

Dahheim.

Dezember 2022



Thema Energiesparen:

**So senken
Sie Ihren
Verbrauch**

UNSER FOKUS

Generation GBG

Wie unsere Unternehmensgruppe Sie in allen Lebensphasen begleitet.



LIEBE MIETERINNEN UND MIETER,

Sie kennen uns, die GBG. Wir sind mit 19.440 Wohnungen die größte Vermieterin Mannheims, rund jeder achte Mensch in dieser Stadt wohnt in einer GBG-Wohnung. Seit fast 100 Jahren ist es unsere Aufgabe, Wohnraum bereitzustellen. Das ist also nichts Neues – und doch hat sich einiges verändert bei uns: Denn aus der GBG ist in den vergangenen Jahren die GBG Unternehmensgruppe gewachsen. Wussten Sie, dass wir uns auch um Kindergärten und Schulgebäude kümmern, Altenpflege und Quartierservices anbieten und Digitalisierung und neue Technologien rund ums Wohnen vorantreiben?

Wir beschreiben das gerne so: Wir wollen für die Mannheimer*innen in jedem Alter da sein: Von den Kindergärten für die Kleinen über die Angebote für große und kleine Familien und jüngere und ältere Menschen bis hin zu den Seniorenheimen für die älteste Generation von uns. Die acht Unternehmen der GBG-Gruppe bieten den Mannheimer*innen Möglichkeiten in allen Lebensphasen. Was alles dazu gehört, das schildern wir Ihnen in dieser Ausgabe der „Daheim“.

Natürlich beschäftigen uns auch die aktuellen Themen der Zeit, besonders die hohen Energiepreise. Wir geben Ihnen hierzu einige ganz praktische Tipps mit an die Hand, wie Sie zu Hause Energie sparen können. Dazu haben wir eine kleine Broschüre beigelegt, die Sie gerne herausnehmen und aufheben können.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Karl-Heinz Frings
Karl-Heinz Frings, Geschäftsführer

Einfach Energie sparen

So senken Sie Ihre Nebenkosten

Inhalt

16

HÖHER, SCHNELLER, WEITER

Wie Ruth Hildebrand mit der GBG große Sprünge macht.

20

EIN NEUES ZUHAUSE

Wie Karin Hagenlocher im Richard-Böttger-Heim angekommen ist.

FÜR ALLE LEBENSPHASEN



Wie die GBG Unternehmensgruppe die Mannheimer*innen begleitet.

22

KOCH AUS LEIDENSCHAFT

Wie man für 450 Menschen lecker kocht.

Titelbild: Mehrere Generationen Mieter*innen der GBG

DAHEIM lesen

MANNHEIM GESTALTEN 04 Neues aus der GBG-Gruppe **06 FOKUSTHEMA** Für alle Lebenslagen: GBG MITEINANDER **15** Meldungen **16** GBG JuniorenTeam **18** Förderpreis 2022 **LEBEN 20** MIETER*INNEN IM PORTRÄT Zuhause sein **22** Koch aus Leidenschaft **23** SÜSSE KÜCHE Birnenstrudel **24** NACHHALTIGE WEIHNACHTSTRENDS **25** GUT ZU WISSEN **26** SAGEN SIE MAL Mieter*innen fragen, wir antworten **28** RÄTSELN & GEWINNEN

Impressum

Herausgeber: GBG – Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft mbH, Leoniweg 2, 68167 Mannheim, Tel.: 0621 30 96-266, Mail: unternehmenskommunikation@gbg-mannheim.de, www.gbg-mannheim.de
Geschäftsführer und V.i.S.d.P.: Karl-Heinz Frings
Redaktion, Anzeigenverwaltung: HAAS Publishing GmbH, Ellen Fermer, Marion Treu, GBG
Gestaltung: König-Maus – Kreativdirektion
Bildnachweise: Timo Volz: Titel, Seite 2-3, 7, 12, 16-17, 20, 22, Steffen Mackert: Seite 3, 6-11, 13, haascook-zemrichstudio2050: Seite 4, das andere Schulzimmer: Seite 5, Ellen Fermer: Seite 8, Marchivum: Seite 15, Fuchs Traumschmiede: Seite 15, Ev. Schifferkinderheim Mannheim e. V.: Seite 18, Nikola Haubner: Seite 19, Shutterstock: Seite 23-24, Julia Filbert: Seite 25, noun project: Seite 12, 25, GBG: Seite 26, 2, unsplash Annie Spratt: Seite 28
Druck: bb Druck+Service GmbH, **Auflage:** 23.500, **Vertrieb:** GBG



Neues aus der GBG-Gruppe



Hoch hinaus!

Mit den beiden Hochpunkten E und H baut die GBG zwei wichtige Landmarken für den neuen Stadtteil FRANKLIN. Beim H ist die Pfahlgründung abgeschlossen. Dafür wurden 70 Bohrungen in 20 Meter Tiefe gesetzt. Darin sind Stahlkörper versenkt, auf denen nun die Bodenplatte aufgebracht wird. Dieses Fundament wird die Last der beiden 14-geschossigen Türme mit 122 Mietwohnungen tragen, deren Ausführung gerade detailliert geplant wird; die Brücke zwischen den Türmen ist eine besondere Aufgabe für die Statiker*innen. Weithin sichtbar ist das E in den Himmel gewachsen. Hier konnte mit dem Abschluss des 15. Stockwerks schon Richtfest gefeiert werden, der Innenausbau von unten nach oben begann bereits in der nun abgeschlossenen Rohbauphase. Sobald die rechtlichen Voraussetzungen geschaffen sind, können die ersten Kaufverträge der 113 Eigentumswohnungen beurkundet werden.

STATUS KONVERSION

Viel los auf FRANKLIN & Co

Auf den vier Konversionsflächen unserer Stadtentwicklungsgesellschaft MWSP passiert wie immer eine Menge: Für Mieter*innen auf FRANKLIN ist sicher die wichtigste Nachricht, dass es mit dem provisorischen Supermarkt nun einen Nahversorger im Stadtteil gibt. Der WASGAU Frischemarkt in der George-Washington-Straße 184 wird später auch ins Stadtteilzentrum Grüner Hügel ziehen, das die GBG auf FRANKLIN baut. Schöne Neuigkeiten gibt es auch von TAYLOR: Der TAYLOR PARK gewinnt den „Bundespreis Stadtgrün“ für sein Konzept zur Klimaanpassung, aber natürlich auch wegen des „attraktiven Begegnungsraums“, der hier mit seinen Erholungsflächen, Sport- und Skateanlagen entstanden ist. Auf TURLEY in der Neckarstadt gibt es neue Nachbar*innen, die in 71 frisch fertiggestellten Wohnungen gerade ihre Umzugskisten auspacken. Und auch auf SPINELLI zieht Leben ein: Die ersten Bewohner*innen werden demnächst ihr erstes Weihnachtsfest hier feiern.

Immer auf dem Laufenden bleiben Sie mit dem Newsletter der MWSP, den Sie auf mwsp-mannheim.de abonnieren können.

Spenden statt Schenken: Die GBG unterstützt zwei eindrucksvolle Projekte



10.000 Euro gehen erneut an die Paula-Wittenberg-Stiftung, die sich seit 2004 für die Notfallversorgung von kleinen Patient*innen engagiert. Neben vielen Erste-Hilfe-Projekten an Schulen und Kindergärten setzt sich Stiftungsgründer Lars Wittenberg auch für die Bereitstellung von speziellen Notarzteinsetzfahrzeugen für Babys und Kleinkinder ein. Vor kurzem wurde der Uniklinik Mannheim ein neues Fahrzeug übergeben, in dem u. a. auch das Spendengeld der GBG steckt.

5.000 Euro gehen an „das andere Schulzimmer“. Diese 2018 von Ute Schnebel gegründete Initiative unterstützt junge Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen die Schule abgebrochen haben, einen Schulabschluss zu erreichen. Aktuell bleiben laut Schätzungen ca. 300.000 Schüler*innen in Deutschland der Schule fern – das sind erschreckende drei Prozent! Dieses Problem zieht sich quer durch alle sozialen Schichten. Mehr zu diesem herausragenden Projekt lesen Sie auf Seite 15.

Weitere Informationen: www.stiftung-paula-wittenberg.de www.das-andere-schulzimmer.de

BUGA-Tickets unterm Tannenbaum

Jetzt sind auch die Tagestickets für die BUGA 23 im Vorverkauf: Erwachsene zahlen für ein Einzelticket 28 Euro, junge Erwachsene (15 bis 25 Jahre) müssen 11 Euro, Begünstigte 18 Euro bezahlen. Damit schenken Sie die Vorfreude auf die BUGA gleich mit!

Tagestickets und Dauerkarten gibt es unter tickets.buga23.de und in den Touristinformationen am Hauptbahnhof und Paradeplatz.

