FEBRUAR 2023

wohnfühlen

DAS MIETERMAGAZIN DER WOHNSTÄTTEN SINDELFINGEN

UMBAU
BAHNHOFSTRASSE

„ÖKOHOTELS“
IM ALLMENDÄCKER II

VIELE FEIERN
ZUM JAHRESAUSKLANG

GESCHENKE SELBER MACHEN
UND FREUDE SCHENKEN

INHALT 02 | 23

03 Umbau in der Bahnhofstraße
03 Insektenhotel im Allmendäcker II
04 Stadtwerke Night Run

04 Willkommen Claudia Krüger
05 Willkommen Oliver Schäfer
05 Willkommen Cordelia Hering
06 Neue Mieterbetreuerin: Susanne Groß
06 Willkommen Luca Schopp

Aus den Quartieren
07 Stimmungsvolle Jahresausklänge

Aus der Viehweide
08 Breakdance für Kids

09 Selber machen und Freude schenken
10 Gebackenes Kulturgut: Faszination Brot
12 Eine fremde Sprache lernen – dafür ist man nie zu alt
14 Rätselspaß
15 Tipps

Verantwortlich: Kreativköpfe GbR
Gutenbergring 69a, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 609 265 - 68
E-Mail: info@kreativkoepfe.de

Julia Chiandone (V.i.S.d.P. Mantelteil),
Matthias Klüwer, Volker Stahl

Redaktionsteam Wohnstätten:
Heike Arndt, Anna Cristin Bäßler,
Frank Ganske, Margit Sigel (V.i.S.d.P.),
Gunther Stauss, Anastasia Tsomidis,
Ralf Wagner,
Texte: Doris Leddin

© Alle Rechte beim Herausgeber.
Nachdruck nur mit Genehmigung der
Agentur Kreativköpfe.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir stehen am Anfang eines neuen Jahres. Gute Vorsätze, Ziele und Hoffnungen – wer hat sie nicht? Noch ist das Jahr nicht geschrieben und wir können es mit Mut und Initiative positiv gestalten.

Wir von den Wohnstätten freuen uns auf alles, das wir tatkräftig anpacken können – und das ist nicht wenig! Neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die unser Unternehmen im Wachstum begleiten, wurden und werden noch begrüßt. Ein neu gestalteter Eingangsbereich in der Bahnhofstraße wird an unsere veränderten Strukturen angepasst (Seite 3) und wir werden weiteren Wohnraum für unsere Stadt schaffen.

Momentan im Bau und bezugsfertig bis spätestens 2024 sind 36 Einheiten in der Goldmühlestraße und 21 Eigentumswohnungen im Allmendäcker II. Dort wird auch eine neue KiTa in nachhaltiger und ökologischer Holz- und Lehmbauweise errichtet. Über den anstehenden Abriss in der Pfarrwiesenallee haben wir bereits berichtet. Wasser und Strom sind abgestellt, nach der Schadstoffbegehung und der Begutachtung des Artenschutzes beginnt der Abriss voraussichtlich ab Frühsommer 2023. Zuvor stellen wir der Sindelfinger Feuerwehr das leerstehende Gebäude für Brandschutzübungen zur Verfügung. Auch die Polizei hat Interesse angemeldet, zur Durchführung diverser Sondereinsatz-Übungen. So kann Altes noch genutzt werden. Leider gibt es auch in Sindelfingen Obdachlosigkeit zu beklagen – mit einer noch zu beginnenden Baumaßnahme in der Hanns-Martin-Schleyer-Straße können wir die Not lindern helfen.

Neues anzupacken und auszuprobieren tut gut, motiviert und hält fit. Versuchen Sie es doch mal mit Brotbacken – ein Rezept finden Sie auf Seite 11, oder mit dem Erlernen einer neuen Sprache. Das ist gar nicht so schwer, wie man ab Seite 12 lesen kann!

Wir wünschen Ihnen ein neugieriges und tatkräftiges 2023!
Ihr Redaktionsteam

Titelfoto: 2023 Natürlich nachhaltige Geschenke/Jeska Hearne,
Seite 2: pixabay/fancycrave1 (1)

UMBAU IM EINGANGSBEREICH

Wer in diesen Wochen an der Bahnhofstraße vorbeiläuft, entdeckt vor unserem Verwaltungsgebäude einige Bauzäune. Dahinter verbirgt sich der Empfangsbereich im Erdgeschoss, der zurzeit umgestaltet wird. Das hat seine berechtigten Gründe, denn während der Coronazeit haben wir unsere betrieblichen Abläufe neu strukturiert: bis dato herrschte „öffentlicher Betrieb", während der Pandemie konnten Besucher*innen jedoch nur noch zu vereinbarten Terminen ins Haus kommen. Bald erkannten wir, dass die Gespräche so besser vorbereitet waren und effizienter durchgeführt werden konnten, was sowohl unsere Kunden als auch unsere Mitarbeitenden als gewinnbringend empfanden. Mit dem jetzigen Umbau werden wir der neuen Struktur Rechnung tragen. Ein ausführlicher Bericht erfolgt nach der Fertigstellung, bis dahin dürfen Sie sich anhand der Visualisierung ein eigenes Bild machen.

