

GEWOBA MAGAZIN

SOMMER 2019

WOHNEN WIE IM HOTEL, NUR BESSER

DAS KREATIVE LEBEN DER ANNE HOLEFLEISCH

SOMMER UNTER VAHRAONEN – DIE BREMER VAHR IM PORTRAIT

SONNENGEKÜSST: FRUCHTIGER SALAT FÜRS GRILLBUFFET

NACHGEFRAGT: STRESSFAKTOR FREIZEITLÄRM

IMPRESSUM

Herausgeber
GEWOBA
Aktiengesellschaft Wohnen und Bauen
Rembertiring 27, 28195 Bremen
Telefon: 0421 36 72-0
magazin@gewoba.de
www.gewoba-magazin.de

V.i.S.d.P.
Christine Dose, Leitung Unternehmens-
kommunikation / Marketing

Redaktion
Natalie Simon

Autoren dieser Ausgabe
Roger Harders, Marileen Leusch,
Laura Looock, Margot Müller,
Emilia Naatz, Katharina Schwarz,
Natalie Simon

Konzept & Gestaltung
planetmutlu
www.planetmutlu.com

Fotografie
Gaby Ahnert, Marileen Leusch, Lutz
Mahnhardt, Ralf Masorat, E. Servet
Mutlu, Frank Pusch, Antje Schimanke,
Natalie Simon, Sven Warnke, Universum®
Bremen, Pressebilder Veranstaltungen,
filipefrazao/istockphoto.com,
AntonioGuillem/istockphoto.com

Druck
BerlinDruck GmbH + Co KG
www.berlindruck.de

Das GEWOBA Magazin erscheint im
März, Juni, September und Dezember.

**AB INS
KÜHLE NASS:
DIE SCHÖNSTEN
BADEORTE
IM SOMMER**
Seite 20



Jörg Führer,
Kundendienstleiter Leherheide

GRUSSWORT

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

nun ist er da, der Sommer. Haben Sie auch das Gefühl, dass der zurückliegende Winter in diesem Jahr besonders lang war?

Unsere Gartenbaubetriebe haben jetzt die arbeitsintensivste Zeit des Jahres vor sich. Nicht nur, dass die riesigen Rasenflächen regelmäßig gemäht werden müssen, nein, auch die Wildkräuter wollen kontinuierlich im Zaum gehalten werden, Neuanpflanzungen müssen gewässert werden und noch vieles mehr, was eine nachhaltige Grünanlagenpflege beinhaltet. Mit Freude sehe ich, wie unsere Kunden, also Sie, die Vorgärten pflegen oder als stolze „Mietergartenbesitzer“ in den kleinen Parzellen tätig sind. All das trägt zum sehr positiven Erscheinungsbild „unseres“ Stadtteils Leherheide bei und ich gebe zu, dass meine Mitarbeiter und ich auch ein wenig stolz auf unseren grünen und gepflegten Wirkungsbereich sind.

Wo viel Licht, da auch etwas Schatten. So sagt man wohl. Da der Sommer natürlich auch die Menschen nach draußen lockt, kommt es

auch zu Interessenkonflikten. Ob das nun die Kids sind, die ihre Zelte aufbauen oder die Rasenfläche zum Fußballspielen nutzen. Oder die Familien, die einen schönen Sommerabend nutzen, um zu grillen. Es fühlen sich ganz oft Anwohner gestört und beschwerten sich dann beim Hauswart. Dieses Prozedere wiederholt sich jedes Jahr so verlässlich wie der Wechsel der Jahreszeiten. Mit ein wenig mehr Rücksicht von beiden Seiten könnte es doch viel entspannter für alle sein. Dürfte ich mir etwas wünschen, dann wäre es mehr Toleranz unter unseren Kunden. Vielleicht einfach mal den Nachbarn zur Bratwurst einladen oder mal beim Fußballspielen den Schiedsrichter machen. Denn „wie man in den Wald hineinruft, so schallt es auch heraus“.

Persönlich freue ich mich auf einen weiteren Sommer im schönsten Stadtteil Bremerhavens. Vielleicht trifft man sich ja mal.

Ihr Jörg Führer

www.gewoba.de

**SOMMER
2019**

GEWOBA NEWS 4
Neuigkeiten aus dem Unternehmen

HOME STORY **TITEL** 6
Anne Holfleischs sonnenverwöhnte Wohnung

DIT UN DAT 11
Tausendsassa Essig – bewährtes Hausmittel wiederentdeckt

QUARTIERSSTECKBRIEF 12
Die Vahr – viel Grün und ein lebendiges Zentrum

WOHNEN BEI UNS 14
Neue bezahlbare Wohnungen in OTe und der Neustadt

IM GESPRÄCH 15
Freizeitlärm und fehlende Rücksichtnahme: Wir haben unsere Mieter nach Stressfaktoren gefragt

