für uns

JUNI 2021

Ihr Mitgliedermagazin

BAUVEREIN GREVENBROICH

Sicher wohnen. Ein Leben lang.

Meditation – „Momente der Reflexion“

Mitgliederversammlung am 1. September 2021

Neubauankündigung Mathias-Esser-Straße

Editorial

Die Corona-Pandemie begleitet uns schon den zweiten Sommer. Im Sommer des letzten Jahres glaubten wir, das Schlimmste überstanden zu haben, und bald machte sich wieder eine gewisse Leichtigkeit breit. Trotz der mahnenden Hinweise der Virologen glaubte kaum jemand, dass es zu neuen, teils noch massiveren Einschränkungen kommen könnte.

Das vergangene Jahr forderte viel Veränderungsbereitschaft von jedem Einzelnen. Eltern wurden zu Lehrern. Lehrer wurden zu Medienkünstlern. Künstler suchten sich andere Ausdrucksformen. Kinder verabredeten sich zum Spielen in den medialen Welten. Viel geschah, was man sich vor wenigen Jahren nicht hätte vorstellen können.

Für die Zukunft gilt es, das gute Neue mit dem guten Alten zusammenzubringen. Bei den vielfältigen Herausforderungen unserer Zeit brauchen wir alle guten Qualitäten. Auf die Familie heruntergebrochen heißt das, die guten Erfahrungen des Großvaters mit den guten Ideen des Enkels zusammenzubringen. So wird es möglich sein, bei einem guten Konsens gemeinsam ein schönes Leben zu genießen. Und so bereichern und achten die Generationen sich gegenseitig.

Die negativen Dinge der Pandemie wollen wir alle bald hinter uns lassen. Wir sollten gemeinsam den Fokus auf die positiven Entwicklungen richten.

In diesem Sinne uns allen eine gute Zeit.

Der Vorstand

Inhalt

Juni 2021

Wohnen mit uns

Mitgliederversammlung am 1. September 2021 3
Elektromobilität? Ja klar! 3
Mieterausflug muss leider ausfallen 4
Neubauankündigung Mathias-Esser-Straße 4
Strangsanierung und Heizungserneuerung
in der Berliner Straße 5

Wohnen für uns

Der Bodensee 6
15 Fakten rund um die Fußball-EM 8
„Momente der Reflexion“ 10
Wie wohnen und bauen wir morgen? 12
Zahlen, Daten, Fakten:
Dem Himmel so nah –
Die höchsten Monumente der Welt 13
Unsere Kinderseite 14
Unsere Buchtipps 15
Impressum 15

Visualisierung: fsp Architekten Illustration: Haufe Newtimes Fotos: BAUVEREIN GREVENBROICH eG; shurkin_son – stock.adobe.com (Titel)

Mitgliederversammlung am 1. September 2021

Die jährliche Mitgliederversammlung des Bauvereins findet satzungsgemäß immer im Juni des Jahres statt. Da die Corona-Pandemie und die damit verbundene Corona-Verordnung mit ihren Abstands- und Hygieneregeln eine solche Veranstaltung verbot, konnte die Mitgliederversammlung im Jahr 2020 nicht stattfinden. Für diese Sondersituation hat der Gesetzgeber Sondergesetze erlassen, die unter anderem die Verschiebung einer Mitgliederversammlung ermöglichen.

Einige wichtige Beschlüsse wurden im vergangenen Jahr auf Basis der Sondergesetze durch den Aufsichtsrat beschlossen, beispielsweise eine Abschlagszahlung auf die zu erwartende Dividende für das Jahr 2019. Seit Juni 2020 haben Aufsichtsrat und Vorstand immer wieder versucht, unter den jeweils gültigen Vorschriften einen Veranstaltungstermin und -ort zu finden. Dazu muss man wissen, dass der Vorlauf für die Organisation einer Mitgliederversammlung mindestens sechs Wochen beträgt – sechs Wochen, für die die Entwicklung des Pandemieverlaufes einzuschätzen ist.

Da Ende März nach Einschätzung von Fachleuten für den Monat Juni keine positive Entwicklung absehbar war, die unsere Mitgliederversammlung erlaubt hätte, beschlossen Aufsichtsrat und Vorstand, den Termin für die Mitgliederversammlung für die Jahre 2020 und 2021 auf den 1. September 2021 festzulegen. Da in dieser Versammlung Tagesordnungspunkte und Beschlüsse für die Geschäftsjahre 2019 und 2020 bearbeitet werden müssen, wurde zudem beschlossen, den Termin auf 16 Uhr vorzuziehen.

Die Mitgliederversammlung werden wir vorraussichtlich am 1. September 2021 unter den dann aktuellen Abstands- und Hygieneregeln durchführen. Den endgültigen Termin, den Beginn und den Veranstaltungsort werden wir Ihnen mit der Einladung zur Mitgliederversammlung mitteilen, die Ihnen spätestens 14 Tage vor der Versammlung zugehen wird.

Elektromobilität? Ja klar!

Die Verkaufszahlen von elektrisch betriebenen Autos steigen rasant! Der endgültige Ausstieg aus der Verbrennertechnologie ist absehbar. Mit Zunahme der elektrisch betriebenen Autos muss der Ausbau der Ladeinfrastruktur einhergehen. Um unseren Mietern den Erwerb eines strombetriebenen Autos zu ermöglichen, projektieren wir die Installation von Elektroladesäulen in unseren Quartieren. Wir konzentrieren uns zunächst auf die Standorte, an denen die Genossenschaft viele Wohnungen besitzt. Noch für das Jahr 2021 sind zehn Elektroladepunkte in folgenden Quartieren vorgesehen: Niermannstraße, Arndtstraße, Berliner Straße, Grönlandareal, Flutgraben. Vor dem jüngst fertiggestellten Gebäude Kolpingstraße 100 ist bereits die erste Ladesäule mit zwei Ladepunkten für Sie im Einsatz. Der Ausbau wird entsprechend der Nachfrage in den nächsten Jahren auch in den anderen Quartieren hergestellt. Wenn Sie eine konkrete Anfrage haben, prüfen wir gerne ob an Ihrem Standort die Umsetzung möglich ist.

Strombelieferung und Abrechnung sowie die technischen Belange übernimmt unser Kooperationspartner NEW. Durch einen Rahmenvertrag wurde ein vergünstigter Stromtarif für alle Genossenschaftsmitglieder ausgehandelt. Die Ladesäulen sind öffentlich und somit auch von Elektroautofahrern nutzbar, die nicht Mitglied unserer Genossenschaft sind. Falls Sie an dem Laden an einer solchen Elektroladesäule interessiert sind, melden Sie sich bitte bei uns in der Verwaltung, sodass wir Ihnen den preisreduzierten Zugang eröffnen können.

Foto: BAUVEREIN GREVENBROICH eG

Ihre Ansprechpartnerin für Fragen zur Elektromobilität ist unsere Mitarbeiterin **Sandra Koch** (sandra.koch@bauverein-gv.de oder per Telefon 02181 6509-30).