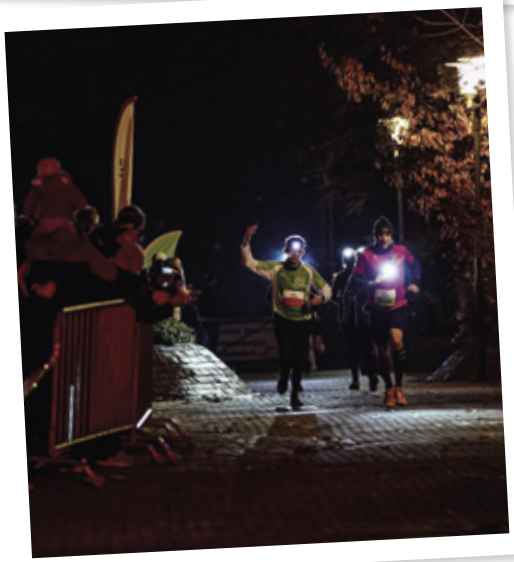
NEUE „ÖKOHOTELS" IN DEN ALLMENDFIELDS

Vier neue Hotels im Maichinger Allmendäcker II sind fertiggestellt worden und erwarten im Frühjahr ihre ersten Gäste. Willkommen sind Wildbienen, Hummeln, Wespen, Flor- und Schwebfliegen, Käfer, Ohrwürmer und gerne auch Glühwürmchen. Die vier einladenden Nistkästen wurden im Herbst vergangenen Jahres von den Wohnstätten finanziert und auf der neu angelegten Blühwiese in der Elisabeth-Selbert-Straße 16-22 aufgestellt. Die Organisatorin unseres Projekts ist Alina Otte-Imkamp. Seit 2020 absolviert sie ein duales Studium bei den Wohnstätten. Ihr wurde dieses Herzensprojekt vor anderthalb Jahren in die Hände gelegt und nun freut sie sich auf die kleinen Mieter, die mit den ersten warmen Sonnenstrahlen einziehen werden.

„Das Projekt ist nicht nur umweltfreundlich, sondern auch sehr sozial", schmunzelt die 21-jährige Alina Otte-Imkamp, „denn wir vermieten absolut kostenfrei. Zudem haben wir damit ein soziales Projekt unterstützt, denn die Nisthilfen wurden von Menschen mit geistiger Behinderung in der diakonischen Einrichtung ‚Karlshöhe Ludwigsburg' gebaut."

Alina Otte-Imkamp und Georgios Tsomidis freuen sich über vier neue Insektenhotels in den AllmendFields.

Wir freuen uns auf die neuen Bewohner und schauen ihnen gerne beim Nestbau zu!



RUN AUF DEN NIGHT RUN

Endlich, nach zwei Jahren Corona-Pause, fand der beliebte Stadtwerke Night Run wieder statt. 1.140 kleine und große Füße liefen am 19. November rund um den Glaspalast Sindelfingen – die einen im Kampf um Bestzeiten, für andere zählte vor allem das Dabeisein. Wie in jedem Jahr unterstützte die Wohnstätten als Mitsponsor die Veranstaltung und freut sich über die große Resonanz mit stolzen 570 Teilnehmer*innen. Die „Glühwürmchen" genannte jüngste Läufergruppe startete am Samstagnachmittag ihren 500-Meter-Lauf; es folgten die Schülerinnen und Schüler auf den 1.200 und 1.900 Meter langen Distanzen. Um 18 Uhr blitzten viele Stirnleuchten auf und Männer und Frauen begaben sich auf die acht beziehungsweise zehn Kilometer lange Strecke. Was war das für ein Empfang im Ziel! Der Vorplatz des Glaspalastes leuchtete stimmungsvoll und es herrschte ein freudiges Hallo unter vielen Bekannten und bei guter Verpflegung.

HERZLICH WILLKOMMEN CLAUDIA KRÜGER

Reisen und die Welt entdecken – das war Claudia Krügers Traum. Ihre Kindheit hat sie in Riesa an der Elbe verbracht. Nach ihrer Ausbildung zur Bankkauffrau fühlte sich der Job noch nicht richtig rund an, denn Träume wollen ja auch gelebt werden; deshalb wechselte sie in die Hotelfachschule. Nach dem dortigen Abschluss führte sie der Weg erst einmal hinaus aus der Heimat und hinunter in den Süden Deutschlands. Dort arbeitete sie zunächst in Tübingen und später in Stuttgart in verschiedenen Hotels – es ging step by step bis in die Führungsebene.

„Der Umgang mit den Menschen und ihren Geschichten hat mir immer Spaß gemacht und mir die Türen geöffnet in die Personalarbeit", erzählt die 36-jährige Leonbergerin. „Zuletzt habe ich als Betriebsassistentin mit Personalverantwortung gearbeitet und wusste: mein Weg führt in das Personalwesen."

Dort ist sie gelandet, unsere neue, tatkräftig anpackende Kollegin. Sie kümmert sich nun zusammen mit Jacqueline Wachtel um alle personellen Belange der 128 Wohnstätten-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter. Mit ihrem Eintritt am 1. November wurde das Personalbüro um hundert Prozent aufgestockt und die beiden Frauen ergänzen sich mit ihren Aufgaben optimal.

Wir freuen uns sehr, dass Claudia Krüger den Weg zu uns gefunden hat und sind uns bereits jetzt, nach drei Monaten, sicher: sie war die richtige Wahl. Danke.

HERZLICH WILLKOMMEN
OLIVER SCHÄFER

Nach dem Ausscheiden von Hans-Andreas Schwarz ist das Team im Geschäftsbereich Projektentwicklung seit dem 1. November wieder komplett. Keine zwei Tage nach seiner Bewerbung wurde der Vertrag mit dem 30-jährigen Oliver Schäfer bereits unterzeichnet. „Kein Wunder", freut sich der Pliezhausener, „denn hier hat alles zu hundert Prozent gepasst! Auf beiden Seiten."

Nach seiner Ausbildung zum Immobilien-Assistenten arbeitete Oliver Schäfer in der Hausverwaltung und als Makler, bis er sich für ein weiterführendes Studium entschloss. Vier Jahre später verließ er die Hochschule für Wirtschaft und Umwelt Geislingen mit dem Bachelor of Sience in Immobilienwirtschaft in der Tasche. Die Frage nach dem Weiter war nicht leicht zu beantworten – zum einen lockte die Aussicht auf Job und Geldverdienen, zum anderen der Master. „Also beides!", fasste er als Entschluss und stürzte sich in ein duales Wochenend-Studium „International Real Estate Management" in Österreich. Während der Woche arbeitete er am Fraunhofer-Institut für ein New-Work-Projekt zur Entwicklung von Office Spaces. „Das waren zwei arbeitsintensive Jahre. Zeit für mein Hobby Fußball, als Spielertrainer beim TSV Pliezhausen und für die Familie blieb da kaum – aber es hat sich gelohnt!"