VERANSTALTUNGSTIPPS 16
Termine in Bremen und Bremerhaven

SELBSTGEMACHT 18
Salat Caprese mit Nektarinen

SOMMER-SPECIAL 20
Strände und Badeorte in Bremen & Bremerhaven

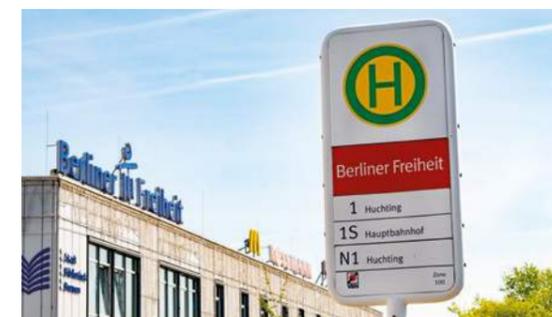
AUF EINEN KAFFEE MIT... 22
... den Macherinnen der Volksbühne Bremen

KIDS CORNER 23
Coole Partyideen und Feten-Verlosung



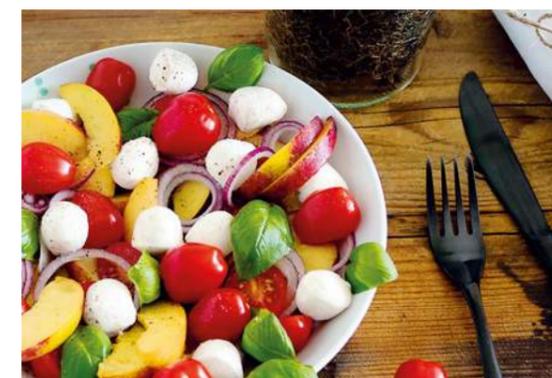
**SEITE 6 DER KREATIV-
RAUM**

Die gebürtige Kölnerin Anne Holfleisch lehrt Yoga, macht tolle Kunstprojekte mit Kindern und sie liebt ihre Wohnung im 11. Stock des Aalto-Hauses. Wir auch.



SEITE 12 DIE VAHR

Wir haben uns in dem vorwiegend grünen Stadtteil umgesehen: Die Berliner Freiheit ist einen Shoppingausflug wert, es gibt schöne Spazierwege und sehenswerte Themengärten.



**SEITE 18 DAS SOMMER-
REZEPT**

Dank Nektarinen und roten Zwiebeln verwandelt sich klassischer Caprese aus Tomate, Mozzarella und reichlich Basilikum in einen einfach zubereiteten Sommersalat mit „Wow“-Effekt.

09.07.2019

TAGESAUSFLUG INS ARBORETUM NEUENKOOP
Zwischen Oldenburg und Bremen gelegen, sind auf dem großzügigen Gelände Pflanzen und Gehölze aus aller Welt zu sehen. Neben einer umfangreichen Sammlung von Eichen, Ahornen, Rhododendren, gedeihen hier auch eine Vielzahl subtropischer Gehölze wie Eukalyptus, Hanfpalmen und Feigen.
Für den Tagesausflug (15 Euro) bitte bei Frau John-Veen anmelden unter:

[0421-36 72 170](tel:0421-36-72-170)

26.09.2019

TAGESAUSFLUG NACH LÜBECK
Die Hansestadt Lübeck ist Kultur pur. Die Stadt kann zu Fuß und mit dem Schiff erkundet werden. Zur Stärkung gibt es ein leckeres Mittagessen in der Altstadt. Der Bus startet um 08:00 Uhr in Bremen und ist gegen 19:00 Uhr zurück. Kosten für den Tagesausflug inklusive Mittagessen: 25 Euro.
Begrenzte Teilnehmerzahl, Anmeldungen unter:

[0421-36 72 170](tel:0421-36-72-170)

**FÜR
UNSERE
ÄLTEREN
MIETER**

ACH MENSCH, DIESER VERKEHR!

Wie wollen wir in Zukunft unterwegs sein? Wie erhalten wir unsere lebenswerte Stadt und unsere Gesundheit? Wohin führen die Wege in einer neuen Lebenskultur? „Der mobile Mensch – Deine Wege. Deine Entscheidungen. Deine Zukunft.“ heißt die neue Sonderausstellung im Universum Bremen. Sie beschäftigt sich damit, wie wir in Zukunft unterwegs sein wollen und wie persönliche Mobilitätsentscheidungen die Lebensqualität in den Städten beeinflussen.

Die Ausstellungsgäste erfahren(!), was davon jetzt bereits möglich ist und an welchen Ideen für die Zukunft gearbeitet wird. Dies geschieht an verschiedenen Erlebnisstationen: Die Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, in die Pedale tretend eine virtuelle Landschaft zum Blühen zu bringen, in die Funktion eines Stadtplaners zu schlüpfen oder mehr über Carsharing zu erfahren. An Expertenstationen wird zudem über sich verändernde Lebensformen in der Stadt und deren Effekte auf die Mobilität berichtet. Welchen Einfluss haben Wohnen, Arbeiten und Konsum darauf, wie wir unterwegs sind? Wie mobil gestalten wir unsere Freizeit? Welche Rolle spielt eine sichere Energieversorgung für die Mobilität der Zukunft?