Zur Info

Mieterausflug muss leider ausfallen

Lange war es Tradition, jeden Sommer gemeinsam mit unseren Mieterinnen und Mietern einen Ausflug zu unternehmen. Verschiedene Freizeitparks, Zoos oder auch die Karl-May-Festspiele in Elspe waren unsere Ziele. Bereits im letzten Sommer musste aufgrund der Corona-Pandemie der Ausflug ausfallen. Damals hegten wir die Hoffnung, dass wir im Jahr 2021 wieder gemeinsam starten könnten. Bereits im April hätten die Vorbereitungen für den diesjährigen Ausflug getroffen werden müssen. Leider waren wir in dieser Zeit in einem weiteren Lockdown. Auch die Perspektive für den Sommer war nicht positiv. Der Vorstand hat deshalb entschieden, dass ein gemeinsamer Ausflug dieses Jahr nicht zu verantworten ist. Zwar bewegen sich die Teilnehmer am Ziel unserer Fahrt immer in Außenbereichen, aber allein die Fahrt im Reisebus mit so vielen Personen ist nicht zu verantworten. Da viele Familien davon betroffen sind, bedauern wir diese notwendige Entscheidung. Wir gehen davon aus, dass weite Teile der Bevölkerung in diesem Jahr geimpft werden und wir dann im Jahr 2022 endlich wieder unseren gemeinsamen Ausflug unternehmen können. ●

Neubauankündigung Mathias-Esser-Straße

Die Bauverein Grevenbroich eG möchte die Tradition fortsetzen, kontinuierlich ihren Wohnungsbestand zu verjüngen. Es hat sich hierbei bewährt, zur optimalen Ausnutzung der wirtschaftlichen und personellen Ressourcen einen Neubau in der Projektierung zu haben. Dank der Potenziale der noch nicht genutzten Grundstücke des Bauvereins besteht die Möglichkeit, die nächsten Bauvorhaben ohne Rückbau vorhandener Wohnungen durchzuführen.

In Grevenbroich-Elsen wurde im „Grönlandareal“ in den Neunzigerjahren durch den Bauverein ein wichtiges Wohnviertel mit 195 genossenschaftlichen Wohnungen errichtet. In diesem Zusammenhang wartet seit jener Zeit ein freies Grundstück mit vorhandenem Baurecht auf Komplettierung des Städtebaus. Um das bestmögliche Konzept für das Grundstück zu finden, wurde ein Qualifizierungsverfahren mit drei lokalen Architekturbüros durchgeführt. Nach einer fachbereichsübergreifenden Auswertung der eingereichten Entwürfe freuen wir uns, Ihnen das Konzept des Architekturbüros fsp aus Wevelinghoven vorstellen zu dürfen. Der Entwurf sieht einen dreigeschossigen Baukörper mit eingerücktem Staffelgeschoss vor. Während das Sockelgeschoss sich auf die städtebaulichen Kanten der Nachbarschaft bezieht, nimmt das Staffelgeschoss die Dachform des Nachbargebäudes auf und interpretiert sie zeitgemäß.

Es entstehen 20 barrierefreie Wohnungen in einer Größe von 62 m² bis 97 m². Hiervon werden 15 Wohnungen öffentlich gefördert und weitere fünf frei finanziert. Der energetische Standard wird sich an einem Kfw55-Effizienzhaus orientieren, sodass das Haus zukünftig mit minimalem Energieaufwand betrieben werden kann.

Neben dem neu geschaffenen Wohnraum für unsere Genossen ist eine Aufwertung des Quartiers und eine Entspannung der Parksituation zu erwarten. Auf dem benachbarten Grundstück – zwischen dem Außenlager der Seniorenresidenz und dem Spielplatz – werden weitere Stellplätze mit Elektroladesäulen geschaffen. ●

Illustration: Haufe Newtimes Visualisierung: fsp Architekten

TECHNIKTICKER UNSERE AKTIVITÄTEN FÜR SIE IM 3. QUARTAL 2021

+++ 7 Teilmodernisierungen +++ 4 Vollmodernisierungen +++ Erneuerung Heizungsanlage Auf dem Grießen 42, 44 +++ Anstrich

Strangsanierung und Heizungserneuerung in der Berliner Straße

Anknüpfend an das erfolgreiche Sanierungsprogramm aus dem Jahr 2020 in der Berliner Straße 6–10 werden wir in diesem Jahr in dem benachbarten Gebäuderiegel Berliner Straße 12–16 die Gasetagenthermen durch eine Zentralheizung ersetzen und in diesem Zusammenhang die Leitungsstränge und die Bäder erneuern.

Da seit 1. Januar 2021 eine CO_2-Steuer für die Verbrennung von fossilen Ressourcen erhoben wird, muss dieser Aspekt bei zukünftigen Neuplanungen stärker berücksichtigt werden. Deshalb fiel die Entscheidung zugunsten des regenerativen Brennstoffs Pellets, der in der Nachhaltigkeitsbewertung am besten abschneidet, gleichzeitig entfällt damit die Zusatzbelastung der CO_2-Steuer für die Bewohner.

Wir nutzen die Gelegenheit und erneuern in diesem Zusammenhang die Steigleitungen und die Bäder in den Wohnungen. Neben neuen Keramiken und Fliesen wird die Badewanne durch eine bodengleiche Dusche ersetzt. Durch diesen Abbau von Barrieren werden wir insbesondere unseren älteren Bewohnern stärker gerecht. Die Maßnahme hat in diesem Frühjahr begonnen und wird bis zum Ende des Sommers abgeschlossen sein.

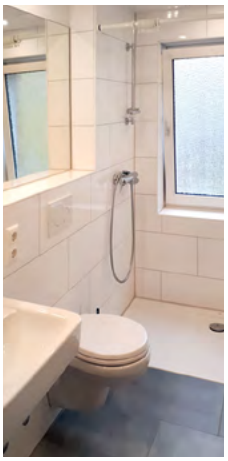


Foto: BAUVEREIN GREVENBROICH eG

Impressum Unternehmensseiten
Bauverein Grevenbroich eG
Ostwall 27, 41515 Grevenbroich
Redaktion und verantwortlich:
Hubert Zimmermann, Tel. 02181 6509-0

Wir suchen einen

angehenden Handwerksmeister (m/w/d)

(fachgebietsunabhängig)

Sie lernen unsere Genossenschaft mit all ihren Häusern und den darin wohnenden Genossinnen und Genossen von der praktischen Seite her kennen und wachsen von dort in die administrativen Tätigkeitsfelder der Hausbewirtschaftung hinein.

