel

In der Wabe finden Sie alle Antworten schon vorgegeben. Ihre Buchstaben sind jedoch alphabetisch sortiert aufgeführt und müssen – in Pfeilrichtung – in die Anordnung gebracht werden, damit sich ein komplettes Wabenrätsel ergibt. Ein Lösungswort und einige Buchstaben sind schon vorgegeben.




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

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

## Sudoku

Füllen Sie jedes Sudoku mit den Zahlen von 1 bis 9 so auf, dass in jeder Reihe, in jeder Spalte sowie in jedem der neun kleineren Unterquadrate jede Zahl einmal vertreten ist.

# Mit viel Engagement zum Wohl der Kinder:

## DIE PETER MAFFAY STIFTUNG

*Mit Hits wie „Eiszeit“ und „Über sieben Brücken“ sowie seinen Tabaluga-Projekten hat Peter Maffay Musikgeschichte geschrieben. Doch das ist nur eine seiner Herzensangelegenheiten: Maffays größtes Engagement gilt seiner Stiftung. Ihr Ziel: Schutzräume für benachteiligte Kinder und Jugendliche zu schaffen. Wir haben uns mit dem Stiftungs-Geschäftsführer **Albert Luppart** darüber unterhalten.*

**Die Durchführung von therapeutischen Aktivaufenthalten traumatisierter und benachteiligter Kinder und Jugendlicher ist die Hauptaufgabe der Peter Maffay Stiftung, die Sie leiten. Wie und wo finden diese Aufenthalte statt?**

*Die Stiftung hat eigene Projekte in Deutschland in Jägersbrunn bei Starnberg, in Pollenca auf Mallorca und in Rumänien, in Roades. Es gibt auch eine besonders enge Kooperation mit dem Tabaluga-Haus, einem noch neuen Schutzraum in Duderstadt bei Göttingen. Und wir arbeiten sehr eng mit der Tabaluga-Kinderstiftung zusammen, die mit dem Sternstundenhaus über ein überregionales Therapiezentrum verfügt.*

**Peter Maffay spricht davon, die Natur als Therapeuten zu nutzen. Wie funktioniert das?**

*In der Natur fühlt man sich aufgehoben. In der Natur kann man lernen. In Spanien ist die therapeutische Finca Ca’n Llompart sehr eng an den Ökobetrieb von Ca’n Sureda gekoppelt. Dort erleben die Kinder, wie ökologische Produkte angebaut werden, und es gibt eine Ökobäckerei. Aber Natur erleben geht auch in Deutschland. Hier nutzen wir das Vogelschutzparadies Maisinger See sowie die Voralpenlandschaft des Hohenpeißenberg. Für Duderstadt ist eine Kooperation mit der bekannten Heinz Sielmann Stiftung geplant.*

**Was unterstützt die Stiftung außer den „Schutzräumen“?**

*Ein wichtiges Projekt ist der regelmäßige Austausch von Jugendlichen aus Israel, Palästina und Deutschland, den wir sehr erfolgreich mit der Landesregierung Nordrhein-Westfalen seit Jahren durchführen. Da treffen dann ganz unterschiedliche Kulturen aufeinander.*

**Wie finden benachteiligte Kinder zur Stiftung oder wie findet die Stiftung die bedürftigen Kinder?**

*Zum einen durch Empfehlungen von Gruppen, die bereits unsere Gäste waren, aber auch mithilfe von Anfragen über das Internet oder andere Medien. Durch die Aktivitäten von Peter Maffay ist unsere Stiftung immer sehr stark im Fokus und erfreut sich zahlreicher Anfragen.*

**Wie kann man die Stiftung und ihre Arbeit unterstützen?**

*Am besten natürlich durch Geld- und Sachspenden – gerade in Bezug auf unser Projekt in Rumänien. Auch Förderpatenschaften sind uns eine große Hilfe, da sie die Nachhaltigkeit unserer Stiftungsarbeit sichern.*

**Weitere Informationen unter www.petermaffaystiftung.de**

# Das erste Nachbarschaftsfest in der Lortzingstraße

Am 23. September 2012 fand ein Nachbarschaftsfest in der Lortzingstraße statt. Anlass war der 50. Jahrestag unserer Häuser. Zahlreiche Mitglieder sind an dem Tag der Einladung mit selbstgebackenem Kuchen und Gebäck gefolgt und haben bei Kaffee und warmen Waffeln einen schönen Nachmittag miteinander verbracht.

Die Mitglieder Hermann Paffe, Herbert und Ingrid Porsch sowie Rudolf und Brigitta Fischer, die vor genau 50 Jahren in unsere Häuser eingezogen sind, hatten viel zu erzählen. Ingrid Porsch hat ihre Erinnerung an den damals heißbegehrten Neubau vorgetragen.

Wir danken allen für die jahrelange Treue zu unserer Genossenschaft. Ebenso danken wir allen Helferinnen und Helfern sowie den Vertreterinnen und Vertretern, die dieses Fest möglich gemacht haben.

Rudolf Fischer hat an dem Nachmittag eine Spendenbox für einen guten Zweck aufgestellt. Viele Teilnehmer haben kräftig gespendet. Wir haben den Betrag gerne aufgestockt und übergeben die Summe in Höhe von 140 € an die Organisation, Luthers Waschsalon in Hagen, im Namen der Mitglieder in der Lortzingstraße 8 – 22.