ÜBERSCHULDET? DIE GBG BERÄT

Wer den Euro sowieso schon zweimal umdrehen muss, den treffen die aktuellen Preissteigerungen bei Energie und Lebenshaltungskosten noch härter. Mieter*innen, die in eine finanzielle Notlage geraten, finden beim Team der GBG-Schuldnerberatung kompetente Ansprechpartner. Thomas Siegel und Jener Külbag helfen betroffenen Mieter*innen vertraulich. Dabei arbeiten sie mit dem Sozialen Management der GBG oder dem Job-Center zusammen, damit die Wohnung erhalten bleibt. Der wichtigste Appell an Mieter*innen lautet immer: Melden Sie sich rechtzeitig! Vieles kann geregelt werden, bevor die Kontrolle verloren geht.

[schuldnberatung@gbg-mannheim.de](mailto:schuldnerberatung@gbg-mannheim.de)
Thomas Siegel – 0621 3096-336
Jener Külbag – 0621 3096-349



Für alle Lebenslagen: GBG

Die GBG-Gruppe besteht mittlerweile aus acht eng miteinander verflochtenen Unternehmen. Diese begleiten mit ihren Angeboten die Mannheimerinnen und Mannheimer in allen Lebensphasen: Vom Kindergarten bis ins hohe Alter.

Der tägliche Schulbesuch, die Shoppingtour im Secondhand-Kaufhaus, der Lauffreier im jüngsten Stadtteil, die liebevolle Betreuung im Alter. Dazu natürlich Wohnraum, in dem fast jede*r achte Mannheimer*in lebt: Die Berührungspunkte zur GBG Unternehmensgruppe sind vielfältig und ziehen sich durchs ganze Leben. Seit bald 100 Jahren gibt es die GBG; mit den wachsenden Aufgaben sind neue Unternehmen zur Gruppe gestoßen, die alle eines gemeinsam haben: Sie gestalten das Zusammenleben in Mannheim mit. Das tun sie auf unterschiedliche Art und auf unterschiedlichen Spezialgebieten: Die Bildungsbauer der BBS kümmern sich um gute Lernbedingungen in den städtischen Schulgebäuden. Die MWSP entwickelt auf den Konversionsflächen neue Quartiere, in denen Wohnungen und Arbeits-

plätze entstehen. Auch in bestehenden Stadtteilen arbeitet sie an der Verbesserung der Lebensqualität. Die ServiceHaus ist die digitale Dienstleisterin rund ums Wohnen und erfüllt mit ihren gemeinnützigen Tochtergesellschaften wichtige soziale Aufgaben: Das Markthaus bietet nachhaltige Angebote in den Quartieren, der Chance Bürgerservice hilft mit hausnahen Dienstleistungen gerade älteren Mieter*innen, lange selbstbestimmt in ihrem vertrauten Umfeld zu bleiben. Wenn das nicht mehr geht, bietet die APH fürsorgliche Pflege und kompetente Betreuung – mit Unterstützung der FMD. Der Kern aller Angebote sind und bleiben aber die 19.440 Wohnungen der GBG. Sie bieten Raum für alle Bevölkerungsgruppen, die in dieser Stadt zu Hause sind. ■



Wir übernehmen Verantwortung

Was hat es mit dem Lebensphasenmodell der GBG auf sich?

Karl-Heinz Frings: Die GBG erfüllt als Unternehmensgruppe ganz unterschiedliche Aufgaben in der Stadtgestaltung. Rund um das Wohnungsangebot sind Spezialunternehmen gewachsen, die Mannheim gemeinsam voranbringen. Sie alle schaffen und gestalten unterschiedliche Räume, die im Leben der Menschen eine Rolle spielen. Ob in den Schulen, den Altenpflegeheimen oder in der Mitte des Lebens: Anknüpfungspunkte zwischen den Menschen und der GBG-Gruppe gibt es in allen Altersgruppen. Genau das stellt unser Lebensphasenmodell dar.

Welche Rolle spielt die GBG in Mannheim?

Frings: Wir gehören als Unternehmen der Stadt Mannheim, darum übernehmen wir auch Verantwortung für die Menschen, die hier leben. Das beginnt beim breiten Wohnungsangebot und reicht bis zu besonderen Serviceangeboten, die wir unseren Mieter*innen bieten: Zum Beispiel das Soziale Management oder die Schuldnerberatung. Außerdem übernehmen wir Verantwortung für die Stadtgesellschaft: Wir entwickeln Quartiere und Stadtteile, erfüllen mit unseren Integrations- und Inklusionsbetrieben wichtige soziale Aufgaben – und sind mit über 1.100 Mitarbeiter*innen eine wichtige Arbeitgeberin in der Region.

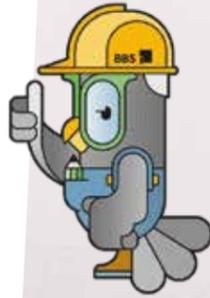
Wie wird sich die GBG in Zukunft entwickeln?

Frings: Unser Ziel ist es, der Mannheimer Bevölkerung in allen Lebensphasen passende Angebote zum Wohnen und Leben zu machen. Dazu gehören nachhaltige und klimagerechte Wohnangebote, das Wohnen im Alter und natürlich unsere Kernaufgabe: die Schaffung von preisgünstigem Wohnraum. Sollten sich diese Anforderungen verändern, wird sich auch die GBG verändern und ihre Angebote den neuen Bedingungen anpassen. ■



Ein guter Start

Lebensorne zu echten Lebensorten machen, das hat sich die BBS Bau- und Betriebsservice GmbH auf die Fahnen geschrieben. Sie ist für sämtliche städtischen Schulgebäude und die dazugehörigen Außenflächen verantwortlich. Mit großem Engagement arbeitet sie daran, dass Mannheims Schüler*innen in ihren Schulgebäuden gut aufgehoben sind. Der Gedanke, der dahinter steckt, ist eigentlich einfach: Je wohler sich Kinder und Jugendliche in der Schule fühlen, desto lieber und leichter lernen sie dort. In der Umsetzung ist die Aufgabe allerdings komplizierter: 75 Kolleg*innen kümmern sich um sämtliche Neubau- und Sanierungsmaßnahmen, um alle technischen Aspekte für einen komfortablen und energieeffizienten Gebäudebetrieb oder um die regelmäßige Instandhaltung für eine lange Lebensdauer der Schulhäuser. Und natürlich gemeinsam mit 120 Hausmeister*innen und Reinigungskräften um den tagtäglichen Unterhalt der Schulen, damit die Tische sauber, das Toilettenpapier aufgefüllt und die Schulhöfe gepflegt sind. Der Betrieb einzelner Kinderhäuser gehört künftig auch zu den Aufgaben der BBS. Da gibt es Gemeinsamkeiten mit dem Mutterkonzern: Viele städtische Kindertagesstätten befinden sich ebenfalls in Gebäuden der GBG. ■



Weihnachtsanhänger aus Salzteig

Diese Plätzchen sind nicht zum Naschen! Aber sie machen als Geschenkanhänger oder am Weihnachtsbaum viel Freude.

Ihr braucht:

- 200 g Mehl
- 100 g Salz
- 100 ml Wasser
- Ausstechformen
- Farben und Band

1 | Mehl, Salz und Wasser zu einem glatten Teig verrühren. Auf etwa einen halben Zentimeter ausrollen und „Plätzchen“ ausstechen. Das Loch zum Aufhängen nicht vergessen!



2 | „Plätzchen“ gut durchtrocknen lassen (2-3 Tage). Danach mit Wasser- oder Acrylfarben bemalen, verzieren, beschriften – wie es euch gefällt!

3 | Bänder durch die Löcher ziehen. Fertig sind die Anhänger, die ihr verschenken, an den Tannenbaum hängen oder als Geschenkanhänger nutzen könnt.

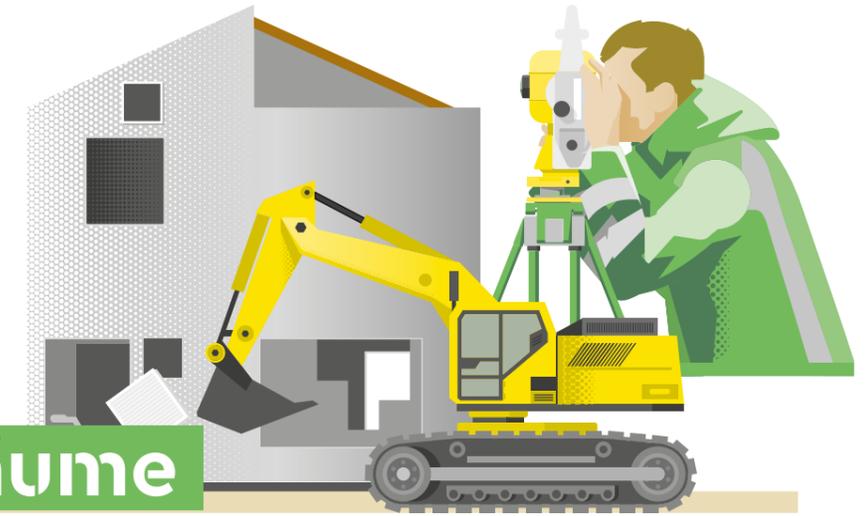


SO FINDEN SIE DEN WUNSCHKINDERGARTEN FÜR IHR KIND

Die Stadt Mannheim hat einen eigenen Kita-Finder, in dem Sie Kindertagesstätten nach Namen, Stadtteilen, Umkreis oder bestimmten Merkmalen wie Alter des Kindes, Betreuungsform und Träger suchen können. In der Ergebnisliste gibt es alle Kontaktdaten der in Frage kommenden Einrichtungen