Die Sonderausstellung ist ein gemeinsames Projekt der Bremer Straßenbahn AG, des Mercedes-Benz Werk Bremen, der GEWOBA, der swb und des Universum® Bremen. „Wir sehen die zunehmenden Verkehrsbelastungen in unseren Quartieren und gleichzeitig die sich ändernden Bedürfnisse der modernen Stadtgesellschaft“, begründet Jörn Ehmke, bei der GEWOBA zuständig für die Abteilung Stadt- und Quartiersentwicklung, warum das Unternehmen bei dem Ausstellungsprojekt dabei ist: „So widmen wir uns der Gestaltung bestehender und künftiger Lebensräume mit großem Engagement.“

Begleitend zur Ausstellung finden über die gesamte Laufzeit Aktivitäten und Veranstaltungen in ganz Bremen statt, die vertiefende Informationen liefern und zum Mitmachen einladen.

www.universum-bremen.de



17.9.2019 19:00 - 21:00 Uhr
im Innenhof vor dem OTeBad

NEUE STARS FÜR „SINGENDE BALKONE“

Am Dienstag, 17. September, erstrahlen in Tener ab 19 Uhr Balkone zu vertikalen Bühnen. Die Proben beginnen im August. Dabei sein können Talente schon jetzt!

Es ist eine ganz besondere Stimmung, die auf dem Platz vor dem OTe-Bad entsteht, wenn dort einmal im Jahr die Balkone singen. Wochenlang bereiten sich Künstler*innen aus dem Stadtteil, gemeinsam mit dem Bremer Sänger und Komponisten Mark Scheibe, auf ihren Auftritt vor. Dieses Jahr gehen die Spotlights am 17. September kurz vor Sonnenuntergang um 19 Uhr an. Seien Sie dabei!

GESANGSTALENTE GESUCHT!

Teilnehmen können alle, die Spaß am Singen haben: Jugendliche, Erwachsene, Familien oder kleine Gruppen. Sie wollen dabei sein? Jetzt bei Organisatorin Christel Fangmann zu den Proben anmelden: immer montags am 19.08., 26.08., 02.09. und 09.09. jeweils ab 16 Uhr im Café Gabriely/OTe-Zentrum. Mark Scheibe und das Singende-Balkone-Team erarbeiten dann gemeinsam mit Ihnen die diesjährige Show.

Alle Informationen unter:

www.gewoba.de/singende-balkone

Tolle Eindrücke gibt es auch bei YouTube. Dazu einfach mit dem Smartphone den nebenstehenden QR-Code scannen.



FARBRAUSCH FÜR BALKONEN

BALKONE ERBLÜHEN JETZT IN SCHÖNEN FARBEN

Im Mai kam vielerorts die GEWOBA mit einer Wagenladung Sommerblumen vorbei. Gemeinschaftliche Pflanzaktionen sind immer eine schöne Gelegenheit, mit Nachbarn ins Gespräch zu kommen und Pflege-Tipps von den GEWOBA-Gartenprofis zu bekommen. „Außerdem stärken diese Blumenparties den Zusammenhalt im Quartier. Ein offenes Ohr für die Belange unserer Kunden zu haben, ist uns sehr wichtig und an solchen Tagen eine besondere Freude“, erzählt GEWOBA-Mitarbeiterin Ilka Schulz.



GEWOBA-Mitarbeiter*innen Katja Ehrhardt, Mario Schulze und Ilka Schulz (v.l.n.r.) erfreuten hier in Bürgerpark-Süd mit bunten Frühlingsblumen für Balkon und Vorgarten.

NEU OFFENE BERATUNG UND MEDIATION

Um nachbarschaftliche Konflikte zu lösen, bietet die GEWOBA ihren Mietern eine kostenfreie Vermittlung im Streitfall an. Vertraulich und neutral mit Mediatorin Petra Martens.

[Servicebüro Huchting](#)
11.07.; 25.07.; 15.08. | 14:30-16:00 Uhr

[BZ Vahr, Raum D07](#)
15.07.; 29.07.; 12.08. | 15:00-16:30 Uhr

»Das Problem sind nicht die Konflikte, sondern wie wir mit ihnen umgehen.«



ANMELDEN ZUM TRIATHLON

GEWOBA vergibt freie Startplätze in allen Wettbewerben – dabei sein am 11. August

Das Sportevent zieht nun schon im achten Jahr hunderte Triathleten in die Bremer Überseestadt. Freizeit- und Profisportler messen einen Tag lang eindrucksvoll ihre Kräfte im Volkstriathlon, Staffeltiathlon und Olympic Triathlon.

In diesem Jahr ist der GEWOBA City Triathlon am 11. August zudem Gastgeber der Deutschen Meisterschaft der Altersklassen auf der Sprint-Distanz.

Im Europahafen starten die Triathleten gewohnt unter jubelnden Zuschauern mit der Auftaktdisziplin Schwimmen mit einem beherzten Sprung ins Hafenbecken. Im Anschluss geht es direkt weiter mit dem Rad auf die „Rennbahn“ durch die Überseestadt. Auf einer komplett verkehrsfreien Strecke stehen hier Kopf-an-Kopf-Rennen auf der Tagesordnung. An der beliebten und ebenso gut besuchten Weserpromenade „Schlachte“ absolvieren die Triathleten den abschließenden Lauf. Infos zum Programm für Sportler*innen und Zuschauer*innen unter: www.citytriathlonbremen.de.