## SCHAUEN SIE NICHT WEG, SCHAUEN SIE HIN

Im Juni 2012 haben wir unsere Mitglieder gebeten nicht wegzuschauen, wenn Hundebesitzer ihre Tiere auf den für Sie schön gestalteten Außenanlagen und Spielplätze ausführen und ihr Geschäft verrichten lassen. Uns haben viele Hinweise erreicht, die zur Verbesserung des Zustandes beigetragen haben. Wir sind den Hinweisen nachgegangen und haben uns mit den Hundebesitzern in Verbindung gesetzt. In diesen Gesprächen haben wir sie aufgefordert, zukünftig den Hundekot direkt zu entfernen, um so für saubere Grünanlagen zu sorgen. Die Hinweise, die zu einem Erfolg geführt haben, wurden von uns mit einem Real-Einkaufsgutschein in Höhe von 20 € belohnt.

Es geht uns keinesfalls darum die Hundebesitzer auszuspionieren. Sondern vielmehr darum, sie zu sensibilisieren eine Hundetüte mitzunehmen und die Verunreinigungen darin zu entsorgen. Wir sind mit Freude weiterhin in Ihrem Quartier tätig und bemühen uns das Wohnumfeld aufzuwerten. Deshalb bitten wir weiterhin um Ihre Mithilfe. Nur gemeinsam können wir für ein nachhaltig sauberes und auf Dauer schönes Wohnquartier sorgen.


## IMPRESSUM

**Herausgeber:** GWG, Hüttenplatz 41, 58135 Hagen, Natalie Hodinar, Ulf Mackenroth und Christiane Zeh, Telefon (0 23 31) 9 04 90
**Inhaltskonzept und Vertrieb:** Frank Ebler Consulting, Franz-Hitze-Str. 131, 48301 Nottuln, Telefon (0 25 02) 4 47 98-50, Telefax (0 25 02) 4 47 98-51, E-Mail: info@fe-consulting.de
**Redaktion und Gestaltung:** KopfKunst, Agentur für Kommunikation GmbH, Mecklenbecker Str. 451, 48163 Münster, Telefon (02 51) 9 79 17-0, Telefax (02 51) 9 79 17-77, E-Mail: redaktion@kopfkunst.net, **Auflage:** 5.500

Mitten im Herzen von Haspe, im **BiB-Zentrum, Hüttenplatz 3**, heißt es jeden Tag

## „Gemeinsam macht Bewegung Spaß“

und dazu bieten wir, der TSV Berge-Westerbauer, einige Angebote an, wie

- z. B. Rehasport bei Wirbelsäulenerkrankungen/Osteoporose,
- Präventionskurse, z. B. Muskelentspannung nach Jacobson, Yogakurse, Qi Gong oder Pilates.
- Aber auch den neuen Trendsport Zumba, eine effektive, kalorienverbrauchende Tanz-Fitness-Kombination gibt’s hier.

Sollten Sie Lust haben, beim Zumba mitzumachen, dann schneiden Sie diesen Artikel einfach aus und kommen Sie zur kostenlosen Schnupperstunde im Wert von 8,00 € ins BiB. Melden Sie sich bei **Eveline Lausch, Telefon: 4 84 97 21** vorher an und schon sind Sie aktiv dabei. Viel Spaß!

**www.berge-westerbauer.de**

---

**Quambusch-Apotheke**
**Apotheker Michael Batta**

Telefon:
02331 - 404225

58135 HA-Haspe, Louise-Märcker-Str. 25
Fax 02331 - 407673
info@quambusch-apotheke.de
www.quambusch-apotheke.de

Rabattgutschein

**3% Rabatt**

auf alle nichtverschreibungspfl. Artikel

einzulösen in der Quambusch-Apotheke

---

**Damit Sie Ihre wichtigsten Nummern immer vorliegen haben!**

## WOCHENEND-NOTDIENSTE

**SANITÄR/ HEIZUNGSBEREICH**
**Kaup + Voß**
Stenney 3
58135 Hagen
✆ (0 23 31) 63 21 94

**ROHRVERSTOPFUNGEN**
**Hagemann**
Enneper Straße 56 a
58135 Hagen
✆ (0 23 31) 33 98 33

**ELEKTRO**
**Bergenthal Elektroservice**
Kölner Straße 30
58135 Hagen
✆ (01 71) 1 27 02 13

**KABELFERNSEHEN**
**Tele Columbus Multimedia GmbH**
Konkordiastraße 7
58095 Hagen
✆ (0 23 31) 98 17 03
oder (0 23 31) 98 17 02

**SCHLÜSSELNOTDIENST**
**Hans Iwanetzki**
Eilper Straße 102
58091 Hagen
✆ (0 23 31) 7 87 60 94

**Für unsere Mieter:**

## INFO-TELEFON

Wenn Sie schnell Rat brauchen – sind WIR für Sie da.

**(0 23 31) 90 49-0**

**Internet:** www.gwg-hagen.de
**E-Mail:** info@gwg-hagen.de

GWG HAGEN
WIR sind Zuhause!

© KopfKunst 140-03/55