📍 <https://www.gis-mannheim.de/mannheim/index.php?service=kitas>

Neue Räume für Mannheim



Wer auf FRANKLIN oder in der Nachbarschaft von TURLEY, TAYLOR und SPINELLI wohnt, der kann miterleben, wie in unserer Stadt in atemberaubender Geschwindigkeit viel Neues entsteht. Freizeit- und Grünflächen, Gebäude zum Wohnen und Arbeiten, Bildungsinstitutionen und kulturelle Angebote: Die MWSP ist die Stadtentwicklungsgesellschaft der GBG-Gruppe, die nicht nur Leben auf die vier Konversionsflächen bringt, sondern auch bestehende Quartiere stärkt. In der Neckarstadt-West sind über die Lokale Stadterneuerung schon viele Maßnahmen angestoßen worden, die den Stadtteil lebenswerter machen und allen Bewohner*innen zugute kommen: Der neugestaltete Neumarkt mit großem Spielplatz, die Calisthenics-Anlage unter der Kurpfalzbrücke, der Campus Neckarstadt-West und viele weitere Spiel-, Sport- und Begegnungsflächen, insbesondere für die Kinder vor Ort.

MANNHEIM VERWANDELN

Bekannt ist die MWSP vor allem für ihre vier Konversionsflächen. Auf den ehemaligen US-Militärstützpunkten verbindet sie Wohnen, Leben und Arbeiten. Hier entstehen ganze Stadtviertel für alle Mannheimer*innen – stehen doch gerade die Freiräume allen Menschen offen: die neuen Spielplätze, die Parkflächen und Spazierwege und natürlich die zahlreichen kleinen und großen Sportstätten. Gerade im Winter, wenn beispielsweise auf FRANKLIN der Rundweg Loop mit seinen Sportstationen, der Basketballplatz an der Elementary School und natürlich die FRANKLIN Sportanlage mit der markanten blauen Laufbahn und der großen Calisthenics-Anlage in den Abendstunden beleuchtet sind, kann man auch in der dunklen Jahreszeit mit einem sicheren Gefühl etwas für den eigenen Körper tun. Egal, ob man hier oder ganz woanders wohnt. ■

DAS MACHT DIE MWSP

FRANKLIN

Mannheims größte Konversionsfläche. Hier werden einmal 10.000 Menschen leben. Die MWSP kümmert sich um die städtebauliche und soziale Entwicklung.

SPINELLI

Im Süden Käfertals entsteht Wohnraum für knapp 4.000 Menschen, die das Bundesgartenschau-Gelände im Anschluss an die BUGA 23 als riesigen Park vor der Haustür behalten.

TAYLOR

Im grünen Gewerbegebiet für insgesamt 2.000 Arbeitsplätze liegt der TAYLOR PARK, der mit einem Skatepark, dem Basketballplatz, Riesenschaukeln und vielem mehr einen hohen Freizeitwert bietet.

TURLEY

Die kleinste, geschichtsträchtigste Konversionsfläche. Das Casino wird zum Quartierszentrum für dann 1.700 Bewohner*innen und die Nachbarschaft umgebaut.

LOKALE STADTERNEUERUNG UND QUARTIERMANAGEMENT

In der Neckarstadt-West stößt die Lokale Stadterneuerung wichtige Verbesserungen an. Das Quartiermanagement fördert die Gemeinschaft im Stadtteil.

Raum für alle

Als größte Vermieterin in der Stadt hat die GBG aktuell 19.440 Wohnungen im Angebot. Dabei ist die Schaffung von bezahlbarem Wohnraum seit jeher das Fundament ihrer Arbeit. Für alle Lebensphasen, für jedes Budget und jeden Anspruch, für Alleinstehende oder Familien: Wohnen bei der GBG ist so vielfältig wie die Menschen in Mannheim.

WIR DENKEN IN QUARTIEREN

Für die Verbesserung der Wohnqualität der Mieter*innen blickt die GBG schon seit längerer Zeit über den Tellerrand der einzelnen Wohngebäude. Im Stadtteil Schönau erfüllt sie mit der Modernisierungsmaßnahme Schönau-Nordwest eine große städtebauliche Aufgabe, bei der neben den Häusern auch das Umfeld aufgewertet wird: Neue Wege, Gemeinschaftsflächen und Sportplätze, Arztpraxen und Geschäfte, die alles bieten, was hier gebraucht wird.

RAUM FÜR FAMILIEN JEDER GRÖSSE

Kinder brauchen Platz, in dem sie sich entfalten und auch manchmal toben und trampeln können. Deshalb wohnen gerade junge Familien gern in Einfamilienhäusern, und deshalb baut die GBG auch diese. Im Stadtteil Friedrichsfeld sind Eigentums-Reihenhäuser entstanden, im Stadtteil Schönau befinden sich 37 Reihenhäuser sowohl zum Kauf als auch zur Miete auf der Zielgeraden – Familienquartiere zu fairen, erschwinglichen Preisen.



DIE ZUKUNFT DES WOHNENS

Barrierefreie Wohnungen gerade für ältere Mieter*innen, innovative Konzepte zur Energieerzeugung, „Laborversuche“ mit unterschiedlichen energetischen Standards oder das Bauen mit nachhaltigen Materialien: In verschiedenen Projekten stellt sich die GBG den Herausforderungen, die beim Wohnen wichtig werden. Am drängendsten ist die Senkung des Energiebedarfs. Dafür werden Wärmeschutz und Heiztechnik bei sämtlichen Neubau- und Sanierungsmaßnahmen optimal aufeinander abgestimmt.

GUTES WOHNEN, GUTER PREIS

Menschen mit geringem und mittlerem Einkommen bezahlbaren Wohnraum bieten: Das leistet die GBG mit dem geförderten Wohnungsbau. Ob im Neubau oder in der Sanierung – dank Fördermitteln von Bund, Land und Stadt Mannheim sind in den letzten Jahren in den Stadtteilen Jungbusch und FRANKLIN wichtige Projekte für Mieter*innen mit Wohnberechtigungsschein entstanden. Weitere Projekte sind geplant oder, wie im Stadtteil Waldhof, im Bau.

WIR SIND FÜR SIE DA!

Für alle Fragen rund ums Wohnen bei der GBG sind unsere fünf Kunden-Service-Center (KSC) der richtige Ansprechpartner. Der schnellste Weg zur GBG ist allerdings die Mieter-App: Gerade die Meldung von Schäden geht hier besonders fix.

Welches KSC für Sie zuständig ist, können Sie auf der Webseite der GBG herausfinden:

📍 gbg-mannheim.de/service/kundenservicecenter/

Energiekosten in Schach halten

Durch steigende Heiz- und Strompreise werden die Effekte der energetischen Sanierungsmaßnahmen der GBG wieder zu großen Teilen ausgeglichen. Damit sie nicht komplett „aufgefressen“ werden, lautet das entscheidende Motto deshalb: Energie sparen!

Diesen Winter gilt es: Die Notwendigkeit, den persönlichen Energieverbrauch im Auge und unter Kontrolle zu behalten, war schon lange nicht mehr so wichtig wie heute. Schließlich muss Energie, die nicht benötigt wird, gar nicht erzeugt werden. Im Kampf gegen den Klimawandel ist Energiesparen also ein echter Königsweg.

Besonders für den eigenen Geldbeutel ist es in diesen Tagen aber notwendig, Strom und Wärme nicht im Übermaß zu verbrauchen. Die Preise für Energie klettern in ungeahnte Höhen – wer darauf nicht mit Sparmaßnahmen reagiert, kann schnell in eine schwierige finanzielle Situation geraten.

Zum Glück gibt es genug Möglichkeiten, ohne einen übermäßigen Verlust an Lebensqualität große Effekte zu erzielen. Besonders wirksam ist die Absenkung der Raumtemperaturen: Nur ein Grad weniger spart schon 6 % Heizenergie. Empfohlen werden 20° Celsius im Wohnzimmer, 18° in der Küche und 16°-18° im Schlafzimmer. Nur im Bad kann es mit 20°-22° etwas wärmer sein. Konsequentes Schließen der Zimmertüren hilft, diese Raumtemperaturen konstant zu halten. Ganz ausschalten sollte man die Heizung auf keinen Fall – sonst kommt ein ungebetener Gast: der Schimmel. Deshalb ist es auch wichtig, regelmäßig durchzulüften. Nur so kann Luftfeuchtigkeit aus der Wohnung nach draußen ziehen. Der Stromverbrauch lässt sich mit LED-Lichtquellen senken, und Spezialgeräte wie Toaster, Wasser- und Eier-

kocher verbrauchen weniger Energie als das Zubereiten auf dem Herd oder im Backofen. Wer solche Geräte im Schrank stehen hat, sollte sie nutzen. Und das wirklich kühle Schlafzimmer? Das wird doch mit einer dicken, kuscheligen Bettdecke wieder richtig gemütlich. ■

In unserer Broschüre „Einfach Energie sparen“ finden Sie elf einfache Tipps, wie Sie Ihre Energiekosten senken können. Wenn Ihrer DAHEIM keine Broschüre beiliegt, erhalten Sie in der GBG Zentrale im Leoniweg und in allen Kunden-Service-Centern ein neues Exemplar.