Ihre Tätigkeiten:
- Kontrolle, Pflege und Wartung der haustechnischen Anlagen
- Durchführung von Wohnungsendabnahmen, -übergaben und -begehungen
- Durchführung der Kontrollen zur Einhaltung der Hausordnung
- selbstständige Planung und Durchführung von Instandhaltungsarbeiten

Ihr Profil:
- Sie verstehen sich als Dienstleister und Kümmerer
- Sie verfügen über ein freundliches, sicheres und souveränes Auftreten
- Sie haben eine berufliche Ausbildung als Handwerksmeister
- technisches Verständnis und idealerweise Berufserfahrung im Immobilienbereich
- Sie interessieren sich für die Möglichkeiten des Computers

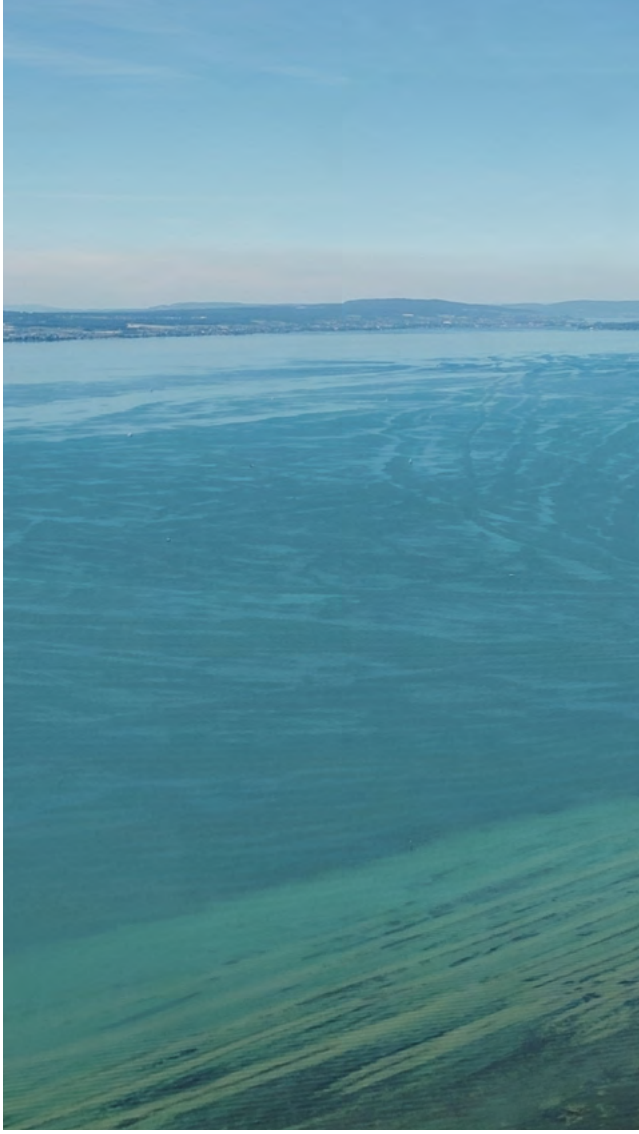
Wir bieten:
- einen sicheren und abwechslungsreichen Arbeitsplatz in einem engagierten Team,
- eine leistungsgerechte Vergütung nach dem Tarifvertrag der deutschen Immobilienwirtschaft,
- betriebliche Altersvorsorge und weitere Sozialleistungen,
- eine unbefristete Vollzeitstelle von zurzeit 37 Wochenstunden.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich mit der Angabe des frühestmöglichen Eintrittstermins per E-Mail an:
BAUVEREIN GREVENBROICH eG
Frau Florence Meyer
Ostwall 27, 41515 Grevenbroich
Telefon: 02181 6509-29
E-Mail: florence.meyer@bauverein-gv.de, www.bauverein-gv.de

Treppenhaus Berger Busch 26, 28/73, 75 +++ Fassadenreinigungen: Von-Bodelschwingh-Straße 5, Berger Busch 26, 28/73, 75 +++

Der Bodensee

„Wenn ich den See seh', brauch' ich kein Meer mehr" – selten passt dieser hintersinnige Spruch besser als auf den Bodensee. Das gigantische Gewässer mutet einem Meer an, ist Deutschlands größtes Binnengewässer und vereint dazu gleich drei Anrainerstaaten. Entdecken Sie mit uns die vielfältige Region.



Nehmen wir zum Beispiel Mainau, die drittgrößte Insel im Bodensee. Viele kennen Mainau, das rein formal ein Stadtteil von Konstanz ist, unter dem Namen „Blumeninsel" – diesen Zusatz verdankt sie Gustaf Lennart Nicolaus Paul Bernadotte, Graf von Wisborg († 2004), dem Mainau seit 1974 gehörte und der das Kleinst-Eiland über die Jahre in ein Blumenmeer verwandelt hat. Die Pracht zieht alljährlich über eine Million Touristen an, die das Barockschloss oder das Schmetterlingshaus bewundern. Dank der Pflanzenvielfalt gibt es zu jeder Jahreszeit etwas zu entdecken: von der Frühlingsallee über den italienischen Rosengarten bis zum Dahliengarten im Herbst.

Konstanz – Grenzstadt mit Charme

Wer es gern ein bisschen urbaner mag, sollte die zahlreichen Städtchen und Städte entlang des Seeufers besuchen. Allem voran steht Konstanz, die größte deutsche Stadt am Bodensee, direkt an der Grenze zur Schweiz. Der Umstand, dass Konstanz während des Dreißigjährigen Kriegs und des Zweiten Weltkriegs nur wenig zerstört wurde, spiegelt sich in der mittelalterlichen Altstadt wider. Unübersehbar ist die Hafenfigur „Imperia" – die Edelkurtisane trägt sowohl König Sigismund als auch den auf dem Konzil von Konstanz 1417 gewählten Papst Martin V. auf ihren Händen. Unweit davon befindet sich ein Highlight für Wasserfreunde: das Sea Life Erlebnismuseum. Hier begeben Sie sich auf eine Reise vom Bodensee in verschiedenen Welten im und am Wasser, um deren Pflanzen und Tiere kennenzulernen.

Beste Aussichten: mit einem Zeppelin über Friedrichshafen schweben.

Im Zeppelin über den See fliegen

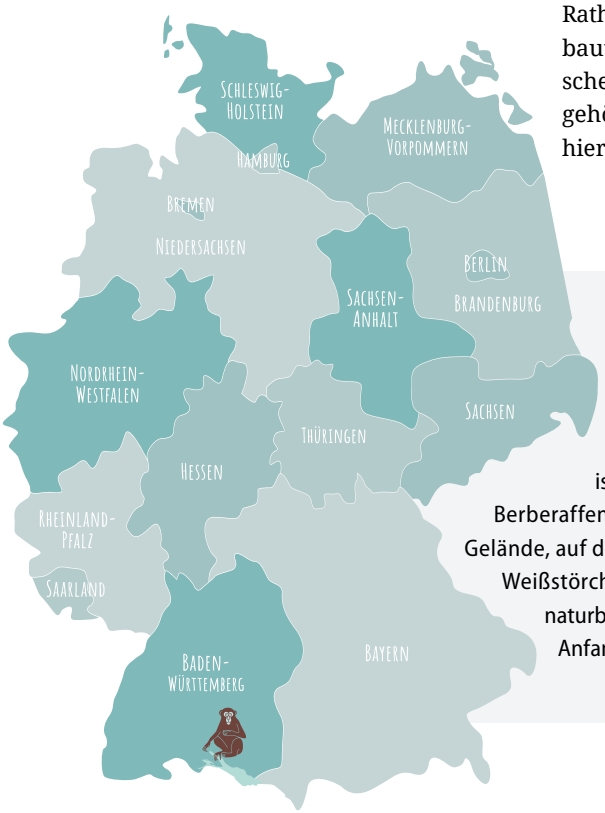
Wenn Sie mit dem eigenen Auto anreisen, sollten Sie von Konstanz aus per Fähre nach Meersburg aufbrechen und von dort dann an der Küste des Nordufers über das bildschöne Immenstaad am Bodensee nach Friedrichshafen und anschließend nach Lindau fahren. Von Meersburg lohnt sich ein Abstecher mit der Fähre zum Pfahlbaumuseum Unteruhldingen, den zum UNESCO-Weltkulturerbe gehörenden Siedlungen aus der Stein- und Bronzezeit. In Friedrichshafen, vielleicht nicht die schillerndste Perle am Bodensee, kann man buchstäblich auf den Pfaden berühmter Persönlichkeiten, die in der Stadt wirkten, wandeln. Der Autokonstrukteur Karl Maybach arbeitete hier