Die erste Stelle als Projektentwickler bei einem Herrenberger Bauträger beendete er nach vier Jahren, nachdem er die Anzeige der Wohnstätten entdeckt hatte. Die Anforderungen und die lokale Nähe passten optimal und zu Oliver Schäfers großen Freude gab es auch ein Wiedersehen mit seinem ehemaligen Kommilitonen Frank Ganske, der inzwischen Leiter des Geschäftsbereichs Projektentwicklung und Vertrieb, ist. Das war das Tüpfelchen auf dem i.

Schön, dass Sie da sind, Herr Schäfer!

HERZLICH WILLKOMMEN
CORDELIA HERING

Knapp 650 Kilometer liegen zwischen Berlin und Sindelfingen. Cordelia Hering, geboren und aufgewachsen im sogenannten Speckgürtel der Hauptstadt, zog einer Partnerschaft folgend in die Ferne. „Ich bereue keinen Kilometer, denn hier im Süden Deutschlands fand ich meine neue Heimat – beruflich und in meiner Freizeit", begeistert sich die 35-jährige Aidlingerin. Ob Schwarzwald oder Allgäu, ob Venusberg oder Studio – Wandern, Joggen, Berg- und Seeurlaube gehören zu ihrem festen Freizeitprogramm. Insgesamt ist Cordelia Hering nicht nur ein Naturmensch, sondern auch eine Frohnatur mit sonnigem Gemüt – sehr zur Freude von Kolleginnen, Kollegen, Lieferanten und natürlich unseren Mieterinnen und Mietern, die ihre positive, offene und herzliche Art sehr schätzen.

Im Geschäftsbereich Wohnen kümmert sich die gelernte Immobilienkauffrau seit dem 1. November um die Nebenkostenabrechnungen und kann auf reichlich Erfahrung zurückblicken – sowohl als Maklerin, als auch als WEG-Betreuerin in einer Stuttgarter Hausverwaltung. Bisher war sie in eher kleinen und mittelständischen Unternehmen tätig, deshalb regte sich auch der Wunsch nach Beschäftigung in einem größeren Wohnungsunternehmen. Mit der Zusage bei den Wohnstätten ging er in Erfüllung: ihr Verantwortungsbereich umfasst nun 4.200 Wohneinheiten.

„Das ging alles ganz problemlos. Ich fühle mich hier pudelwohl und wurde super aufgenommen", freut sich Cordelia Hering über das große Ganze und die Arbeit im kleinen Vierer-Kollegenteam der Nebenkostenmanager*innen.

Wir freuen uns, dass Sie da sind, liebe Frau Hering!

WILLKOMMEN IM TEAM „WOHNEN“
SUSANNE GROSS

Drei Jahre ist es her, dass sich Susanne Groß bei den Wohnstätten als Auszubildende beworben hat. Im Sommer 2022, bereits einen Tag nach ihrer bestandenen mündlichen Prüfung, haben wir diese engagierte und sehr sympathische Mitarbeiterin gerne in das Team des Geschäftsbereichs Wohnen aufgenommen. Wir freuen uns sehr, dass sie uns als Mietverwalterin erhalten bleibt. Natürlich bemüht sich die Wohnstätten immer, ihre „Eigengewächse“ zum Bleiben zu bewegen, denn drei Jahre lang haben sie unsere Philosophie, Qualitätsansprüche und Abläufe verinnerlicht. Aber selbstverständlich ist nichts – umso mehr begrüßen wir die Entscheidung der 21-jährigen Bondorferin.

Mit dem festen Arbeitsplatz für Frau Groß haben wir die Zuständigkeiten der Mieterbetreuung neu aufgeteilt. Welche Mitarbeiterin derzeit für Ihr Haus, Ihre Straße, Ihr Wohngebiet zuständig ist, erfahren Sie in den aktualisierten Schaukastenhinweisen in Ihren Eingängen im Haus.

Frau Groß betreut inzwischen unsere Wohngebiete im Sommerhofen, in den Pfarrwiesen, im Spitzholz, in der Rechbergstraße und Auf der Stelle/Lembergweg. Sie ist Ihre Ansprechpartnerin beim Wohnungswechsel und bei den verschiedensten Fragen und Wünschen. Wenn Abriss und Neubau der Wohnstättengebäude in der Pfarrwiesenallee 7 bis 15 abgeschlossen sind, wird sie sich um deren Neuvermietung kümmern.

Wir wünschen Frau Groß viel Erfolg bei ihren künftigen Aufgaben!

HERZLICH WILLKOMMEN
LUCA SCHOPP

Trotz seiner erst 21 Jahre hat Luca Schopp schon sehr genaue Vorstellungen zu seinem beruflichen Werdegang – da sind Branchenwechsel durchaus erlaubt! Der junge Magstadter absolvierte seine ersten Ausbildungs- und Berufsjahre bei einer Bank und einer Versicherungsgesellschaft. Als Kaufmann für Büromanagement, vor allem im Mahnwesen, hat er seine Einblicke in die Finanzwelt gleich zum Hobby gemacht und beschäftigt sich mit Geldanlagen, Kryptowährungen, Aktien und Immobilien. „Ich gehe gerne und regelmäßig ins Fitnessstudio“, sagt er über seine Freizeit, „aber mich faszinieren ebenso Sachbücher zu Finanzen und zur Persönlichkeitsentwicklung, gerne auch mit Blinkist“. So werden die kompakt zusammengefassten Text- und Audiodateien genannt, in denen man sich umfassendes Sachwissen in kurzer Form aneignen kann.