Drei Fragen an... Matthias Henes

Der Bereichsleiter Technisches Bestandsmanagement verantwortet bei der GBG die großen Modernisierungs- und Sanierungsmaßnahmen.

Warum saniert und modernisiert die GBG ihren Gebäudebestand?

Matthias Henes: Das hat viele Gründe: Wir möchten die Gebäudesubstanz erhalten, die Qualität in unseren Beständen verbessern, Barrieren abbauen und manchmal auch Grundrisse so verändern, dass unser Wohnangebot modernen Bedürfnissen entspricht. Vor allem wollen wir klimafreundliches Wohnen ermöglichen, deshalb achten wir seit über 20 Jahren auf Energieeffizienz.

Was bringen die energetischen Modernisierungen?

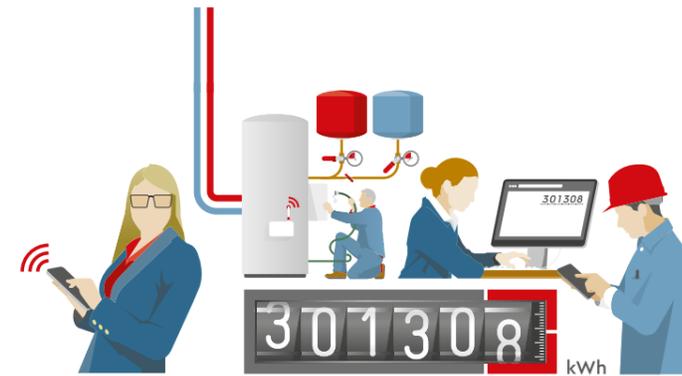
Henes: Sie senken spürbar den Energieverbrauch und damit den CO₂-Ausstoß unserer Wohngebäude. Das verbessert die Klimabilanz der GBG, aber natürlich auch der Stadt. Als größte Vermieterin Mannheims tragen wir Verantwortung und engagieren uns für nachhaltige Veränderungen.

Stoßen Sie beim Energieverbrauch irgendwann an eine Grenze?

Henes: Klar, mit technisch-wirtschaftlich sinnvollen Wärmedämmmaßnahmen können wir den Energiebedarf maßgeblich reduzieren. Für einen energieeffizienten Betrieb ist auch ein Bewusstsein des Energiesparens bei den Mieter*innen notwendig. Die beste Dämmung bringt wenig, wenn in der Heizperiode die Fenster den ganzen Tag gekippt sind und zu viel Warmwasser verbraucht wird. Wir sehen dank der unterjährigen Verbrauchsinformationen, dass sich die Energieverbräuche in ein und demselben Gebäude – also unter absolut gleichen Bedingungen – manchmal zwischen 15 bis 20 % unterscheiden. Das zeigt deutlich: Einen großen Hebel, Energie einzusparen, haben die Mieter*innen mit ihrem Verhalten selbst in der Hand. ■

DIE UNTERJÄHRIGE VERBRAUCHSINFORMATION (UVI)

Sie ist gesetzlich vorgeschrieben und soll dabei helfen, den persönlichen Energieverbrauch im Blick zu behalten: Die unterjährige Verbrauchsinformation (UVI) steht allen Mieter*innen zur Verfügung, in deren Wohnung bereits fernauslesbare Verbrauchszähler installiert sind. Sobald diese über sogenannte „Gateways“ im Gebäude übertragen werden können, erhalten die Mieter*innen ein Willkommensschreiben, in dem alles Wichtige erklärt ist. Dazu gehören die jährliche Servicegebühr von 7,49 Euro sowie monatlich 1,60 Euro für Druck und Versand der UVI. Nutzer*innen der Mieter-App können sich durch eine zusätzliche Registrierung der UVI die Brief- und Portokosten sparen. Für die GBG ist die Bereitstellung der UVI gesetzlich verpflichtend. Vor allem über den Durchschnittsverbrauch des gesamten Wohngebäudes bietet sie Mieter*innen eine gute Chance, sich ihren Energieverbrauch bewusst zu machen und bei hohen Kosten entsprechend gegenzusteuern.



Dem Verbrauch auf der Spur

Die neuen fernauslesbaren Zähler der ServiceHaus machen es möglich: Mit Mieter-App und der unterjährigen Verbrauchsinformation (UVI) hat man den Energieverbrauch im Griff.

Wie hilfreich ihr die Mieter-App einmal werden sollte, hatte GBG-Mieterin Lisa Keil bei der Installation auf ihrem Handy noch nicht geahnt. Nachdem die ServiceHaus, die für alle digitalen Dienstleistungen rund ums Wohnen bei der GBG zuständig ist, in ihrem Gebäude fernauslesbare Zähler installiert hatte, bekam sie im Januar erstmals ihre unterjährige Verbrauchsinformation (UVI) über die App. Da stand es schwarz auf weiß: Ihr Heizungsverbrauch war fünfmal so hoch wie der Durchschnitt im gesamten Gebäude. Mit diesem wertvollen Hinweis begab sie sich gemeinsam mit ihrem Kunden- und Objektbetreuer auf Fehlersuche: Defekte Heizthermostate verursachten den hohen Verbrauch und wurden umgehend ausgetauscht. Seitdem heizt die Mieterin unter dem Gebäudedurchschnitt. Ohne UVI und Mieter-App hätte Lisa Keil diesen Fehler erst mit der Nebenkostenabrechnung im Oktober 2023 entdeckt! ■

Die Mieter-App der GBG läuft auf dem Smartphone und dem Tablet. Sie kann kostenlos im App Store oder im Google Play Store heruntergeladen werden.



Mehr fürs Wohnen, mehr fürs Quartier

Zwei Unternehmen helfen mit, dass Mieter*innen der GBG lange selbstbestimmt in ihren vertrauten vier Wänden bleiben und den Alltag in gut funktionierenden Quartieren selbst gestalten können.

CHANCE BÜRGERSERVICE

Mit ihren haushaltsnahen Dienstleistungen unterstützt das gemeinnützige Unternehmen vor allem ältere Menschen. Dazu gehören zum Beispiel der Einkaufsservice und verschiedene Putzdienste. Auch kleinere Reparaturen führen die Mitarbeiter*innen der Chance zu fairen Konditionen durch.



MARKTHAUS

Mit seinen Lebensmittelmärkten sorgt das Markthaus für eine wohnortnahe Versorgung in den Quartieren. Die Secondhand-Märkte bieten ein nachhaltiges, kostengünstiges Angebot an gut erhaltenen Kleidern, Möbeln, Haushaltswaren, Unterhaltungselektronik und Büchern.