Reisefieber – Sicherheit geht vor

Gerade jetzt ist das Träumen von fernen Orten besonders wichtig. Deshalb wollen wir Sie auch weiterhin mit Reise- und Ausflugstipps inspirieren. Nichtsdestotrotz ist die aktuelle Gesundheitslage sehr ernst zu nehmen. Bitte informieren Sie sich vor Ihrer Reise über die aktuellen Bestimmungen und Maßnahmen zur Pandemiebewältigung bzw. Terminänderungen und Öffnungszeiten.

genauso wie Ferdinand Graf von Zeppelin. Natürlich lassen sich Stadt und See entsprechend in einem Zeppelin-Rundflug erkunden.

Lindau hingegen ist unbedingt einen Besuch wert: Die gesamte Altstadt steht unter Ensembleschutz und liegt dazu noch pittoresk auf einer Insel im Bodensee. Blickfang ist das prächtige Rathaus aus dem 15. Jahrhundert, stolze 14 Jahre bauten die Bürger an dem Prachtbau im gotischen Stil. Er steht in der Maximilianstraße und gehört somit zur Flaniermeile der Inselstadt – hier schlägt das Herz Lindaus.



Spezialtipp: Der Affenberg Salem

Deutschlands größtes Affengehege befindet sich in der Nähe vom Salem (bekannt durch das Elite-Internat Schule Schloss Salem) und ist nicht nur durch die circa 200 freilaufenden Berberaffen eine echte Attraktion. 20 Hektar umfasst das Gelände, auf dem sich auch eine frei fliegende Kolonie von Weißstörchen befindet und diverses Damwild durch die naturbelassenen Wälder streift. Geöffnet ab März bis Anfang November.

Fotos/Illustration: Bernd Schmidt – stock.adobe.com; Tatjana Balzer – stock.adobe.com; Haufe Newtimes

15 Fakten rund um die Fußball-EM

Mit einem Jahr Verspätung findet die Fußball-Europameisterschaft vom 11. Juni bis 11. Juli statt. Auch wenn die Unsicherheit nach wie vor groß ist, präsentieren wir Ihnen hier ein paar Fußball-Fakten, mit denen Sie in jedem Smalltalk glänzen können.

1. Die Fußball-Europameisterschaft, die in diesem Sommer ausgetragen wird, ist die 16. insgesamt und die erste, die in einem ungeraden Jahr stattfindet.

2. Spanien und Deutschland sind die EM-Rekordgewinner: Beide Nationen triumphierten jeweils drei Mal (Spanien 1964, 2008, 2012; Deutschland 1972, 1980, 1996).

3. Berti Vogts ist der Einzige, der sowohl als Spieler (1972) als auch als Trainer (1996) eine Fußball-EM gewonnen hat.

4. Spanien ist das einzige Land, das drei große Turniere nacheinander gewinnen konnte: Zwischen den EM-Titeln 2008 und 2012 wurden die Iberer 2010 auch Fußball-Weltmeister.

5. Die ersten beiden Fußball-Europameisterschaften hießen gar nicht so – die Turniere 1960 in Frankreich und 1964 in Spanien trugen den Namen „Europapokal der Nationen“.

6. EM-Rekordtorschützen sind Michel Platini (Frankreich) und Cristiano Ronaldo (Portugal) mit jeweils neun Treffern. Während Platini alle Tore bei einer EM erzielte (1984), brauchte Ronaldo ganze vier Endrunden (2004 bis 2016). Diesen Sommer könnte er zum alleinigen Torschützenkönig der EM-Geschichte avancieren.

7. Erster Sieger war 1960 die Sowjetunion durch ein 2 : 1 nach der Verlängerung gegen Jugoslawien. Beide Länder gibt es heute nicht mehr.

8. Deutschland ist die erfolgreichste EM-Nation: Neben den drei Titelgewinnen stand unsere Nationalelf sechsmal im Finale und neunmal im Halbfinale bei zwölf Teilnahmen insgesamt. Niemand hat häufiger gewonnen (26-mal), mehr Tore geschossen (72) und mehr Punkte geholt (90).

9. Der Spanier Iker Casillas ist der einzige Spieler, der an fünf EM-Endrunden teilgenommen hat – allerdings kam er nur bei drei Turnieren zum Einsatz (von denen der Torhüter zwei gewonnen hat).

10. Der EM-Rekordspieler ist Cristiano Ronaldo, der bei vier Turnieren 21-mal für Portugal auflief. Platz zwei belegt Bastian Schweinsteiger mit 18 Einsätzen bei vier Turnieren. Er ist damit der EM-Rekordspieler für Deutschland.

11. Michael Ballack wurde 2008 zum ersten Spieler, der in einem Jahr sowohl das Finale der Champions League (mit dem FC Chelsea) als auch das EM-Endspiel verlor.

12. Lothar Matthäus ist der älteste Spieler, der jemals an einer EM-Endrunde teilgenommen hat: Bei der 0 : 3-Niederlage Deutschlands gegen Portugal bei der EURO 2000 war er 39 Jahre und 91 Tage alt.

13. Die erfolgreichsten deutschen EM-Torschützen sind: Jürgen Klinsmann und Mario Gomez mit jeweils fünf Treffern.

14. Die Idee einer Europameisterschaft stammt von Henri Delaunay, dem damaligen Generalsekretär des französischen Fußballverbands, im Jahr 1927. Ihm zu Ehren trägt der Pokal bis heute seinen Namen.

15. Die EM, die in diesem Sommer stattfindet, ist die erste, die nicht in einem Land, sondern europaweit ausgetragen wird – sofern es Corona zulässt. Gespielt wird in elf europäischen und einer asiatischen Stadt (Baku, Aserbeidschan). Das Eröffnungsspiel findet am 11. Juni in Rom statt, das Endspiel am 11. Juli in London. So will man den 60. Geburtstag der Europameisterschaft nachträglich feiern. Denn coronabedingt um ein Jahr verschoben, feiern die Fußballfans jetzt eigentlich den 61. EM-Geburtstag.