Nun also der nächste Schritt: weg vom Bank-, hin zum Immobilienwesen.

Seit dem 1. November arbeitet Luca Schopp als Nebenkostenmanager. Sein derzeitiger Schwerpunkt sind die Gas- und Müllabrechnungen und nach weiteren Schulungen werden die Betriebs- und Heizkostenabrechnungen folgen. Seine Bewerbung bei den Wohnstätten erfolgte sehr bewusst. Er selbst ist als Wohnstätten-Kind groß geworden und kann sich nur an gutes Wohnen erinnern. Auch jetzt, nach den ersten Monaten Praxis, ist er von seinem Wechsel zu den Wohnstätten überzeugt. „Das Team ist super, alle Kolleginnen und Kollegen nehmen mich ganz selbstverständlich auf und die Firmengröße ist optimal, denn hier begegnet man dem Chef auch mal auf dem Gang. Bei einer Bank mit 600 Mitarbeitern aufwärts ist das nicht mehr der Fall. Dieses Persönliche gefällt mir gut!“

Wir freuen uns sehr, Luca Schopp in unseren Reihen zu haben. Auf den letzten Drücker hat er die Wohnstätten einem anderen Arbeitgeber vorgezogen … Danke für so viel Spontanität!

STIMMUNGSVOLLE JAHRESAUSKLÄNGE IN ALLEN QUARTIEREN

Vom Laternenfest über Nikolausabende bis hin zu Weihnachtsfeiern in kleinen Gruppen oder fürs ganze Quartier – in diesem Jahr wurde jede Gelegenheit genutzt, um endlich wieder und ohne Beschränkungen zusammen feiern zu können. Über eine gelungene Premiere freut sich Quartiersmanagerin Laura Vargas Gonzalez. Zusammen mit 55 Engagierten organisierte sie den 1. Adventsmarkt und lockte viele Neugierige. „Endlich ist hier mal was los", freuten sich die Hinterweiler*innen über die abwechslungsreichen Beiträge – von den weihnachtlichen Musikstücken des Bläserorchesters der Realschule Hinterweil unter der Leitung von Christoph Mild-Ruf über Süßes und Kräftiges für Leib und Seele bis hin zu einem kreativen Angebot von Selbstgemachtem oder zum Selbermachen.

Was für die einen Premiere ist, ist für das Eichholz seit vielen Jahren lieb gewonnene Tradition. 2022 zwar etwas kleiner, aber wie immer mit viel Herz und mit Eichholz-spezifischer Kreativität: die Kinder vom Hummel-Familienzentrum und der Insel-Singkreis sorgten für weihnachtlichen Ohrenschmaus; Tanzmäuse wirbelten mit Chiffontüchern auf der Bühne; nebst leckeren Weihnachtsklassikern gab es Linsensuppe, gemeinsam zubereitet und serviert von der bemerkenswert engagierten Ines Beckmann und der Sozialmanagerin Margit Sigel von den Wohnstätten; darüber hinaus wurde gebastelt und über verschiedene Initiativen informiert – sei es die neue Lernwerkstatt ab Januar 2023 mit Christel Siegert, ehemals Rektorin der Bodelschwingh-Schule, oder die neu, aus kooperativer Zusammenarbeit entstandene Fachstelle Hausbesuch, die älteren Menschen Beratung hinsichtlich eines aktiven und selbstbestimmten Lebens im Alter sowie eine Pflegeberatung zu Hause anbieten.

Wie alle Jahre wieder begeisterte die Weihnachtsfeier auf dem Hans-Thoma-Platz Jung und Alt. Alles war dabei: Schnee, Tannenbaum, wärmende Feuerstellen, Kirchenglocken und viele Gäste! Die beeindruckende Lichtertanzvorführung der jüngeren Kinder der Musikschule Sindelfingen unter der Leitung von Olivia Musleh wird noch lange in allen Herzen mitschwingen.

MOVES UND FREEZES
MIT NAIM EL SHARKAWI

Bisher kannte man Naim El Sharkawi durch sein ehrenamtliches Engagement in der Viehweide, wo er seit zehn Jahren lebt. Kürzlich hatte er die tolle Idee, für die Kinder und Jugendlichen im Stadtviertel eine Breakdancegruppe zu gründen. „Kinder bewegen sich von Natur aus gern und wollen immer neue Dinge erkunden. Tanzen ist nicht nur gut für die Gesundheit, vielmehr fördert es auch die Kreativität und Intelligenz der Kinder. Da wir viele aktive und motivierte Kinder haben, kam mir die Idee“, erklärt der junge Mann seine Motivation.

Natürlich wurde das Angebot schnell angenommen. Sowohl Jungs als auch Mädchen trainieren fleißig ihre Moves und präsentierten ihr Können bereits live auf dem Sommerfest in der Viehweide.

Wer reinschnuppern und teilnehmen möchte, darf sich gerne im Büro der Quartiersarbeit melden.

IN TECHNISCHEN NOTFÄLLEN

Sie erreichen die Zentrale der Wohnstätten unter:
Tel. 07031 6109-0

Mo – Fr 7:30 – 12:00 Uhr
Mo – Do 13:00 – 16:30 Uhr

Bei technischen Notfällen steht für Sie ein technischer Notruf zur Verfügung:
Tel. 0172 71 97 679
Mo – Do ab 16:30 Uhr
Fr ab 12:30 Uhr
sowie an Wochenenden und Feiertagen.

Bei nicht eiligen Anliegen wenden Sie sich bitte direkt an Ihren zuständigen Hausmeister oder den Handwerker, der tagsüber zu den normalen Sprechzeiten zu erreichen ist.

SELBER MACHEN
UND FREUDE SCHENKEN

Schon seit jeher beschenkt man jemanden, um Dankbarkeit auszudrücken oder einen bestimmten Anlass zu zelebrieren, aber manchmal auch aus purer Freundlichkeit – einfach so, um Freude zu bereiten.