Ob für Staffelteams oder Extremsportler in der olympischen Disziplin – die GEWOBA vergibt kostenlose Startplätze an ihre Mieter: je zehn pro ausgeschriebener Disziplin. Interesse? Einfach eine Mail an triathlon@gewoba.de senden. Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!

GEWOBA-SOMMER-TERMINE IN BREMEN

→ MOBILES SOMMERCAFÉ IN DER VAHR

Endlich wieder Zeit für das mobile Sommercafé: Kaffee und Kuchen schlemmen, schnacken, spielen – und alles in der Nachbarschaft, denn das mobile Sommercafé tourt durch die ganze Vahr.

Hier die kommenden Termine, immer Dienstag 15:00-18:00 Uhr:

- 2. JULI: am Spielplatz Vahrer See
- 16. JULI: in der Gustav-Radbruch-Straße 31
- 30. JULI: in der Carl-Severing-Straße 52-56
- 27. AUGUST: im Carl-Goerdeler Park
- 10. SEPTEMBER: an der Karl-Kautsky-Straße

→ SCHOOL-OUT-PARTY IN HUCHTING

6. JULI 2019, 13:00-17:00 UHR
Endlich schulfrei! Der GEWOBA-Party-Klassiker lädt hinter der Kötnerweide 5 zum ausgelassenen Ferienbeginn ein. Mit Torwandschießen, Riesenrutsche, Verlosung und mehr gibt es jede Menge „Action“ auf dem Festplatz. Dazu gibt es Leckereien und Erfrischungen.

→ STRASSENFEST LUDWIG-BECK-STRASSE

24. AUGUST 2019, 12:00-18:00 UHR
Feiern unterm Zirkuszelt mit neuen Events und einem bunten Bühnenprogramm. DJ König sorgt für Festlaune. Für die Kleinen gibt es viele Aktionen und Spiele. Auch für das leibliche Wohl ist wie immer gesorgt.



ZUHAUSE BEI KÜNSTLERIN ANNE HOLEFLEISCH

LEBEN WIE IM HOTEL, NUR BESSER!

Gleich und gleich gesellt sich gern – und so wundert es nicht, dass eine weitgereiste Künstlerin sich als neues Zuhause ein architektonisches Meisterwerk sucht: Anne Holefleisch lebt seit März 2019 im Vahrer Aalto-Hochhaus. In einem Stadtteil, so bunt wie sie selbst.



2 /

»Dieser buchstäbliche Weitblick hilft beim Gedankensortieren, Pläneschmieden oder Kopfabschalten. Der ideale Ort für mich – als Künstlerin und Mensch.«

Anne Holefleisch



3 /



- 1 / Aber bitte mit Farbe: Künstlerin Anne Holefleisch mag es hell und sonnig.
- 2 / Abschalten und Tee trinken! Von hier aus genießt die 64-Jährige einen traumhaften Blick – bis zum Weserstadion.
- 3 / Selbstgebaut! Das Bücherregal aus duftendem Douglasien-Holz.

Text: Katharina Schwarz Fotos: Frank Pusch

HINTER DIESER TÜR GEHT DIE SONNE AUF

Wie eine Künstlerin wohnt? Überraschend aufgeräumt. Ihr Stil – eine Mischung aus Minimalismus und sprudelndem Quell. Kurzum: Seit ihrem Einzug im Frühjahr dieses Jahres hat Anne Holefleisch, mit einer Vielfalt an sonnigen Gute-Laune-Farben, Mustern und Stilen, das Beste aus den rund 36 Quadratmetern ihrer Wohnung herausgeholt.

Im hellen, offenen Wohnraum nimmt ein bunter Kelim beinahe die komplette Länge des Raumes ein und führt geradewegs zum Lieblingsplatz der 64-Jährigen: einem gepolsterten Zweisitzer, die hölzernen Füße und Armlehnen mit aufwendigen Schnitzereien verziert. Erst kürzlich spendierte sie dem

guten Stück einen neuen Bezug in sonnigem Gelb, verziert mit bunten, großformatigen Blumen. Und auf eben diesem liegt die zierliche Wahl-Vahraonin nun am liebsten und genießt den freien Blick in den Himmel über der Stadt. „Scheint der Mond, hat man von hier aus den Eindruck, er scheine nur für dich – ein unvergleichliches Gefühl“, schwärmt die Künstlerin.

EIN LEBEN FÜR KUNST & MENSCH

Anne Holefleisch sagt, sie sei endlich angekommen. Und das, nach einem vielseitig bewegten Leben und jetzt bereits zehn Jahre währendender Liebe zu einem Bremer Urgestein.



- 1 / Hier dominieren reines Weiß plus Gute-Laune-Farben.
 2 / Stauraumwunder für gesammelte Werke: Mutters Vitrine.
 3 / Service „fast wie im Hotel“ – dank Concierge!