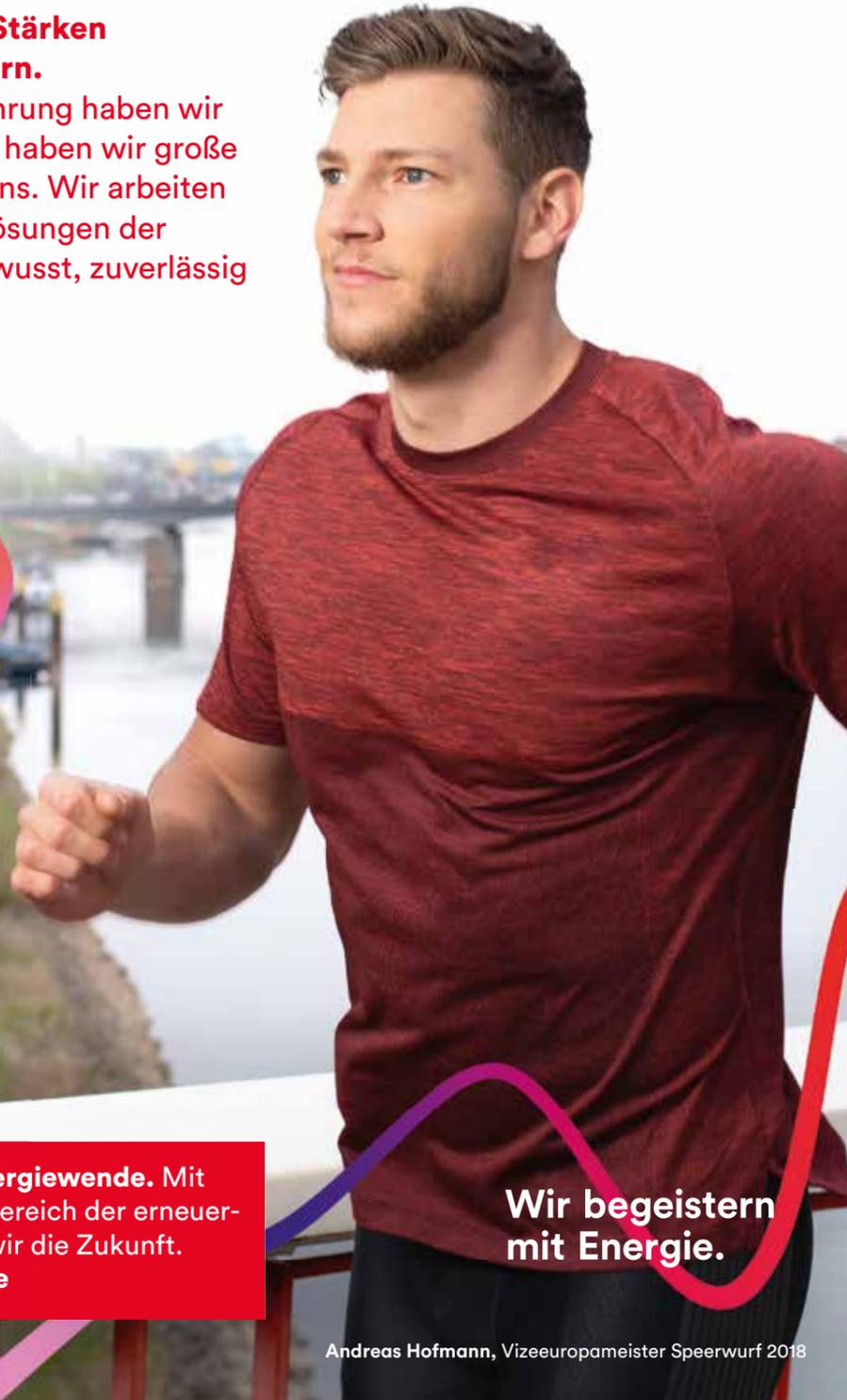


Selbstbewusst



Fähigkeiten einsetzen, Stärken ausbauen, Erfolge sichern.

Mit Kompetenz und Erfahrung haben wir viel erreicht. Gleichzeitig haben wir große Herausforderungen vor uns. Wir arbeiten heute an erfolgreichen Lösungen der Zukunft. Offen, selbstbewusst, zuverlässig und energetisch.



Wir sind Vorreiter der Energiewende. Mit unserem Engagement im Bereich der erneuerbaren Energien gestalten wir die Zukunft.
➔ selbstbewusst.mvv.de

Wir begeistern mit Energie.

Andreas Hofmann, Vizeeuropameister Speerwurf 2018

Miteinander

Unvergessen: Der Jäger aus Kurpfalz



Für seine Rolle hat er Reiten und Jagdhornblasen gelernt.

Fred Reibold war DIE Symbolfigur der Bundesgartenschau 1975. Seit der großen Mannheimer Blumenschau bis zu seinem Tod 2013 war er als „Jäger aus Kurpfalz“ einer der wichtigsten Botschafter für die beiden Stadtparks, Luisenpark und Herzogenriedpark.

Diese und andere Erinnerungen finden Sie im MARCHIVUM.

50 EURO SICHERN UND SCHNELLER SURFEN!

Sie haben einen TV-Anschluss der ServiceHaus? Dann nutzen Sie jetzt das Vorteilsprogramm „Bewohner-Plus“! Mit Ihrem vorhandenen Kabelanschluss erleben Sie nicht nur eine große TV-Vielfalt, Sie kommen auch in den Genuss des Highspeed-Internet von Vodafone. Ganz einfach Internet + Telefon dazu buchen und in Zukunft mit bis zu 1.000 Mbit/s downloaden. Zusätzlich erhalten Sie einmalig 50 Euro Rabatt. Sie haben Fragen? Ben Katins berät Sie gerne unter
☎ 0621/3096-8259 oder
☎ 0175/2926195.



Drei Fragen an... Ute Schnebel

Wie kamen Sie auf die Idee, „Das andere Schulzimmer“ zu gründen?

Ute Schnebel: Das andere Schulzimmer ermöglicht jungen Erwachsenen zwischen 15 und 27 Jahren ihren Haupt- oder Realschulabschluss nachzuholen. Ich war vor der Gründung in einem ähnlichen Bereich tätig und habe den Bedarf erkannt. In Deutschland bleiben zurzeit etwa 300.000 von 10 Millionen Schüler*innen der Schule fern. Durch Corona werden es wahrscheinlich noch mehr. Ich wollte ein Angebot schaffen, das niederschwellig und auf Augenhöhe eine 1:1-Betreuung ermöglicht. 2018 sind wir mit zehn Schulplätzen gestartet.

Wie trägt sich das Projekt?

Schnebel: Wir arbeiten auf Spendenbasis und sind auf Förderer angewiesen. Von der Stadt Mannheim erhalten wir 10.000 Euro pro Jahr, was aber ebensowenig kostendeckend ist wie die 50 Euro Schulgeld pro Monat, die jede*r Schüler*in bezahlt – das ist lediglich ein Wertschätzungsbeitrag. Auch unsere etwa 30 Lehrkräfte unterrichten von Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr ehrenamtlich, ohne Vergütung bzw. nur für eine geringe Übungsleiterpauschale.

Was konnten Sie in den vergangenen

Jahren bewirken – und was haben Sie noch vor?

Schnebel: 50 Schüler*innen sind in den letzten Jahren zu den Prüfungen angetreten. Davon haben 48 ihren anerkannten Haupt- oder Realschulabschluss gemacht. Mittlerweile haben wir 20 Schulplätze und eine Warteliste, auf der fast 30 Namen stehen. Wir möchten zukünftig noch mehr jungen Menschen helfen, auch über Mannheim hinaus, und beim Übergang ins Berufsleben intensiver unterstützen. ■

Ute Schnebel freut sich über Spenden oder Patenschaften für Schüler*innen: ☎ ute.schnebel@das-andere-schulzimmer.de

Weit gekommen

Ruth Hildebrand ist ein wahres Sprungtalent. Mit ihren 17 Jahren hat sie es – im wahrsten Sinne des Wortes – schon weit gebracht: Ihre Bestmarke im Weitsprung liegt bei 6,35 m, im Dreisprung übertraf sie die magische 13-Meter-Marke mit beeindruckenden 13,16 m. Diese Leistungen überzeugten auch die GBG, die die Sportlerin als neues Mitglied in ihr GBG JuniorenTeam aufnahm. Mit dem JuniorenTeam unterstützt die GBG seit vielen Jahren junge Athlet*innen außerhalb des Breitensports und ermöglicht dadurch, Schule und Sport leichter unter einen Hut zu bringen.

Mit der Sportart Leichtathletik hat Ruth Hildebrand im Alter von sieben Jahren begonnen. Schnell ging es zu den ersten Wettkämpfen – anfänglich in Berlin, wo sie geboren und aufgewachsen ist. Seit 2015 lebt sie in Mannheim und startet für die MTG. 2019 holte sie bei den Deutschen U16-Meisterschaften den Titel. Danach ging es rasant weiter mit der EM in Tallin und der Qualifikation für die U20 Weltmeisterschaften. Bei der WM in Cali, Kolumbien, erreichte sie den 6. Platz.

SCHNELLER, HÖHER, WEITER

In der Leichtathletik startet man mit allen Disziplinen Laufen, Springen und Werfen. Nach der U16 muss man sich für eine Disziplin entscheiden. Für Ruth Hildebrand war es eindeutig, wofür ihr Sportlerherz schlägt: für den Weit- und Dreisprung. Bereits mit 15 Jahren ist sie schon erfolgreich gegen 18- und 19-jährige gesprungen. Diese Höchstleistungen fallen nicht vom Himmel, sie erfordern ein hartes, konsequentes Training. Vier bis fünf Mal pro Woche trainiert sie für zweieinhalb bis drei Stunden ihre Sprungkraft, ihre Schnelligkeit, ihre Kraftausdauer – ein hohes Pensum für die Elftklässlerin des Ludwig-Frank-Gymnasiums. Die wenige Zeit, die der Schülerin da noch bleibt, verbringt sie am liebsten mit ihren Freund*innen.



„Ich hatte das große Glück, dass es einfach nur bergauf ging.“

Ruth Hildebrand
Leichtathletin

ERFOLG SPORNT AN

Auf die Frage, was sie antreibt, antwortet sie wie aus der Pistole geschossen: „Der Erfolg. In den letzten zehn Jahren hatte ich das große Glück, dass es einfach nur bergauf ging. Das spornt natürlich enorm an. Ich will mich auf internationaler Ebene in die vorderen Reihen springen. Mein Ziel ist – wie wahrscheinlich für alle Athletinnen und Athleten – die Teilnahme an Olympia.“

Neben ihrer sportlichen Karriere macht Ruth Hildebrand sich aber auch schon Gedanken über ihre berufliche Zukunft. Architektur möchte sie studieren und dann ins Bauwesen einsteigen. Das junge Sprungtalent wird es in ihrem Leben – nicht nur sportlich – noch weit bringen. ■

LEICHTATHLETIK

Die Leichtathletik hat die natürlichen und grundlegenden menschlichen Bewegungsabläufe des Laufens, Springens und Werfens in feste Bahnen des Sports gelenkt. Sie steht damit Pate für das Motto „schneller, höher, weiter“ und bildet mit ihren Disziplinen das Herzstück der Olympischen Spiele.