Einen besonderen Wert haben selbstgemachte Geschenke. Die Aufmerksamkeit und die Zeit, die man sich dafür genommen hat, sind für die Beschenkten meist mehr wert, als das Geld, das für ein Geschenk ausgegeben wurde. Die Kunst, Geschenke zu basteln und schön zu verpacken, lässt sich schnell erlernen. Starten Sie doch gleich mit unserem Vorschlag aus dem Buch **„Natürlich nachhaltige Geschenke“** von der Engländerin Angela Maynard. Viel Spaß!

FLORALER WANDBEHANG
Naturfreunde werden diese wunderschöne Wanddekoration mit gesammelten Schmuckstücken aus der Pflanzenwelt lieben. Nicht lange überlegen: Entscheiden Sie auf Ihren nächsten Spaziergängen aus dem Bauch heraus, welche Zusammenstellung passen könnte. Zweige, Blumen, Gräser – was soll der Blickfang werden?

Man braucht:
Einen alten Bilderrahmen, Rückseite und Glas entfernt, eine Rolle Jutegarn, getrocknete Blumen, Zweige und Gräser
Ausstattung:
Bastel- oder Gartenschere
Zum Verpacken:
Zeitungs- oder Packpapier, einen Karton, recyceltes Seidenpapier, Schleife, zwei bis drei getrocknete Blumenstiele
Zeit: Höchstens zwei Stunden
Anleitung:

1. Die Rückseite und das Glas aus dem Rahmen entfernen.
2. Das Jutegarn am Rahmen festbinden, etwa auf Höhe eines Drittels der Länge der rechten Seite. Das Garn auf der Rolle lassen und rüber zur linken Seite ziehen, dann um den Rahmen herum wieder zur rechten Seite. Den Vorgang wiederholen, bis sich in der Mitte des Rahmens ein dichtes Netz gebildet hat. Das Garn mit einem Knoten sichern.
3. Die Trockenblumen auf dem Garn zu einer Komposition anrichten, die Ihnen gefällt. Nach und nach die Stängel in das Geflecht weben.
4. Mit den anderen Stängeln ebenso verfahren, bis ihr Design fertig ist. Darauf achten, dass jede Trockenblume sicher zwischen den Garnreihen steckt und nicht herausfallen kann.
5. Den Karton mit Packpapier oder Zeitungspapier auslegen, um den Rahmen zu polstern. Den Karton mit einer Schleife verschließen und mit zwei, drei ausgewählten Trockenblumen verzieren.

BUCH-TIPP:
Inspiriert von den Jahreszeiten stellt Angela Maynard in dem Buch **„Natürlich nachhaltige Geschenke“** 28 Projekte vor, die mit wenigen Materialien einfach umzusetzen sind und sich perfekt als Präsent eignen: von Lavendel-Honig-Seife und aromatisiertem Olivenöl über Dekorfliese und Blumenampel bis hin zu selbstgezogenen Bienenwachskerzen, Kräuterkissen und natürlich gefärbten Textilien.

3x zu verlosen! Stichwort „Geschenke“, Teilnahmebed. siehe Seite 14.

Foto: Jeska Hearne

GEBACKENES KULTURGUT
FASZINATION BROT

Urlaubsreisen in die Ferne sind schön, aber je nach Region passiert es nach wenigen Tagen dann doch: Man vermisst ihn, den Duft eines frisch gebackenen, guten deutschen Brotes. Sein Ruf ist von Weltrang, denn von „German Bread" und der dazugehörigen Backkunst können sich manche „eine Scheibe abschneiden". Wir haben uns in der Welt des Brots einmal umgeschaut – und dabei Wissenswertes, Hilfreiches und Inspirierendes zusammengetragen.

„Unser täglich Brot" zählt zu den beliebtesten Grundnahrungsmitteln – in Nordamerika, in Europa und vor allem in Deutschland, wo sich das Lebensmittel einer beeindruckenden Variantenvielfalt erfreut. Entstehungsgeschichtlich entstammt die Idee zum Brot der Notwendigkeit, Lebensmittel haltbar zu machen. Hatte man die „Spreu vom Weizen" getrennt, ließ sich das Mehl fast unbegrenzt aufbewahren, wenn es vor Feuchtigkeit und Ungeziefer geschützt wurde. So konnte man Brot auch im Winter backen. Das hat der Mensch früh erkannt: In einer von Neandertalern bewohnten Höhle im Nordirak wurden über 40.000 Jahre alte Spuren von Wildgerste gefunden, die offenbar erhitzt worden war. Demnach wurde das Brot nicht in Deutschland erfunden, aber nirgendwo sonst auf der Welt hat sich eine so ausgeprägte Brotkultur entwickelt.

BROTLAND DEUTSCHLAND

International gilt Deutschland als das Land mit den meisten Brotvarianten. Knapp 3.000 Sorten sind in Deutschland anerkannt. Die Gründe: Aufgrund der unterschiedlichen Böden und Anbaubedingungen umfassen die Varianten nicht nur Weizen, sondern auch Roggen (zum Beispiel in Norddeutschland) oder Dinkel (zum Beispiel auf der Schwäbischen Alb).

Ein weiterer Grund für Deutschlands Brotvielfalt liegt in der einstigen „Kleinstaaterei". Vor allem in der kaiserlosen Zeit nach der Absetzung von Kaiser Friedrich II. (1245-1273) kam der kaum begonnene Prozess der Zentralisierung der Staatsgewalt hierzulande zum Erliegen – ganz im Gegensatz zu Frankreich, England oder Spanien. Die Führer der mächtigen deutschen Stammesherzogtümer forcierten ihre Eigenständigkeit. Gleichzeitig wurden viele neue Städte gegründet, die sich gegenüber den jeweiligen Landesherren gern abgrenzten und sich so unterschiedlich entwickelten. Deswegen wechselten die Brotformen von Stadt zu Stadt und von Landschaft zu Landschaft – und wiesen lokale Eigenheiten auf.