Illustration: Haufe Newtimes

„Momente der Reflexion“

Existenzängste, Einsamkeit, soziale Distanz: Die Corona-Pandemie schafft schwierige Probleme, mit denen man allein schwer klarkommt. Aber es gibt durchaus Möglichkeiten, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen, zum Beispiel durch Meditation. Aber wie genau funktioniert das? Die für uns-Redaktion hat mit der Expertin Jessica Schüssler aus Halstenbek bei Hamburg gesprochen.

für uns-Redaktion: Frau Schüssler, besteht aktuell ein gesteigertes Interesse der Menschen an Meditation?
Jessica Schüssler: Ja, das kann man schon so sagen. Es ist generell zu beobachten, dass in den letzten zehn Jahren ein ganz großer Bedarf dem Thema gegenüber entstanden ist – das habe ich sowohl in meiner Yogaschule als auch in meiner Beratertätigkeit für Firmen ganz deutlich gemerkt. Dort halte ich viele Vorträge zum Thema Stressbewältigung, Resilienz, Achtsamkeit. Vor zehn Jahren wäre es nicht denkbar gewesen, dass mich eine Firma beauftragt, einen Vortrag zu den Themen Meditation und Achtsamkeit zu halten.

Hat die Corona-Situation den Bedarf an Meditation noch verstärkt?
Absolut, die Pandemie hat dem Ganzen sozusagen noch die Krone aufgesetzt. Wir sind durch diese außerordentliche Situation, in der wir uns ja alle befinden, mit ganz viel Themen konfrontiert, mit denen wir uns vorher nicht auseinandersetzen mussten – zumindest nicht in diesem Maße.

Welche Themen sind das?
Homeoffice, Home Schooling, aber natürlich auch das Thema Vereinsamung. Diese Themen müssen wir sozusagen zusätzlich neben den ganzen anderen, „normalen“ Stresseinflüssen ertragen. Und nun merken die Menschen noch mehr, dass sie für sich eine Technik oder ein Ventil finden müssen, um mit diesen ganzen Themen umgehen zu können. Da ist die Meditation naheliegend, weil man das wunderbar zu Hause machen kann.

Das heißt, dass Sie neben Firmen nun auch verstärkt von Privatleuten für eine Meditation angefragt werden?
Yoga ist immer mehr zu einer Art Lebensstil geworden. Sogar immer mehr Männer trauen sich auf die Yogamatte, was mich sehr erfreut. Die Meditation ist tatsächlich auch ein Instrument, wonach die Leute immer mehr fragen. Die Menschen fangen an, an den verschiedensten Stellschrauben zu drehen, wenn sie sich nicht mehr so richtig wohlfühlen. Eine Stellschraube ist dabei der eigene Körper. In der Regel beginnt man dann mit einem Sport- oder Bewegungsprogramm. Viele Menschen, die sich ohnehin schon ausgelaugt fühlen, können sich ganz gut mit der Philosophie anfreunden, die hinter Yoga steht.

Stichwort „Achtsamkeit im Homeoffice“: Das ist ein Thema, das viele Millionen Mitarbeitende betrifft. Wie bin ich achtsam am heimischen Schreibtisch?
Uns Menschen helfen Strukturen. In der Vor-Corona-Zeit war das zum Beispiel die Mittagspause, die wir mit Kolleginnen und Kollegen verbracht haben. Das fällt nun weg und wir müssen uns neue Rahmenbedingungen schaffen. Wann beginnt mein Arbeitstag und wie starte ich ihn? Früher haben wir die Kinder in die Schule gebracht und sind danach zur Arbeit gefahren. Jetzt

„schwimmen“ wir ein bisschen durch den Tag, was sich positiv, aber auch negativ auswirken kann. Die für den Arbeitsweg eingesparte Zeit kann man ja nun auch wunderbar für Sport nutzen. Oder man stellt sich den Wecker später und schläft länger – aber ob das der richtige, achtsame Umgang mit den neuen Rahmenbedingungen ist, bezweifle ich.

Wie macht man es denn aus Ihrer Sicht richtig, oder besser: richtiger?
Als Erstes: Strukturen, also Abläufe schaffen, damit wir unser Tagessoll gut erfüllt bekommen und so ein gutes Gefühl haben. Wenn Sie beispielsweise länger schlafen und deswegen weniger produktiv sind, besteht die Gefahr, dass Sie deswegen frustriert sind. Meine Empfehlung ist: Morgens raus aus dem Pyjama und rein in ein Arbeitsoutfit. Dadurch kann man sich auch optisch ein Signal setzen, dass jetzt der Arbeitstag beginnt. Weiter ist aus meiner Sicht wichtig, dass man seinen Arbeitsplatz entsprechend gestaltet. Wir wussten ja alle am Anfang nicht, wie lange das Homeoffice dauern wird, und haben uns deswegen mit Kompromissen begnügt, nach dem Motto: Für zwei, drei Wochen wird’s schon gehen. Und plötzlich hatten alle ein Hals-Nacken-Problem und haben dann angefangen, sich richtige Bildschirme und Headsets zu besorgen und das Homeoffice aufzurüsten.

Das betrifft jetzt alles eher den Körper …
Ja, ich gliedere das immer in drei Ebenen: die mentale, die emotionale und die körperliche Ebene. Das, was ich eben beschrieben habe, ist die körperliche. Ist mein Arbeitsplatz ergonomisch? Kann ich mich für ein wichtiges Telefonat in einen abgeschlossenen Raum zurückziehen? Ein weiteres Thema ist die Pausenkultur, die wir ja bei einem geregelten Arbeitsalltag haben – wie mache ich das im Homeoffice? Mein Rat: sich mit einem netten Kollegen oder einer netten Kollegin zu einer „Walk und Talk“-Runde verabreden: Stöpsel in die Ohren, „Stulle auf die Hand“, vor die Tür und jemanden anrufen, um dann eine halbe Stunde bei Bewegung in der Natur zu klönen. Dieser soziale Kontakt ist für unsere Resilienz eminent wichtig und nicht zu unterschätzen.

Wir hätten eher vermutet, dass Sie eine 15-minütige Meditation empfehlen …
Ja, Meditation ist ein ganz tolles Tool, um den Tag zu starten. So kann man sich selbst wahrnehmen und herausfinden, wie es einem eigentlich geht. In der Regel geht morgens der Wecker an und wir funktionieren einfach nur. Mit einer Meditation kann man sich Momente der Reflexion schenken.

Jessica Schüssler, Yoga- und Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin, ist Gründerin von Mindful Training und Teilhaberin der Yogaschule Manomaya. Sie unterstützt Menschen darin, einen wertschätzenden und annehmenden Umgang mit sich selbst und anderen zu kultivieren. Mit ihrer Teilhaberin Romy Müller hat sie kürzlich die Plattform Manomaya für die Schule (www.manomaya-schule.de) ins Leben gerufen und bietet dort Yoga- und Achtsamkeitsübungen für Schüler*innen, Eltern und Lehrer*innen an. Entwickelt wurde dieses Angebot in der Zeit der Corona-Pandemie.