Kinder-Spielnachmittag im Stadtteil Hochstätt.

Schöne Ferien dank des GBG Förderpreises

Das Evangelische Schifferkinderheim Mannheim e. V. leistet bereits seit 1913 Kinder- und Jugendarbeit in Mannheim. Mit dem Preisgeld des GBG Förderpreises 2022 möchte die Einrichtung ihr Engagement im Stadtteil Hochstätt durch ein Ferienprogramm weiter ausbauen.

Das Schifferkinderheim hat eine über 100 Jahre lange Tradition. Ursprünglich wurde es gegründet, um schulpflichtigen Kindern von Binnenschiffen eine Heimat auf Zeit zu geben, damit sie regelmäßig die Schule besuchen konnten. Durch den Strukturwandel in der Binnenschiffahrt in den 1960er und 1970er Jahren hatten zunehmend mehr Mütter bzw. Familien mit ihren schulpflichtigen Kindern einen festen Wohnsitz. So konnte die Einrichtung mehr und mehr Kinder und Jugendliche aufnehmen, die aus anderen Gründen die Unterstützung des Heimes benötigten.

Heute bietet das Schifferkinderheim im Rahmen der Kinder- und Jugendhilfe ein breites Angebot an pädagogischen und therapeutischen Leistungen. Im April 2022 verstärkte die Einrichtung ihr Engagement im Stadtteil Hochstätt. Charlotte

Volkert, Mitarbeiterin im Bereich Aufsuchende Hilfen und der Qualitätsentwicklung, erklärt: „Der Stadtteil Hochstätt braucht besondere Aufmerksamkeit. Deshalb haben wir dort schon seit längerem Anlaufstellen geschaffen, wie zum Beispiel die Nachmittagsbetreuung an der Astrid-Lindgren-Schule und eine Kindertagespflege. In diesem Jahr neu hinzugekommen ist die Wiedereröffnung des Wohnertreffs alle zwei Wochen mit Kinder-Spielnachmittagen und einer offenen Sprechstunde für die Bewohner*innen. Durch unsere direkte Nähe in den Stadtteil wurde uns bewusst, dass gerade in den Sommerferien bei vielen Kindern eine Betreuungslücke entsteht. Für viele der dortigen Familien ist ein Urlaub finanziell nicht machbar, und auch das Ferienprogramm der Stadt Mannheim wird eher selten wahrgenommen.“



Preisträger*innen, Förderer, Laudator*innen und Moderator auf der Bühne im Schatzkistl Mannheim

DREIMAL ERSTER PLATZ

Die 6.000 Euro Preisgeld des GBG Förderpreises werden ab 2023 Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren ein zweiwöchiges Ferienprogramm ermöglichen. 14- bis 18-jährige Jugendliche sind als Helfer*innen in das abwechslungsreiche Programm mit eingebunden. Von Montag bis Freitag jeweils von 9 bis 17 Uhr werden sich Besuche des Schwimmbads, des Luisenparks und Tierparks mit Bastelprojekten, Geocaching, Schnitzel-

jagd und vielem mehr abwechseln – und somit den Kindern schöne Ferienerlebnisse, neue Eindrücke und Inspiration verschaffen. Ebenfalls 6.000 Euro gingen jeweils an den Freireligiösen Wohlfahrtsverband Baden e. V. für sein Nachhaltigkeitsprojekt sowie an den Rhein-Neckar Schwimm- und Sportverein Mannheim e. V., der kostenlose Schwimmkurse in den Ferien anbietet: Drei wichtige Projekte für das Zusammenleben in Mannheim! ■

WIR DANKEN UNSEREN PARTNER*INNEN

Ohne sie wäre der Förderpreis nicht möglich.
Gemeinsam gratulieren wir allen Preisträger*innen!

Jeweils 6.000 Euro

Ev. Schifferkinderheim Mannheim e. V.

Freireligiöser Wohlfahrtsverband Baden e. V.

Rhein-Neckar Schwimm- und Sportverein Mannheim e. V.

Handwerkerpreise jeweils 1.500 Euro

AWO Kreisverband Mannheim e. V.

Jugendhaus Vogelstang e. V.

Die Handwerkerpreise stifteten Farbenhaus Bissantz und Rehnig BAK.

Wir danken zudem folgenden Firmen für ihre Unterstützung

Isele Schreinerwerkstätte, Gartenbau Schmid, Moser Gebäudereinigung, Ewald Metallbau, Häfner GmbH, Wagenitz Bau, Dachdeckerei Andreas Siracusa, Wüst Gebäudereinigung, Senger GmbH, Ludwig Günther GmbH, Alex Gottfried Fliesenlegerfachbetrieb, Raiffeisen Mannheim eG, Lehmann GmbH & Co. Schädlingsbekämpfung KG, Motz & Kadner Garten- und Landschaftsbau GmbH, Herrwerth Holzbearbeitung, Werner Ney und Söhne GmbH, Litterer Gerüstbau und Hoffmann Sanitär GmbH



Lebensfreude pur: Karin Hagenlocher (rechts) mit Einrichtungsleiterin Sabine Seider beim gemeinsamen Kaffee.

Zuhause im Richard-Böttger-Heim

Weil sie sich nicht mehr selbst versorgen konnte, zog Karin Hagenlocher in ein Pflegeheim der APH. Dort sammelte sie neue Kraft und ist jetzt aktiver Teil der Hausgemeinschaft

Mit einem Lächeln schiebt Karin Hagenlocher (61) ihren Rollator durch den Garten des Richard-Böttger-Heims im Stadtteil Lindenhof. Sie ist die jüngste Bewohnerin der Einrichtung und lebt seit rund zweieinhalb Jahren hier. „Ich habe ein schönes Einzelzimmer mit TV und Telefon“, so die gebürtige Mannheimerin. Karin Hagenlocher ist dankbar für den Platz im Böttger-Heim, denn Ende 2019 brach ihre kleine Welt zusammen: Ihr Vater, den sie zehn Jahre lang nach dem Tod der Mutter betreut und gepflegt hatte, verstarb und von heute auf morgen war sie selbst pflegebedürftig. „Ich konnte mich nicht mehr selbst versorgen, habe kaum noch was gegessen und sehr viel Gewicht verloren. Mein Körper machte nicht mehr mit, ich bin mehrfach in der Wohnung gestürzt. Es war, als hätte jemand den Stecker gezogen. Mein Gleichgewichtssinn war komplett weg und dann kam auch noch die Pandemie mit all ihrer Ungewissheit hinzu“, erzählt die ehemalige Chefsekretärin.

Ihr Bruder bemühte sich von der Schweiz aus um einen Platz in einem Pflegeheim, denn es war unmöglich geworden, dass sie weiter allein in ihrer 100-Quadratmeter-Wohnung bleibt. Insgesamt sieben Monate hat er gemeinsam mit einer Freundin von Karin Hagenlocher gesucht. Im Mai 2020 kam die Zusage vom Böttger-Heim im Stadtteil Lindenhof: „Ich bin so froh, dass ich hier bin. Ich habe mein Leben lang in Mannheim gelebt, meist in Neckarau. Es ist ein großes Glück, dass ich in der Nähe meiner Freundinnen bleiben konnte.“

AKTIVER TEIL DER GEMEINSCHAFT

Die 61-Jährige hat sich gut integriert. Leiterin Sabine Seider erklärt: „Frau Hagenlocher hat sich in den Seniorenbeirat wählen lassen und ist sehr aktiv.“ Die Arbeit macht der Rentnerin große Freude: „Wir nehmen Sorgen und Nöte der Bewohner*innen auf, geben Anregungen für den Speiseplan oder planen Damen- und Herrenabende.“ Karin Hagenlocher findet schnell Anschluss, auch wenn es sie traurig macht, immer wieder Menschen sterben zu

sehen: „Das macht mir doch sehr zu schaffen, aber ich bin nun mal jünger als viele hier.“

Einrichtungsleiterin Sabine Seider: „Frau Hagenlocher hat sich trotz des Altersunterschiedes zu vielen anderen Bewohner*innen prima integriert. Auch mit vielen Mitarbeiter*innen hat sie eine sehr herzliche Beziehung. Sie ist aktiv und bereichert die Hausgemeinschaft ungemein.“

Karin Hagenlocher nimmt das Angebot der Friseurin wahr, die alle zwei Wochen kommt, und geht zum Sitz-Zumba. Sie quizzt gerne und manchmal macht sie einen Ausflug auf den Markt direkt vor der Tür: „Früher bin ich viel gereist, das geht jetzt nicht mehr, aber ich habe die Bilder aus Kenia, der Karibik und San Francisco im Herzen. Mein Platz ist jetzt hier und ich hoffe sehr, dass ich noch lange hier wohnen kann.“ ■

Das ist die APH

Die APH betreibt derzeit vier Altenpflegeheime in Mannheim: das Ida-Scipio-Heim in der Neckarstadt, das Pauline-Maier-Haus in der Oststadt, das Seniorenzentrum Waldhof und das Richard-Böttger-Haus auf dem Lindenhof. Dieses ist die am längsten bestehende Einrichtung, sie wurde bereits 1927 eröffnet.