Ein zusätzlicher Aspekt: Auch die Qualifikation und Kreativität der deutschen Bäckermeister trägt zur weltweit einzigartigen deutschen Brotkultur bei. Eine derart

Foto: AdobeStock/Farknot Architect

umfassende Ausbildung gibt es in den meisten Ländern nicht. Die Bedeutung des Brots in Deutschland zeigt auch ein Blick in Wanders Deutsches Sprichwörter-Lexikon. Darin finden sich zum Brot knapp fünfhundert Sinnsprüche. Die am häufigsten verzehrte Brotsorte im deutschsprachigen Raum ist das Mischbrot, das aus Roggen- und Weizenmehl gebacken wird. In den Mittelmeerländern hingegen werden fast ausschließlich Weizenbrote verzehrt.

SO BLEIBT DAS BROT FRISCH

Um die Haltbarkeit von Brot zu verlängern, sollte man es richtig lagern. Länger frisch bleibt es generell bei Aufbewahrung in einem Brotkasten aus Holz oder Kunststoff. Diesen sollten Sie einmal wöchentlich mit Essigwasser auswaschen, um der Bildung von Schimmel vorzubeugen. Auch Töpfe aus Steingut oder Ton eignen sich sehr gut, um Brot möglichst lange frisch zu halten. Der optimale Feuchtigkeitsaustausch im Steinguttopf sorgt dafür, dass sich kein Schimmel bildet.

Außerdem sollte das Brot stets mit der Schnittfläche nach unten aufbewahrt werden, damit es nicht so schnell austrocknet. Nicht zu empfehlen ist die Brotlagerung in Plastiktüten oder im Kühlschrank. Dort verliert das Brot schnell Feuchtigkeit und damit auch Geschmack. Eine normale Raumtemperatur ist zur Brotlagerung perfekt geeignet.

»Hi, ich bin Jo und ich backe Brot.«

3x zu verlosen! Stichwort „Brot", Teilnahmebed. siehe Seite 14.

KORN-AN-KORN-BROT OHNE MEHL

Ein Brot nur aus Körnern – wie soll das funktionieren? Jo Semola, Brotexperte aus Leidenschaft weiß, wie es gelingt und schmeckt. Haferflocken, Sonnenblumenkerne und Leinsaat sind die Hauptbestandteile eines Nur-Korn-Brots. Flohsamenschalen sorgen für die Bindung.

Zutaten: 290 g Haferflocken (zart), 170 g Sonnenblumenkerne, 255 g Leinsaat, 70 g Sesam, 70 g Mohn (gemahlen), 20 g Flohsamenschalen, 10 g Salz, 20 g Agavendicksaft, 700 g warmes Wasser (50°C). Außerdem benötigt: große Schüssel, Antihaft-Backform (circa 30 cm) und Teigthermometer.

1. Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel vermischen und mit dem warmen Wasser übergießen. Gut vermischen und mindestens zwei Stunden, besser über Nacht, quellen lassen.
2. Den Teig in eine Antihaft-Backform geben und glattstreichen.
3. Den Backofen auf 175°C vorheizen.
4. Brot 80 bis 90 Minuten backen – bis die mit dem Thermometer gemessene Kerntemperatur 95°C beträgt.
5. Genießen.

Rezeptlust entfacht? Mehr im Internet: https://josemola.de/

BUCH-TIPP:
„EINFACH. LECKER. BROT."
60 einfache Rezepte für Anfänger und Hobbybäcker: Jo Semola beweist, dass wirklich jeder Brot backen kann. Sein SPIEGEL-Bestseller eignet sich ideal für alle, die Brot lieben, gerne selbst backen oder damit beginnen möchten. Von der einfachen, schnellen Zubereitung bis hin zu aufwendigeren Backwaren: Auch erfahrenere Bäcker lernen hier noch etwas dazu. Hilfreiche Tipps und Tricks zu Equipment, Getreide- und Mehlsorten sowie Techniken zur Herstellung von verschiedenen Teig- und Gebäckformen ermöglichen den perfekten Einstieg in die Welt des Brotbackens.

Jo Semola: Einfach.Lecker. Brot.
riva Verlag, München 2022, 160 Seiten, 25 Euro.

Foto: filmfluence GmbH

EINE FREMDE SPRACHE LERNEN
DAFÜR IST MAN NIE ZU ALT

Keine Frage, auch Jahrzehnte nach dem Schulabschluss kann man noch sehr gut eine Fremdsprache erlernen. Auch wenn es beim Lernprozess sicherlich ein paar Unterschiede zwischen Lisa und Lieschen gibt. Sprich: Ältere Sprachschüler*innen greifen meist auf andere Lernmethoden zurück – und benötigen etwas mehr Muße. Doch es lohnt sich.

„Selbst ein paar Wörter einer anderen Sprache bringen mich auf meiner Reise schnell weiter. Den Rest erledige ich mit Händen und Füßen.“

Foto: AdobeStock/Shi

Haben Sie auch schon einmal mit dem Gedanken gespielt, auch mit 40, 50, 60 oder 70 etwas ganz Neues anzufangen? Zum Beispiel Klavier spielen, Skifahren oder eine neue Sprache erlernen. Trauen Sie sich, denn die aktuelle Hirnforschung zeigt: Insbesondere das Heranwagen an eine Fremdsprache hält die grauen Zellen fit und verlangsamt den Alterungsprozess des Gehirns. Denn entgegen der landläufigen Meinung können auch im Erwachsenenalter noch neue Nervenzellen im Hirn entstehen. Am Ende des Tages ist unser Gehirn „nur" ein Muskel, der trainiert werden und in Form bleiben will.