Ihr Lebenslauf liest sich wie ein Roman: Nach dem Abitur verschlägt es die gebürtige Kölnerin nach Florenz, wo sie ein Medizinstudium beginnt, dann jedoch zugunsten der Kunst wieder aufgibt. Nach erfolgreichem Kostüm- und Bühnenbild-Studium an der Hochschule für Künste in Berlin, arbeitet Anne Holefleisch am Schauspielhaus Frankfurt, später in Wien. Zum Werdegang gesellen sich Ausbildungen zur Kinderkrankenschwester, Yogalehrerin, Heilpraktikerin und Osteopathin. Als Malerin sorgen unterdessen ihre „Traumbilder“ sowie Werke aus dem Themenbereich „Äpfel und Fische“ im Rahmen europaweiter Ausstellungen für Aufsehen. In Bremen ist sie heute als Yogalehrerin und Projektleiterin tätig, bewirbt sich jedoch parallel stets um weitere Möglichkeiten zur Ausstellung ihrer Werke.



IN DIE VAHR – DER LIEBE WEGEN

„Zugegeben – zwischen der Vahr und mir war es keine Liebe auf den ersten Blick. Als ich meinen Partner hier die ersten Male besuchte, konnte ich so gar nicht verstehen, was ihn in diesem Stadtteil hielt“, erzählt Anne Holefleisch. „Doch statt Plattenbau und wirrem Multikulti sehe ich heute selbst, was er schon damals sah: einen wunderbar grünen Stadtteil mit Flair und ein durchweg freundliches Miteinander der Kulturen.“ Etwas, das sie auch am Wohnen im Aalto-Hochhaus zu schätzen weiß. Das Leben im fächerförmigen Baudenkmal ist ruhig – jedoch ohne die anonyme Kühle anderer Wohnhochhäuser. Anne Holefleisch: „Hier halten sich die Bewohner noch gegenseitig den Fahrstuhl auf, sind durchweg freundlich. Zu Gehör bekommt man sie jedoch kaum.“

WIE IM HOTEL – NUR BESSER!

Was sonst für das Wohnen im Wahrzeichen der Bremer Vahr spricht: der ungewöhnliche, trichterförmige Grundriss lässt unendlich viel Licht herein. Und so fällt hier, im elften von insgesamt 21 Geschossen, bereits von der Wohnungstür der Blick auf eine gigantische Fensterfront plus Loggia – mit freier Sicht bis zum Weserstadion. Für Anne Holefleisch, die zuletzt am Bodensee lebte, mit das Beste am neuen Zuhause: „Dieser buchstäbliche Weitblick hilft beim Gedankensortieren, Pläneschmieden oder Kopfabswitchen. Der ideale Ort für mich – als Künstlerin und Mensch.“

Ein weiteres Highlight: Im Erdgeschoss des denkmalgeschützten Hochhauses befindet sich der Platz des hauseigenen „Concierge“ – gute Seele, Hausmeister-Service und Auskunftsstelle in einem. Für Anne Holefleisch die sprichwörtliche Kirsche auf dem Kuchen ihres Zuhause-Gefühls. Auf die Frage, ob ihr hier irgendetwas fehle, antwortet die

64-Jährige lachend: „Zimmerservice!“, denn hier fühle sie sich ohnehin längst wie in einem Hotel – nur besser.

Ihr „Zimmer mit Aussicht“ dominieren helle, sonnige Farben. An den Wänden in reinem Weiß ziehen selbstgemalte Lieblingsbilder die Blicke auf sich. Auf der Fensterbank: bunte Windlichter im marokkanischen Stil. Über dem Bett mit gelbem Überwurf spendet eine Bogenlampe mit orange-rotem Glasschirm am Abend stimmungsvolles Licht. Daneben reihen sich robuste Grünpflanzen in schweren, steinernen Übertöpfen. Ein kniehohes, selbstgebautes Bücherregal aus naturbelassener Douglasie nimmt unterdessen die volle Breite der gläsernen Loggia ein.

Die wenigen handverlesenen Möbel sind allesamt selbst gebaut oder eigenhändig restauriert, stammen vom Sperrmüll, Flohmarkt oder aus dem Nachlass der Mutter. Und so gesellt sich massives Holz zu orientalischen Silbertablets, „Barock und Jugendstil zu frühem Ikea“,



scherzt Anne Holefleisch. Anders ausgedrückt: Gekonnte Stilbrüche, die dem Gesamtbild einen unvergleichlichen Charme verleihen. Das nächste Selbstbau-Projekt auf der Liste: Eine Leiste an der Wand neben dem Bett – auf der die handgenähten, expressiven Satin-Kissen der studierten Kostümbildnerin endlich einen angemessenen Platz finden.

(LEBENS-)KÜNSTLERIN MIT HERZ

Der Weg zu ihrem kleinen Atelier im Haus von Lebensgefährtin Johannes Krauth (69), führt die 64-Jährige entlang des Vahrer Sees, an dessen Ufer Anne Holefleisch daher regelmäßig auf dem Fahrrad anzutreffen ist. Neben der Kunst widmet sie sich von dort aus auch der Zukunft des lieb gewonnenen Stadtteils. Konkret: den „Frühen Blüten“ – einem Projekt zur Unterstützung und Förderung aller Kinder im Stadtteil Vahr.