Insgesamt werden in Heimen der APH aktuell rund 490 Menschen stationär betreut, dazu kommen etwa 70 Gäste in der Tagespflege sowie knapp 120 Mannheimer*innen in der häuslichen Pflege, die ambulant betreut oder beraten werden. Die APH hat 450 Mitarbeiter*innen.

Koch aus Leidenschaft

Seit März 2022 arbeitet Christopher Schmitz (34) als Koch für die FMD, ein Unternehmen der GBG-Gruppe, im Ida-Scipio-Heim. Vorher war er 18 Jahre lang international in der Gastronomie tätig. Jetzt kocht er täglich lieber für 450 Menschen in Mannheim.



Warum sind Sie Koch geworden?

Christopher Schmitz: Kochen ist meine Leidenschaft. Trotzdem war mein Berufsweg nicht immer ganz gerade. Nach der Schule habe ich eine Kochlehre bei ABB begonnen und diese nach sieben Monaten abgebrochen. Ich war nicht bereit für die Gastronomie und den rauen Umgangston. Also habe ich erstmal eine Lehre bei einer Metzgerei abgeschlossen. Dabei habe ich bemerkt, dass Kochen meine wahre Passion ist und so habe ich nach der Metzger-Lehre direkt noch eine Ausbildung zum Koch drangehängt. Selbstverständlich stelle ich auch heute noch Wurst- und Fleischwaren selbst her.

Wie sieht Ihr Alltag in der Großküche der FMD aus?

Schmitz: Um 6 Uhr ist Dienstbeginn, dann bereiten wir ca. zwei Stunden das Tagesessen zu. Von 8 bis 10.30 Uhr wird alles portioniert und abgefüllt, damit auch das Pauline-Maier-Haus, das Richard-Böttger-Haus und das Seniorenzentrum im Stadtteil Waldhof pünktlich mit Mittagessen beliefert werden können. Insgesamt bereiten wir Essen für rund 450 Personen zu. Parallel kümmern sich die Kolleg*innen um Frühstück und Abendessen. Ab 11 Uhr beginnen wir schon mit den Vorbereitungen für den nächsten Tag.

Worauf achten Sie beim Kochen für ältere Menschen besonders?

Schmitz: Die Bewohner*innen sind das strengste Publikum, das ich je hatte, und ich habe schon in Hamburg und China gearbeitet. Geschmäcker sind einfach sehr verschieden und es wird mit Kritik nicht „hinterm Berg gehalten“. Wir schauen, dass wir normal würzen, dass das Gemüse kurz gedünstet wird und noch viele Nährstoffe enthält. Wir versuchen immer wieder, neue Rezept-Ideen umzusetzen, das funktioniert aber nicht immer. Im Sommer sind wir beispielsweise mit einer Gazpacho gescheitert. Die Leute wollten einfach ihre Suppe warm und nicht kalt.“

Was sind Ihre größten Herausforderungen bisher?

Schmitz: Ich musste das Thema Zeitmanagement neu lernen, die Umstellung war groß und nicht einfach. Auch die große Anzahl an Essen zuzubereiten war ein Lernprozess. Es ist einfach etwas anderes, 30 Kilo Gemüse auf einmal zu würzen. Aber ich habe es inzwischen ganz gut raus.

Warum arbeiten Sie gerne bei der FMD?

Schmitz: Ich mag die Verlässlichkeit: Die festen Arbeitszeiten, dass ich meinen Urlaub nehmen kann und dass die sozialen Aspekte einfach stimmen. Und natürlich auch die pünktliche Lohnzahlung, auf die ich mich verlassen kann. Jederzeit ist es möglich, Themen oder Probleme offen anzusprechen. Es wird auf die Mitarbeiter geachtet und ich kann in Abstimmung mit meinem Team auch meine privaten und familiären Angelegenheiten wahrnehmen. ■

DIE FMD
SUCHT KOLLEG*INNEN!
OFFENE STELLEN
GIBT'S AUF
FMD-MANNHEIM.DE



Dessert geht
immer...

Von Christopher Schmitz kommt das Rezept für den süßen Abschluss eines festlichen Weihnachtsmenüs. Aber auch als Mittelpunkt auf der weihnachtlichen Kaffeetafel passt der leckere Birnenstrudel hervorragend.

SO WIRD'S GEMACHT

1. Für den Teig alle Zutaten mit 75 ml Wasser 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Das geht am besten mit den Knethaken des Rührgeräts. Teig zu einer Kugel formen, mit Öl bestreichen und zudeckt 1 Stunde kalt stellen.
2. Für die Füllung die gehackten Haselnüsse ohne Fett vorsichtig in einer Pfanne rösten. Den Quark mit der sauren Sahne, dem Ei, Zucker und Speisestärke verrühren, Nüsse hinzugeben. Birnen schälen, Kerne entfernen, in Scheiben schneiden. Nach Belieben mit Zucker bestreuen.
3. Backofen auf 175° Umluft vorheizen. Küchentuch mit Mehl bestäuben, Teig darauf zu einem Rechteck ca 40 x 30 cm ausrollen und vorsichtig mit den Händen auf 60 x 50 cm ziehen, mit flüssiger Butter bestreichen.
4. Quarkmasse auf den Teig streichen, sodass ein Rand von 3 cm bleibt. Birnen darauf verteilen, Rand an den Längsseiten einschlagen und mithilfe des Küchentuchs aufrollen. Auf ein Backblech mit Backpapier legen, ca. 40 Minuten backen. Nach 20 Minuten Strudel mit flüssiger Butter bestreichen.

Tipp: Dazu passt geschlagene Sahne mit Zimt. Und wenn es schnell gehen muss, geht auch fertiger Strudelteig aus dem Kühlregal.

ZUTATEN

STRUDELTEIG

150 g Mehl
1 Ei
2 EL Rapsöl
1 Prise Salz

FÜLLUNG

50 g gehackte Haselnusskerne
150 g Speisequark
50 g saure Sahne
1 Ei
40 g Zucker
½ TL Speisestärke
2 – 3 Birnen (ca. 300 g)

Trend 2022: Nachhaltige Weihnachten



Plastikkugeln am Weihnachtsbaum, online geordnete Geschenke, die in Folienverpackungen gehüllt werden ... Ist das noch zeitgemäß? Wenn man nachhaltig und ressourcenschonend leben will, geht Schmücken und Schenken auch anders: nämlich umweltschonend und vor allem mit Herz. Wir haben hier drei Tipps rund ums Fest:

TISCHDEKO UND WEIHNACHTSSCHMUCK

Aus vielen Materialien lassen sich tolle Hingucker zaubern, z. B. Baumschmuck aus alten Notenblättern oder Buchseiten. Dekorative alte Kaffeetassen, gefüllt mit Moos und Tannenzapfen aus dem Wald, lassen als Kerzenständer jede Tafel oder Fensterbank weihnachtlich erstrahlen. Übrigens: Es gibt LED-Kerzen, die Brand-ungefährlich und gleichzeitig energiesparend sind.

KREATIVE GESCHENKVERPACKUNGEN

Stoffreste oder bunt bedrucktes Zeitungspapier müssen nicht in den Müll wandern. Aus ihnen lassen sich individuelle Geschenkverpackungen zaubern. Mit Naturmaterialien wie kleinen Tannenzweigen, getrockneten Ästen oder Gräsern kombiniert zeigt schon das Äußere, welch besonderen Stellenwert der oder die Beschenkte hat.

SELBSTGEMACHTES

Wer freut sich nicht über Selbstgebackenes, leckere Marmelade oder ein hausgemachtes Kräuteröl? Passende Gefäße wie Keksdosen, Flaschen oder Gläser gibt es in großer Auswahl im Markthaus.

Es gibt drei Secondhand-Filialen des Markthauses in Mannheim: Das Haupthaus finden Sie in Mannheim-Neckarau, die Secondhand-Boutique in der Mannheimer Innenstadt und den Secondhand Motto-Shop in der Neckarstadt-West. Einfach mal reinschauen, stöbern und fündig werden!

Mehr Infos unter www.markthaus-mannheim.de

Gut zu wissen



Farbe und Abwechslung ins Leben bringen – das muss nicht teuer sein! Und manche Werke orientieren sich sogar an großen Meistern. In den Secondhand-Kaufhäusern des Markthauses warten Bilder und andere Dekorationsartikel darauf, einen neuen Platz und ein neues Zuhause zu finden. Stöbern lohnt sich in jedem Fall!

www.markthaus-mannheim.de

Erste Hilfe bei der Mieter-App

Aktuelle Neuigkeiten, umfassende Mieterakte, wertvolle Tipps zum Energiesparen – und mit der unterjährigen Verbrauchsinformation, mit der man seine Nebenkosten im Griff behalten kann: Die Mieter-App war noch nie so wertvoll.