Funktioniert das am besten am Morgen?
Nein, mittags eignet sich die Meditation gut, um z. B. ein Mittagstief zu überwinden. Aber auch abends, das empfehle ich auch gerne. Es gibt Ein-Minuten-Meditationen, die man hervorragend zum Feierabend machen kann, während der Computer runterfährt – damit zieht man klar und deutlich eine Grenze zwischen Arbeitszeit und Freizeit. Man sollte versuchen, sich solch kleine Rituale in seinen Tagesablauf einzubauen. Sie helfen Ihnen, sich für einen Moment wahrzunehmen und sich eine Pause zu gönnen.

Wie meditieren wir denn richtig? Mit Kerze? Oder ist das schon zu viel Klischee?
Ja, die Kerze ist sicher ein Klischee. Vielen Menschen haben ja tatsächlich ein bisschen Angst vor der Meditation, weil sie denken, jetzt muss ich hier erst mal Räucherstäbchen anzünden und mir einen Rauschebart wachsen lassen. Aber das ist es ja gar nicht. Unter Meditation versteht man im Prinzip nichts anderes als Sinnieren. Ich nehme mir Zeit zum Sinnieren und verbinde mich mit meiner Atmung – und das kann man überall machen. Auf der Couch oder am Schreibtisch, mit offenen oder geschlossenen Augen. Wichtig ist dabei nur, dass Sie aufgerichtet bleiben, also Körperspannung haben. Sie schließen dann beispielsweise die Augen, lenken die Aufmerksamkeit auf die Nasenspitze und beobachten, wie Sie einatmen. Der Luftstrom fließt durch die Nase, einen Moment passiert gar nichts und dann strömt die Luft langsam wieder heraus. Durch das Beobachten der Atmung lenke ich meine Aufmerksamkeit weg von den Gedanken, Ängsten und Sorgen im eigenen Kopf. Das lässt uns auf mentaler und emotionaler Ebene ruhiger und entspannter werden. Das ist der Einstieg, um in eine Art Meditation zu kommen, und daraus entwickelt sich dann im Laufe der Zeit eine Routine.

Fotos: shurkin_son – stock.adobe.com; Jessica Schüssler

Blick in die Zukunft

Wie wohnen und bauen wir morgen?

Vier Wände und ein Dach – fertig ist das neue Zuhause. Klingt einfach, aber in der Realität sind viele Unternehmen und Partner nötig, bis ein Gebäude fertiggestellt ist, in dem sich die Menschen wohlfühlen können. Nachhaltigkeit und Digitalisierung spielen dafür in der Wohnungs- und Immobilienwirtschaft eine immer größere Rolle – wir präsentieren Ihnen einige wegweisende Innovationen.

Die beim Bau verwendeten Rohstoffe spielen eine zentrale Rolle beim CO_2-Fußabdruck der Gebäude. In der herkömmlichen Massivbauweise wird bisher wenig Wert auf recycelbare und rückbaubare Materialien gelegt, aber hier findet gerade ein Umdenken statt. Teams von Architekt*innen und Ingenieur*innen werfen dabei einen Blick in die Natur, um sich Inspiration für neue Konstruktionen zu suchen. Neue, nachhaltigere Ansätze folgen beispielsweise dem „Cradle-to-Cradle-Prinzip“, das heißt, die Elemente sind biologisch abbaubar und wiederverwendbar. Das „Skaio“ in Heilbronn ist ein zukunftsträchtiges Beispiel hierfür, da es nahezu komplett recyclingfähig ist. Damit hat das derzeit höchste Holz-Hybrid-Gebäude Deutschlands auch den Deutschen Nachhaltigkeitspreis Architektur 2020 gewonnen.

In der Hamburger HafenCity entsteht gerade ein weiteres Hochhaus im Zeichen der Nachhaltigkeit: Das „Moringa“ soll neben seinen recycelbaren Baustoffen auch eine begrünte Fassade erhalten. Sie dient dazu, Lärm und Wärme abzuschirmen. Außerdem soll sie die Luftqualität steigern sowie Pflanzen und Insekten ein Zuhause für die Artenvielfalt geben. Die Projektentwicklungsfirma Moringa GmbH ist auf das Cradle-to-Cradle-Prinzip spezialisiert. Der Geschäftsführer Vanja Schneider sieht im Hamburger Projekt den Anfang einer großen Bewegung: „Mit unserem nachhaltigen und innovativen Produktansatz wollen wir Standorte prägen, das Leben der Nutzerinnen und Nutzer, aber auch der Nachbarschaft verbessern sowie gesellschaftliche und fachliche Impulse für die Zukunft unserer Städte geben. Es wäre wünschenswert, wenn die Branche durch unsere Haltung zur Anwendung dieses Prinzips inspiriert werden würde.“