1 / Zum Herzens-Projekt „Frühe Blüten“ gibt es seit Kurzem sogar ein Buch – mit Kunst „von Kindern, für Kinder“ und fantasievollen, selbst ausgedachten Geschichten.



»Es klingt abgedroschen, aber Kinder sind unsere Zukunft! Wir sollten alle daran mitarbeiten, ihnen den bestmöglichen Start in eben diese zu ermöglichen.«

Anne Holefleisch

Die Idee dazu basiert auf den Erfahrungen mit dem Projekt „Trau dich!“, das Holefleisch und Krauth seit 2016 federführend im Rahmen des Ferienprogramms im Vahrer Bürgerzentrum begleiten. Ob beim Action-Painting oder Gesangs-Contest: in einer Ferienwoche „Trau Dich!“ stecken jede Menge Möglichkeiten, aus sich herauszugehen, sich (künstlerisch) auszudrücken und so das Selbstbewusstsein der Kinder nachhaltig zu stärken. Anne Holefleisch: „Es klingt abgedroschen, aber Kinder sind unsere Zukunft! Wir sollten alle daran mitarbeiten, ihnen den bestmöglichen Start in eben diese zu ermöglichen.“

Sie haben Nachbarn mit toller Wohnung oder besonderem Hobby, bei denen wir auch unbedingt mal für ein Portrait vorbeischauchen sollten? Schlagen Sie sie uns doch einfach mal vor:

magazin@gewoba.de

GESUCHT: KINDER(T)RAUM!

Neben Möglichkeiten zur Ausstellung der Kinder-Kunstwerke, suchen die „Frühen Blüten“ derzeit nach einem freien Raum in der Vahr, der den Kindern an 365 Tagen im Jahr die Möglichkeiten zum künstlerischen Ausdruck bietet.

Anne Holefleisch: „Unsere Ansprüche sind bescheiden! Neben ausreichend Platz, Licht und einem Stromanschluss reicht uns die Erlaubnis zum Klecksen und Lautsein“

Weitere Infos & Kontakt:

www.frueheblueten.de

anneholefleisch@gmx.de

IM HAUSHALT:

1. WÄSCHE: DUFTEND WEICH

Essig statt Kalkreiniger, Waschmaschinenpfleger & Weichspüler
Essig wirkt geruchsbindend, fleckenlösend und hilft gegen

Kalkablagerungen (auch an Wäschefasern) – so reinigt er nicht nur Wasserkocher, Waschmaschine und Co., sondern wäscht auch Ihre Wäsche duftend weich. Dazu einfach zu jedem Waschgang einen guten Schluck Essig ins Fach für den Weichspüler, fertig!

2. SCHNITTBLUMEN: LÄNGER FRISCH

Essig im Blumenwasser
Vergessen Sie den „grünen Daumen“! Schon ein Schuss Essig im Blumenwasser hält Blumensträuße länger frisch!

3. STREIFENFREI SAUBER!

Apfelessig und Spiritus statt Glasreiniger
Sie wollen Glasflächen umweltschonend, günstig und streifenfrei putzen? Das gelingt mit einem Spitzer Apfelessig plus Spiritus in klarem Wasser.

4. KOCHEN MIT ESSIG

Ein Schuss Essig im Kochwasser
Sollte die Schale beim Kochen Ihres Frühstückseis einmal aufplatzen, verhindert ein Schuss Essig im Kochwasser das Herauslaufen des Eis. Und sogar das Zusammenkleben von Spaghetti wird so im Handumdrehen verhindert.

IM NAMEN DER SCHÖNHEIT

1. GESICHT: FRISCH & KLAR

Apfelessig statt Gesichtswasser
Mischen Sie Wasser und Apfelessig im Verhältnis 1:1 und verwenden Sie es genauso wie ein herkömmliches Gesichtswasser. So wird überschüssiges Fett entfernt, Entzündungen entgegengewirkt und der pH-Wert ganz natürlich reguliert – topp für eine gesunde Haut und eine frische, jugendliche Ausstrahlung. Toll auch bei gereizter Haut, nach der Rasur.

2. HAARE: GESCHMEIDIG & KÄMMBAR

Apfelessig statt Spülung & Conditioner
Vergessen Sie teure Haarpflegeprodukte – schon 1–2 TL Apfelessig auf 0,5 l – 1 l (kaltes!) Wasser machen Ihre Haare weich und kämmbar. Einfach die Haare damit nach der Haarwäsche behandeln – und gut!

3. NÄGEL: LÄNGER SCHÖN!

Essig plus Nagellack
Nagellack hält länger, wenn Sie Ihre Nägel zuvor in einer Schale mit einer Mischung aus Wasser und Essig (Verhältnis 2:1) baden. Nach fünf Minuten: Hände und Nägel gründlich abtrocknen und den Nagellack wie gewohnt auftragen.