Wie wäre es zum Beispiel mit einer Fremdsprache, die Sie bereits zu Schulzeiten einmal „kurz angekratzt", aber wieder vergessen haben? Wenn man erst einmal das scheinbar Verlernte wieder hervorkitzelt, werden die zu einem früheren Zeitpunkt erworbenen Sprachkenntnisse schnell wieder lebendig. Doch auch vor Sprachen ohne bisherige Berührungspunkte sollten Sie keine Scheu haben. Es sei denn, Sie wagen sich an die ganz „harten Nüsse" wie zum Beispiel Japanisch, Chinesisch, Ungarisch oder Arabisch.

Sprachkurse online (Video)
Sehr effizient sind auch Sprachkurse, bei denen Sie der Lehrkraft im Video-Meeting online gegenübersitzen, zum Beispiel bei folgenden Anbietern: preply.de · berlitz.de · babbel.de

VHS-Sprachkurse vor Ort
Die VHS Böblingen-Sindelfingen (www.vhs-aktuell.de) bietet zahlreiche Sprachkurse an: Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Portugiesisch, Chinesisch und weitere Sprachen.

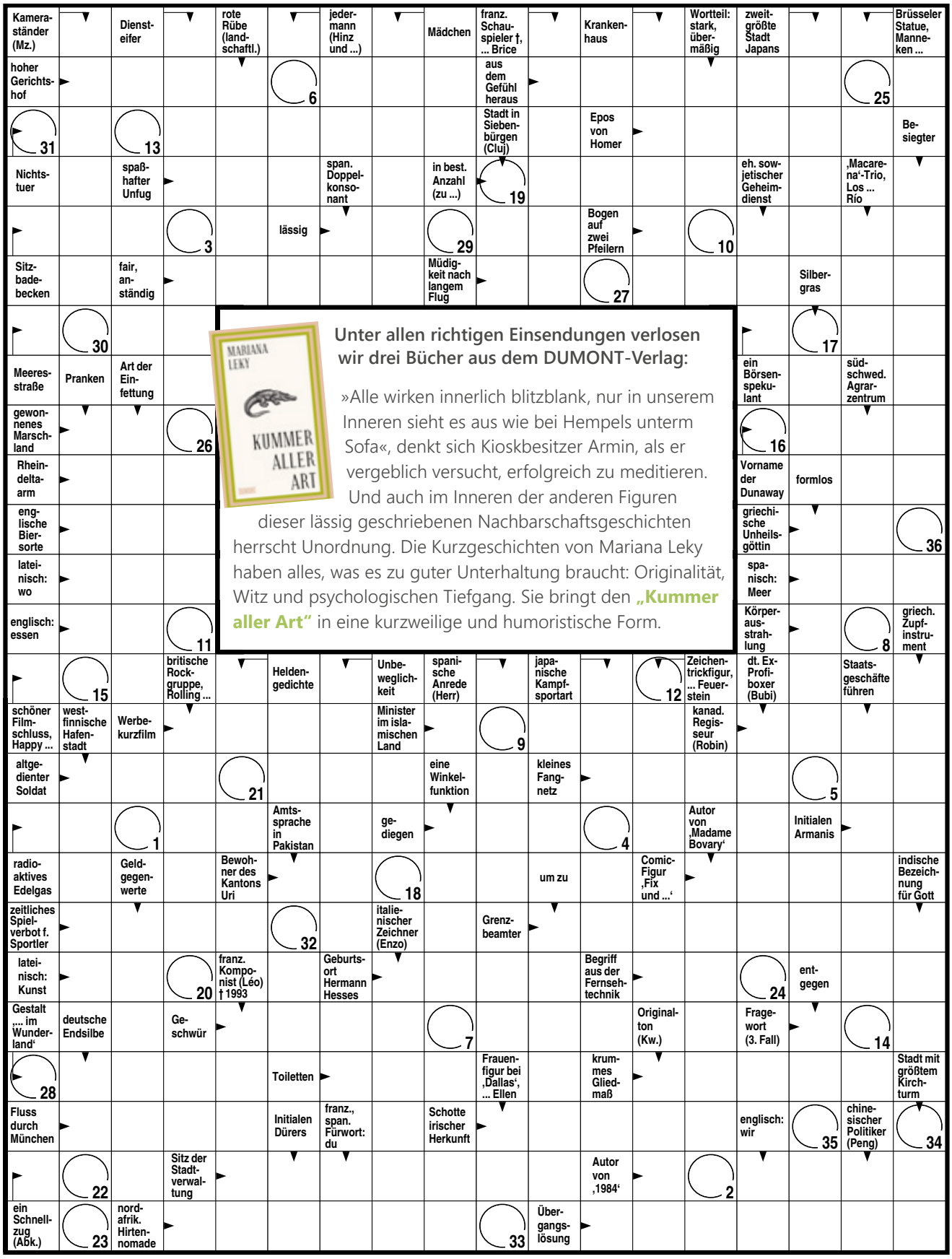
Zeit zum Lernen? Reiselustig? Perfekt!
Wer erst im Ruhestand eine neue Sprache lernt, hat meist einen großen Vorteil: Zeit. Man kann das Erlernte ausreichend wiederholen und bringt es so deutlich besser ins Langzeitgedächtnis. Außerdem sind häufige Wiederholungen von kleinen Vokabel- oder Grammatik-Portionen schon immer eine der besten Strategien beim Lernen von Sprachen gewesen. Ob Ü40 oder Ü70 – eines ist immer ratsam: Wählen Sie für sich einen strukturierten und kontinuierlichen Lernplan, um schnelle Erfolge zu erzielen.

Ebenfalls hilfreich sind motivierte Lernpartner*innen. Zu zweit oder in einer Gruppe motiviert man sich gegenseitig. Für noch mehr „Schub" sorgt eine Sprachreise. Denn wo könnte man eine Sprache besser erlernen und anwenden als in dem Land, in dem sie gesprochen wird? Und das in Gesellschaft netter Menschen, die dasselbe Lernziel haben? Im Internet finden sich unzählige Anbieter von Sprachreisen – auch für Erwachsene unterschiedlicher Altersgruppen. Zum Beispiel lisa-sprachreisen.de, dialog.de oder ef.de.