Foto: Moringa GmbH

Mehr als ein Strohfeuer: Heizen mit Halmen

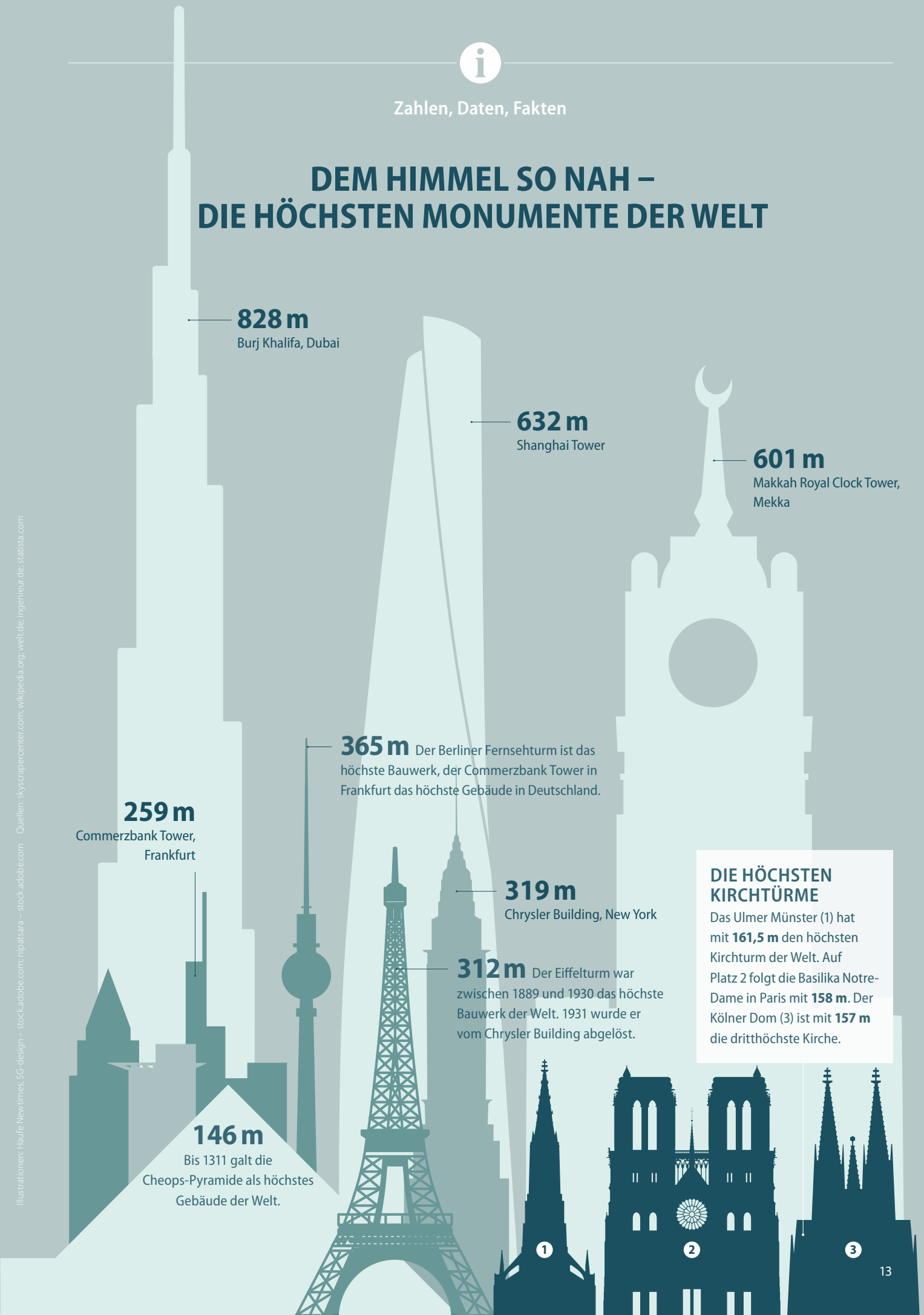
Im Winter mögen wir es alle warm und kuschlig, aber woher kommt die Energie für die Heizung? Statt Öl und Gas ist Biomasse schon seit Jahren auf dem Vormarsch. Inzwischen gibt es einen neuen Ansatz, nämlich Stroh aus dem Getreideanbau zu nutzen. Hierzulande werden auf sechs Mio. Hektar Ackerfläche Getreide angebaut – dabei fallen im Jahr etwa zehn Mio. Tonnen Stroh an, die zur Energiegewinnung genutzt werden können. Der Rohstoff ist nachhaltig, da er immer wieder nachwächst. Außerdem verbrennt das Stroh klimaneutral, da die Pflanzen während des Wachsens schon CO_2 aus der Luft gebunden haben.

Vernetzte Bagger: digitale Baustelle 4.0

Selbstfahrende Bagger und VR-Brillen, mit denen sich noch vor Baubeginn Leitungen im Boden erkennen lassen – klingt wie ein Science-Fiction-Film, ist aber gerade ein Forschungsprojekt der TU Dresden. Das Team arbeitet an der ersten Baustelle mit 5G-Netz, auf der die Maschinen über die Internet-Cloud automatisch gesteuert werden. Die Maschinen kommunizieren kabellos miteinander und sorgen etwa dafür, dass der Bagger zum richtigen Erdhaufen fährt und nicht zu schwer beladen wird. Damit sollen Baustellen künftig effizienter und sicherer werden.

Dieser Artikel entstand in Zusammenarbeit mit den Expertinnen des Magazins DW Die Wohnungswirtschaft.

DEM HIMMEL SO NAH – DIE HÖCHSTEN MONUMENTE DER WELT



828 m
Burj Khalifa, Dubai

632 m
Shanghai Tower

601 m
Makkah Royal Clock Tower, Mekka

365 m Der Berliner Fernsehturm ist das höchste Bauwerk, der Commerzbank Tower in Frankfurt das höchste Gebäude in Deutschland.

259 m
Commerzbank Tower, Frankfurt

319 m
Chrysler Building, New York

312 m Der Eiffelturm war zwischen 1889 und 1930 das höchste Bauwerk der Welt. 1931 wurde er vom Chrysler Building abgelöst.

146 m
Bis 1311 galt die Cheops-Pyramide als höchstes Gebäude der Welt.

DIE HÖCHSTEN KIRCHTÜRME

Das Ulmer Münster (1) hat mit **161,5 m** den höchsten Kirchturm der Welt. Auf Platz 2 folgt die Basilika Notre-Dame in Paris mit **158 m**. Der Kölner Dom (3) ist mit **157 m** die dritthöchste Kirche.

Illustrationen: Haufe Newtimes; SG-design – stock.adobe.com; nipatsara – stock.adobe.com Quellen: skyscrapercenter.com; wikipedia.org; welt.de; ingenieur.de; statista.com

KINDER

Hättest du es gewusst?

Wie stark ist ein Regenwurm?

Weltweit gibt es etwa 670 verschiedene Regenwürmer, bei uns sind die bekanntesten der Tauwurm und der Kompostwurm, die zwischen 6 und 30 Zentimeter lang werden können. Wenn sich so ein Wurm nun durch das Erdreich bohrt, um sich seine Wohnröhre zu buddeln, schiebt er mit dem Kopf immense Mengen an Erde und Sand zur Seite – dafür setzt er Kräfte frei, mit denen er das 60-Fache seines Körpergewichts bewegt. Im Verhältnis zu seiner Größe gehört der Regenwurm damit zu den stärksten Tieren auf der ganzen Welt.

Lieblingsserie

Löwenzahn

Ähnlich wie „Die Sendung mit der Maus“ ist „Löwenzahn“ ein echter Fernsehklassiker: Im März feierte die Reihe, die sowohl von Kids als auch von Erwachsenen geschaut wird, ihren 40. Geburtstag. Kürzlich startete die neueste Staffel, die dauerhaft in der ZDF-Mediathek zu sehen ist (wie übrigens viele der mittlerweile über 400 „Löwenzahn“-Folgen). Seit 2006 erklärt Fritz Fuchs (Guido Hammesfahr) mit seinem Hund Keks Jung und Alt quasi alles, was irgendwie interessant ist – immer in einer Handlung, nie oberlehrerhaft und nie länger als 25 Minuten! Ob es um Recycling geht, um Blindsein, Umwelt, Artenvielfalt, Haie, Lachen oder die Brennstoffzelle – Fritz Fuchs und seine Mitstreiter und Mitstreiterinnen wissen immer auf alles eine verständliche und einfache Antwort, über die auch Erwachsene häufig staunen.