Alles Essig? Was sonst!

Sauer macht lustig, bringt Blumen zum Blühen, Ihr Gesicht zum Strahlen und Krankheiten zum Heilen. Glauben Sie nicht? Dann lesen Sie hier, welche Superkräfte bereits der günstigste Haushaltsessig hat!

FÜR DIE GESUNDHEIT

1. HALSSCHMERZ ADE

Apfelessig plus Wasser beim ersten Kratzen im Hals

Gegen Halsschmerzen und Schluckbeschwerden hilft ein Esslöffel Apfelessig in einem Glas Wasser. Hiermit anfangs stündlich gurgeln. Tritt eine erste Linderung ein, Abstände nach und nach vergrößern. Toll gegen Sodbrennen: Ein Glas Apfelsaft, vermischt mit zwei Esslöffeln Apfelessig trinken.

2. SONNENBRAND-WUNDER!

Essig statt teurer Salben
Eine Apfelessig-Wasser-Mischung wirkt kühlend, entzündungshemmend und unterstützt die Regeneration der Haut – perfekt bei Sonnenbrand! Hierzu einfach eine halbe Tasse Apfelessig mit einem halben Liter Wasser mischen. Dann: Ein sauberes

Baumwolltuch darin tränken und auf die betroffenen Hautstellen legen, kurz einwirken lassen und nach ein paar Minuten wiederholen.

3. ESSIG GEGEN SCHWEISSFÜSSE

Fußpflege mit Essig
Ein regelmäßiges Fußbad mit Essig und Salz wirkt desinfizierend, verhindert also die Vermehrung von Bakterien, und vertreibt so ruckzuck unangenehme Gerüche. Akutem Fußpilz rücken Sie mit Essig pur zu Leibe – einfach die betroffenen Stellen drei Mal am Tag damit betupfen und trocknen lassen. Wichtig: Wischen Sie auch Ihre Schuhe regelmäßig mit Essig pur aus!



SOMMER UNTER VAHRAONEN

Hätten Sie gedacht, dass in der Vahr mehr Bäume stehen als im Bürgerpark? Dieser Stadtteil ist nicht nur der jüngste, sondern auch einer der begrüntesten in ganz Bremen. Während die imposanten Wohnanlagen und breiten Straßen den urbanen Charakter betonen, bieten die vielen Grünzüge einen wohltuenden Ausgleich. Als städtebauliches Vorzeigeprojekt der 1960er-Jahre gestartet, arbeitet man heute wieder intensiv daran, jungen Familien, aber auch älteren Menschen ein attraktives Lebensumfeld zu gestalten. Wie der kleine Steckbrief zeigt, ist die Qualität des Quartiers gerade im Sommer vielfältig zu erleben.

Recherche: Roger Harders



AKROBATIK AM EINKAUFREGAL

Als Einkaufs- und Veranstaltungszentrum ist die Berliner Freiheit Treffpunkt der Generationen. Mehr als 80 Fachgeschäfte und Restaurants bieten entspanntes Shoppen und Schlemmen. Auf dem Freigelände ist der beliebte Wochenmarkt zu Hause. Und eine Tür weiter lockt der Mix Markt mit Spezialitäten aus ganz Osteuropa.

www.berliner-freiheit.de

» Wohnen im Park, treffender lässt sich die Vahr für mich nicht beschreiben.«



Rolf Diehl, Vahraone mit Leib und Seele

MARKTPLATZ DER BEGEGNUNG

Shopping unterm Kirchendach? Warum nicht! Die Heilig-Geist-Kirche in der August-Bebel-Allee ist die erste Kirche Bremens, in der auch eingekauft werden kann. Auf dem „Marktplatz der Begegnung“ findet man günstige Kleidung, Möbel und Haushaltswaren aus zweiter Hand. Nette Gespräche inklusive. Für diesen sozialen Zweck wurde das Kirchenschiff großzügig umgestaltet. Raum für Gottesdienste bleibt trotzdem.

KULTUR IM WASCHHAUS

Der GEWOBA KulturSalon an der Emil-Sommer-Straße ist eine Oase für Comedy, Kabarett und Kleinkunst. Rund 20 Shows stehen jedes Jahr auf dem Programm. Von anderen Bühnen unterscheidet sich der Salon auch dadurch, dass man die Künstler hier persönlich kennenlernen kann. Das gilt bestimmt auch für Bademeister Schaluppke, der am 20. September 2019 von seinen „Chlorreichen Tagen“ erzählt.