Top Apps zum Lernen
Apps für Smartphone und Tablet ermöglichen das Lernen von Sprachen, wann und wo immer man will. Hier ein paar führende Apps für iOS (Apple) und Android Smartphones beziehungsweise Tablets:

BABBEL: kostenlose Probelektion, buchbare Kurse
DUOLINGO: kostenlos, In-App-Käufe
BUSUU: kostenlos, In-App-Käufe

Illustrationen: AdobeStock/ ivector



Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei Bücher aus dem DUMONT-Verlag:

»Alle wirken innerlich blitzblank, nur in unserem Inneren sieht es aus wie bei Hempels unterm Sofa«, denkt sich Kioskbesitzer Armin, als er vergeblich versucht, erfolgreich zu meditieren. Und auch im Inneren der anderen Figuren dieser lässig geschriebenen Nachbarschaftsgeschichten herrscht Unordnung. Die Kurzgeschichten von Mariana Leky haben alles, was es zu guter Unterhaltung braucht: Originalität, Witz und psychologischen Tiefgang. Sie bringt den **„Kummer aller Art"** in eine kurzweilige und humoristische Form.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 —

20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36

TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Die Verlosung der Bücher und Preise findet ausschließlich unter Mieter*innen statt und erfolgt durch ein Losverfahren, die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Einsendeschluss ist der 28.02.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Stichwort bitte per E-Mail an: gewinnspiel@kreativkoepfe.de (mit Absender!) oder per Post an: Kreativköpfe GbR, Gutenbergring 69a, 22848 Norderstedt.

STEVEN SPIELBERGS ERINNERUNGEN AN DIE JUGENDZEIT

Steven Spielbergs Film **„Die Fabelmans“** ist ein sehr persönliches Porträt einer amerikanischen Kindheit und zugleich eine cineastische Hommage an die (Familien-) Beziehungen, die das Leben und die Karriere des Filmemachers geprägt haben.

Die Leidenschaft von Sam Fabelman (Gabriel LaBelle) ist seit seinem ersten Kinobesuch das Filmemachen – ein Interesse, das seine kunstbegeisterte Mutter Mitzi (die vierfach Oscar®-Nominierte Michelle Williams) schätzt und fördert. Sams Vater Burt (Paul Dano) hingegen, ein erfolgreicher Ingenieur, befürwortet Sams Arbeit zwar, hält sie aber für nicht mehr als ein Hobby. Doch die Faszination für bewegte Bilder lässt den jungen Sam nicht mehr los. In immer aufwendigeren Filmproduktionen setzt er seine Schwestern und Freunde in Szene. Doch als die Fabelmans umziehen und es zu Turbulenzen innerhalb der Familie kommt, muss sich Sam mehr denn je auf seine Liebe zum Kino und die Macht der Filme besinnen, um seine Träume nicht aus den Augen zu verlieren.

Das Drehbuch stammt von Steven Spielberg und dem Pulitzer-Preisträger Tony Kushner, der für seine Drehbücher zu Spielbergs Filmen Lincoln und München jeweils Oscar®-Nominierungen erhielt.

„Die Fabelmans“ konnte sich bei den Golden Globes in den Kategorien „Bester Film (Drama)“ und „Beste Regie“ gegen die Konkurrenz durchsetzen und gehörte damit zu den großen Gewinnern des Abends.

Kinostart: 9. März 2023

Foto: Universal Pictures, Comic/Carl HAnser Verlag

VOM WANDEL EINER INSELWELT

Der Roman „Nebenan“ von Kristine Bilkau spielt in einem kleinen Ort am Nord-Ostsee-Kanal, zwischen Natur, Kreisstadt und Industrie, kurz nach dem Jahreswechsel. Eine Familie verschwindet spurlos, das verlassene Haus wird zum gedanklichen Zentrum der Nachbarn: Julia, Ende dreißig, die sich vergeblich ein Kind wünscht, die mit ihrem Freund erst vor Kurzem aus der Großstadt hergezogen ist und einen kleinen Keramikladen mit Online-Shop betreibt. Astrid, Anfang sechzig, die seit Jahrzehnten eine Praxis in der nahen Kreisstadt führt und sich um die alt gewordene Tante sorgt. Und dann ist da das mysteriöse Kind, das im Garten der verschwundenen Familie auftaucht.

Sie alle kreisen wie Fremde umeinander, scheinbar unbemerkt von den Nächsten. Ihre Wege kreuzen sich, ihre Geschichten verbinden sich miteinander, denn sie suchen, wonach wir alle uns sehnen: Geborgenheit, Zugehörigkeit und Vertrautheit.

Luchterhand Literaturverlag, 288 Seiten, 22 Euro, Der Hörverlag, gesprochen von Heike Warmuth, 17,95 Euro

WOHER KOMMT DIE WELT?

Eines Tages erhält Sofie einen Brief, in dem nur eine Frage steht: „Wer bist du?“ Es folgen weitere Briefe, von wem sie stammen, bleibt ein Rätsel. Doch sie entführen die junge Frau auf eine Reise durch die Geschichte der Philosophie.

Eine beeindruckende Graphic Novel, die Fans des Kultromans und die nächste Generation gleichermaßen begeistern wird! **„Sofies Welt oder die Geschichte der Philosophie - Von den Anfängen“** ist die erste Graphic Novel (zusammen mit Jostein Gaarder) des 1971 geborenen Belgiers Vincent Zabus, die Illustrationen stammen aus der Feder des französischen Comicautoren Nicoby.

Carl Hanser Verlag, 264 Seiten, 25 Euro

Wohnstätten Sindelfingen GmbH, Bahnhofstraße 9, 71063 Sindelfingen
Postfach 569, 71047 Sindelfingen
Telefon: 07031 6109-0, Telefax: 07031 6109-66
www.wohnstaetten-sindelfingen.de, info@wohnstaetten-sindelfingen.de