Löwenzahn (mit Guido Hammesfahr u. a.) Ab sofort und dauerhaft in der ZDF- und ZDFtivi-Mediathek

Lieblingshörbuch

TKKG: Terror frei Haus

Tim, Karl, Klößchen und Gaby werden Zeugen, wie Klößchens Nachbarin an der Tür von zwei als Paketboten verkleideten Gaunern überrumpelt wird. TKKG eilen der Frau zu Hilfe und schlagen die Verbrecher in die Flucht. Jetzt müssen die anderen Stadtbewohnerinnen und -bewohner gewarnt werden, denn mit dem fiesen Paketbotentrick dürfen die Gauner keine Chance mehr haben! Aber die Verbrecher haben längst einen neuen Plan geschmiedet: Diesmal soll es ausgerechnet Klößchen treffen! Seine Freunde ahnen nicht, dass er in großer Gefahr ist …

TKKG, Folge 219: Terror frei Haus (nach Stefan Wolf); Europa / Sony Music; ab 18. Juni im Handel (ca. 10 Euro)

Lieblingsspiel

Skandal auf dem Reitturnier

Franzi, Kim und Marie jetzt auch als cooles Spiel – und das besteht aus drei Teilen: Zuerst muss die spannende Geschichte aufmerksam gelesen werden, danach machen sich die Mitspielerinnen und Mitspieler an das Puzzle (200 Teile). Am Ende steht dann die Lösung des Falls – wenn alle richtig kombiniert haben. Ein toller Spaß, nicht nur für Mädchen.

Die drei !!! Skandal auf dem Reitturnier (Kosmos); ab 8 Jahre, ca. 17 Euro

Fotos: bittedankeschön – stock.adobe.com; Zia Ziarno / ZDF; Sony Entertainment Deutschland; Kosmos

Unsere Buchtipps 2021 – Lesestoff von Juli bis Dezember

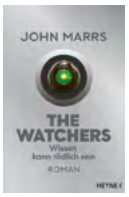
JULI

Alex Michaelides: Die verschwundenen Studentinnen

An Marianas ehemaligem College in Cambridge wird eine Studentin tot aufgefunden. Auf dem Campus geht die Angst um. Die Trauma-Therapeutin macht sich auf den Weg, um ihrer dort eingeschriebenen Nichte beizustehen. Kurz darauf verschwinden zwei weitere Studentinnen ...

Alex Michaelides: Die verschwundenen Studentinnen; Droemer HC; broschiert; 352 Seiten; ISBN: 9783426282151; 15 Euro; erscheint am 1. Juli

AUGUST



John Marrs: The Watchers – Wissen kann tödlich sein

Im digitalen Zeitalter sind Informationen wertvoller als Gold – nach einem massiven Cyberangriff fürchtet die britische Regierung um ihre Staatsgeheimnisse und entwickelt einen ebenso riskanten wie genialen Plan: Die brisantesten Informationen werden offline genommen, in einen genetischen Code umgewandelt und fünf Zivilisten implantiert. Der Plan hat einen Haken, denn die „Watchers" kennen jetzt jedes schmutzige Geheimnis im Vereinigten Königreich …

John Marrs: The Watchers – Wissen kann tödlich sein; Heyne; broschiert; 512 Seiten; ISBN: 9783453321373; 16 Euro; erscheint am 9. August

SEPTEMBER

T. E. Kinsey: Lady Hardcastle und der Tote im Wald

England 1908: Ein geruhsames Leben fernab des Londoner Trubels … genau das ist es, wonach Lady Emily Hardcastle sich sehnt. Kurzerhand lässt die exzentrische Witwe die Koffer packen und zieht mit ihrer tatkräftigen Zofe Florence „Flo" Armstrong in die malerischen Cotswolds. Doch schon bald ist es vorbei mit der Idylle: Die Damen finden im Wald eine Leiche – und Lady Hardcastle muss ermitteln!

T. E. Kinsey: Lady Hardcastle und der Tote im Wald (Band 1 der Lady-Hardcastle-Reihe); Blanvalet; broschiert; 350 Seiten; ISBN: 9783734110078; 10 Euro; erscheint am 20. September

OKTOBER

Naomi Fontaine: Die kleine Schule der großen Hoffnung

Yammie fängt im Uashat-Reservat als Lehrerin an. Ist sie noch eine Innu, wie die indigene Bevölkerung des Staates Québec genannt wird, oder ist sie durch das Studium schon „zu weiß" geworden? Kann die junge Lehrerin den Heranwachsenden, deren Zukunft von Alkohol und Depressionen überschattet ist, Perspektiven bieten?

Naomi Fontaine: Die kleine Schule der großen Hoffnung; C. Bertelsmann Verlag; gebundene Ausgabe; 150 Seiten; ISBN: 9783570103821; 16 Euro; erscheint am 4. Oktober

NOVEMBER

Claudia Dahinden: Die Uhrmacherin – im Sturm der Zeit

Schweiz, 1873: Neu anfangen – das ist es, was sich die junge, aus gutem Hause stammende Sarah sehnlichst wünscht. Entschlossen nimmt sie kurzerhand eine Stelle als Hauslehrerin an, doch kaum ist sie im aufstrebenden Uhrendorf Grenchen angekommen, überschlagen sich die Ereignisse. Als ein Dienstmädchen zu Tode kommt, weckt der mysteriöse Unfall Sarahs Neugier.

Claudia Dahinden: Die Uhrmacherin – Im Sturm der Zeit; Penguin Verlag; Taschenbuch; 445 Seiten; ISBN: 9783328105633; 10 Euro; erscheint am 8. November

DEZEMBER

Larissa Bertonasco: Heimathafen

Wie in ihrem Bestseller „La nonna La cucina La vita" schreibt, zeichnet, malt und kollagiert Larissa Bertonasco aus ganz persönlicher Sicht Bild und Text bunt durcheinander. Sie zeigt das Besondere am Alltäglichen. Damit gelingt ihr nicht nur eine Hommage an Hamburg, sondern auch ein Blick darauf, wie sich Menschen auf unterschiedlichste Weise in einer Großstadt eine Heimat schaffen.

Larissa Bertonasco: Heimathafen; Carlsen; gebundene Ausgabe; 176 Seiten; ISBN: 9783551763174; 20 Euro; erscheint am 21. Dezember

Impressum
für uns Für Mieter und Genossenschaftsmitglieder | **Herausgeber und Verlag** Haufe-Lexware GmbH & Co. KG, Standort Hamburg, Hufnerstraße 28, 22083 Hamburg, Telefon: 040 238827-120, E-Mail: anna.schneider@haufe-newtimes.de © Alle Rechte beim Herausgeber. Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.
Redaktion Anna Schneider (V. i. S. d. P.), Katharina Schiller (redaktionelle Leitung), Michael Graul | **Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten** sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich | **Layout** Haufe Newtimes, Hamburg | **Herstellung und Druck** Druckzentrum Neumünster GmbH, Rungestraße 4, 24537 Neumünster

Dieses Magazin umfasst vielfältige Themen, die die Vielfalt der Mieterinnen und Mieter widerspiegeln. Deshalb setzt sich die Redaktion für eine gendergerechte und barrierearme Sprache ein. Wir wollen entweder genderneutrale Formulierungen oder sowohl die männliche als auch die weibliche Variante verwenden.

Fotos: Droemer Knaur; Random House (4); Carlsen Verlag

WEISSER RING
Wir helfen Kriminalitätsopfern.
Jeder kann Opfer werden.
Wir sind an Ihrer Seite.
Spendenkonto: DE68 5505 0120 0000 3434 34
www.weisser-ring.de
Tom Wlaschiha