Hilfe rund um die App erhalten Sie mit einer E-Mail unter dem Betreff „Rückruf Mieter-App“ an support@gbg-mannheim.de. Telefonnummer nicht vergessen!

Kurios!

Jedes Jahr werden in Deutschland ca. 28 Millionen Weihnachtsbäume gekauft. Eine durchschnittliche Nordmantanne ist 1,64 m groß und hat 178.333 Nadeln. Bevor sie an Weihnachten in das heimische Wohnzimmer kommt, muss sie acht bis zehn Jahre wachsen.

Kurios: Früher wurden Weihnachtsbäume an die Decke gehängt, mit der Spitze nach unten. Warum das so war, ist nicht gänzlich geklärt.

LED lohnt sich

Weihnachtliche Leuchtdecoration sorgt für eine besinnliche Stimmung: Rund 17 Milliarden Lämpchen brennen in deutschen Haushalten jedes Jahr zum Fest.

Sie verbrauchen geschätzte 660 Millionen Kilowattstunden Strom! Wenn Ihr Stromverbrauch im Rahmen bleiben und die Weihnachtsstimmung trotzdem nicht zu kurz kommen soll, lohnt der Umstieg auf LED-Lichterketten: Damit sparen Sie bis zu 95 % Strom. Das kann bei acht Stunden täglichem Betrieb bis zu zehn Euro ausmachen – pro Tag und pro Lichterkette!

Sagen Sie mal ...

Die Mitarbeiter*innen der GBG bekommen täglich viele Fragen gestellt. Einige dieser Fragen hören sie besonders oft – die Antworten darauf dürften also für viele Mieter*innen interessant sein.

WARUM IST STOSSLÜFTEN IM WINTER SO WICHTIG?

Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit sollten auch im Winter im Gleichgewicht bleiben. Während man in der warmen Jahreszeit Fenster und Balkontüren gerne stundenlang geöffnet hat, bleiben diese im Winter oftmals zu. Verständlich, schließlich soll die kostbare Wärme nicht nach draußen weichen. Trotzdem: Frische Luft ist auch bei kälteren Temperaturen wichtig, damit Feuchtigkeit nach draußen zieht und Schimmel keine Chance hat. Deshalb raten wir, mindestens zweimal am Tag für wenige Minuten gegenüberliegende Fenster weit zu öffnen. Damit erzeugen Sie einen schnellen Luftaustausch und die Wohnung kühlt nicht aus. Ein Hilfsmittel, um zu erkennen, wann zu viel Feuchtigkeit in der Luft ist, sind sogenannte Hygrometer: Daran kann man die Luftfeuchtigkeit ablesen und so den richtigen Zeitpunkt zum Lüften bestimmen. Idealerweise liegt diese in Wohnräumen zwischen 40 und 60 % – wird mehr angezeigt, ist es Zeit, die Fenster zu öffnen. Die Hygrometer können Sie übrigens kostenlos von der GBG bekommen. So bleibt Ihr Raumklima auch im Winter gesund!



Bernd Hartmann ist auf den Hund gekommen. Seit eineinhalb Jahren bereichert – nach längeren Überlegungen – Labrador-Rüde „Scotty“ das Leben des Bauleiters im KSC 1.



Stefanie Alber engagiert sich in ihrer Freizeit im Förderverein der Heddesheimer Handballer*innen, der z. B. vier Mal pro Jahr Hallenflohmärkte organisiert, um die Handballer*innen finanziell unterstützen zu können.

WIE KANN ICH GÄSTE KOSTENGÜNSTIG UNTERBRINGEN?

Weihnachtszeit ist Besuchszeit. Und so gerne man Gäste hat: In der Regel fehlt der Platz zur Unterbringung in den eigenen vier Wänden. Teure Hotelzimmer möchte man seinen Gästen auch nicht zumuten. Was viele Mieterinnen und Mieter nicht wissen: Die GBG hat für solche Fälle Gästewohnungen, die sie für einen kleinen Preis anmieten können. Insgesamt stehen acht Gästewohnungen über das ganze Stadtgebiet verteilt zur Verfügung und bieten Platz für ein bis sechs Personen. Ihr Besuch hat mit den Gästewohnungen sein eigenes, kleines Reich und kann sich auch mal zurückziehen. Anfragen richten Sie gerne telefonisch ☎ **0621/3096-354** oder **-211** bzw. per E-Mail an vermietung@gbg-mannheim.de.

WIE KANN ICH AN SILVESTER UNFÄLLE UND BRÄNDE VERMEIDEN?

Am 31.12. ist es wieder soweit: Es wird geknallt. Dass das Spaß macht, steht völlig außer Frage. Aber in manchen Fällen endet die Freude am bunten Feuerwerk in einem tragischen Unfall. Mit kleinen, aber wirkungsvollen Maßnahmen kann so etwas leicht vermieden werden. Ganz wichtig ist: Alles Brennbares von Balkonen und Laubengängen entfernen. Gerade auf großen Balkonen sind nicht selten Teppiche oder Möbelstücke, die sich zu gefährlichen Brandherden entwickeln können. Da reicht schon ein Funke. Deshalb unsere Bitte: Für die letzte Nacht des Jahres Balkone und Laubengänge frei räumen. So können fehlgeleitete oder unachtsam entzündete Feuerwerkskörper weniger Schaden anrichten.



Matthias Schmidt ist Bauleiter im KSC 5. Seit über 20 Jahren ist er regelmäßig mit seiner Städtereisegruppe aus ehemaligen Kolleg*innen quer durch Europa unterwegs.



Mit gutem Gefühl unterwegs in Mannheim und der Region. Mit **Bus**, **Bahn** und **fips** bringen wir euch ans Ziel.



Weitere Infos gibt's in unseren Social Media Kanälen, auf unserem Blog, in unserem Podcast und unter www.rnv-online.de.

Rätseln & Gewinnen!

Wir verlosen 3 Mannheimer Geschenkgutscheine im Wert von je 100 Euro, die Sie in allen Geschäften in Q6 Q7 in Mannheim einlösen können.

Laubbaumfrucht			Frauenname krautige Pflanzen	Saugwurm	Rednerpulle		drei Richtige im Lotto	ungar. berittener Pferdehirt	10		ein Weißswal		Kenntnis	Wertpapiere		Haarfarbe im Alter	Rufname der Taylor †
Offerte		16						Bildungsveranstaltung				5				Gelehrte bei den Kelten	
Totenschrein					intelligenzschwach				7		französisch: Straße		islamischer Richter				
ummantelte Stromleitung		nordischer Meerese						Fallen der Aktien								Ornamentmotiv	engl. f. Netz
			12		modisch (franz.) Seiendes (philos.)								Name der Kelten in Kleinasien				
hart, unbeugsam		altöm. Frauenobergewand		Fluss in Peru Gerte				Tonkünstlerin					15				
													Pluspol				
									9				poetisch: erfrischen	Satz beim Tennis (engl.)		8	
Bezeichnung des Apostels Simon	möglichst schnell		starke Neigung		griech. Göttin, Mutter d. Winde												spanischer Ausruf
mit Bäumen eingefasste Straße													Kriechtier	einer der Hügel Roms		Schneehütte	
	4				altägyptischer Grabbau											3	
eine Farbe		Handy-Nachricht (Abk.)											Turnerabteilung				
					franz. Departement-hptst.	musikalischer Taktteil	Land im Wasser				kleine Motorräder (Kw.)			sonnenumkreisendes Gestirn	Elektrizität	erster dt. Bundespräsident †	Schiffs- liege- platz auf See
Altarräume orthod. Kirchen		also (latein.)	Zinn- folie						13				Scheren der Schafe				
Manuskriptprüfer							dt. Fabel- dichter † 1854	großer Waren- posten							2		eurasi- scher Staaten- bund
			aus- graben				11			6			künstliches Wangen- rot				
ehem. dt. Staat	ein Erzengel							Präsen- tation (Kw.)						Abkoch- brühe			
			Kurort am Mont- blanc					Jetzt- Zustand					große An- häufung				



So können Sie gewinnen: Schicken Sie uns das Lösungswort bis zum 19.12.2022 per E-Mail an redaktion@gbg-mannheim.de bzw. per Post an: GBG – Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft mbH, Unternehmenskommunikation, Leoniweg 2, 68167 Mannheim. Der Rechtsweg und die Teilnahme von Mitarbeiter*innen der GBG-Gruppe und ihren Angehörigen ist ausgeschlossen. Alle personenbezogenen Daten werden nach Beendigung des Gewinnspiels gelöscht. **Die Gewinner*innen des Rätsels 2/2022 Barbara M., Renate H., Klaus O., Norbert P., Emöke P., Mohamed L., Nicole H., Peter K., Heike B. und Jeanette S. freuen sich über einen Wertgutschein für ein Tagesticket für die BUGA 23. Herzlichen Glückwunsch!**

Lösungswort:

<input type="text"/>																	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		