www.gewoba.de/kultursalon



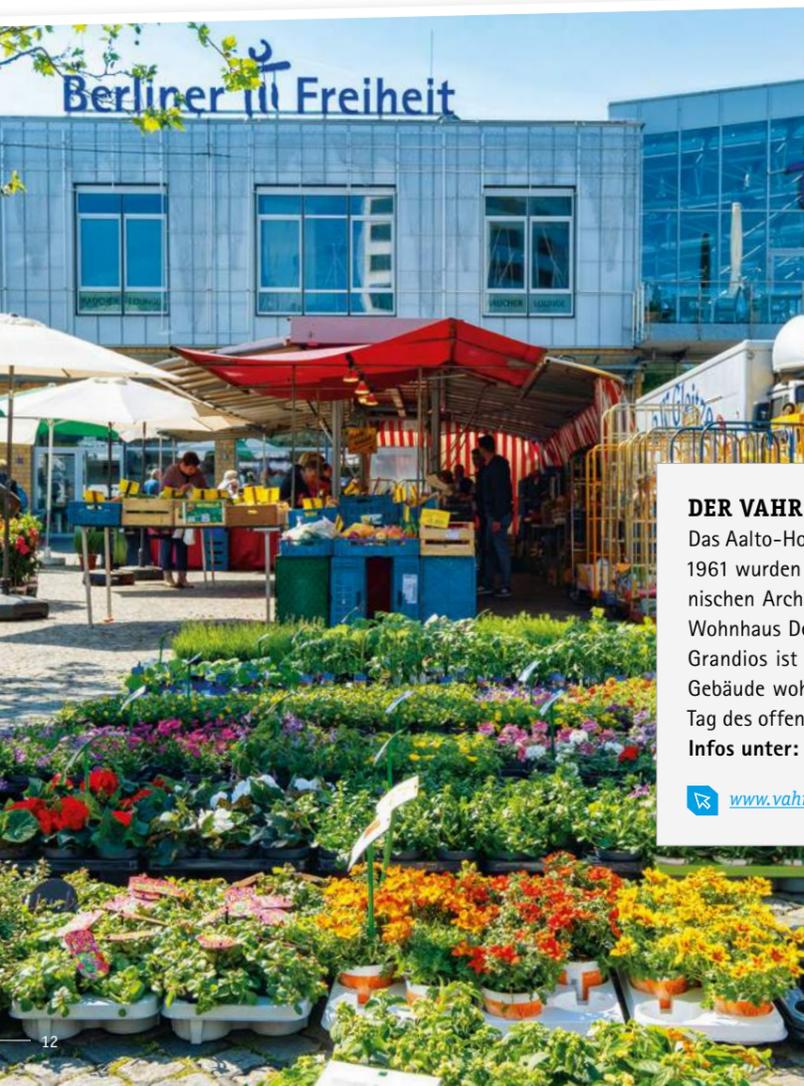
BEI DEN BAUMRIESEN

In der sichtbar grünen Vahr sind mehr als 100 verschiedene heimische und internationale Baumarten zu Hause, darunter sogar Urweltmammutbäume. Rund 5 kg Sauerstoff gibt so ein Baum jeden Tag ab, während er klimaschädliches CO₂ verbraucht. Auf dem „Sauerstoffpfad“ lässt sich die gute Luft wunderbar genießen. Auch Themengärten und Landschaftskunst lassen sich auf dieser rund 2,5 km langen Strecke entdecken.

www.gewoba.de/sauerstoffpfad



Barockgarten



Aalto-Hochhaus, circa 1961

DER VAHR AUF'S DACH STEIGEN

Das Aalto-Hochhaus ist das alles überragende Wahrzeichen des Stadtteils. 1961 wurden die ersten von insgesamt 189 Wohnungen bezogen. Vom finnischen Architekten Alvar Aalto entworfen, fasziniert das damals größte Wohnhaus Deutschlands bis heute mit seiner spektakulären Formgebung. Grandios ist der Panoramablick über die Vahr. Rolf Diehl, der selbst im Gebäude wohnt, führt Interessierte gerne aufs Dach. Gelegenheit ist am Tag des offenen Denkmals am 8. September.

Infos unter:

www.vahrreport.de

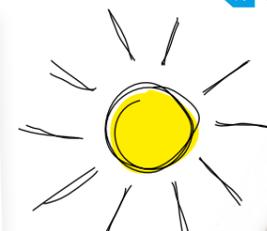
Die Vahr besteht aus den Ortsteilen Gartenstadt Vahr, Neue Vahr Nord, Neue Vahr Südwest und Neue Vahr Südost. Rund 27.000 Menschen sind hier zu Hause. Mit über 9.200 Mietwohnungen ist die Vahr das größte Quartier der GEWOBA.



FÜR DIE KLEINSTEN DAS GRÖSSTE

Der Spielplatz an der Philipp-Scheide-mann-Straße gehört zu den beliebtesten in der ganzen Stadt – und das nicht nur während der Sommerferien. Wo sonst ist soviel Platz, um sich auszutoben und die eigenen Fähigkeiten an den Spiel- und Sportgeräten zu stärken? Der Spielkreis „Vahrer Wichtel“ betreut an drei Tagen in der Woche bis zu acht Kinder im Alter von ein- bis drei Jahren.

www.spielplatz-bsp.de



TIPPS IM SOMMER:

Grillen & Chillen

Kleine Erfrischung gefällig? Dann auf zum Achterdieksee! Der Baggersee liegt streng genommen zwar in Oberneuland, wird von den Vahraonen aber heiß geliebt. Die Badebucht wird von einer DLRG-Station überwacht. Die Wiese rund um den See ist ideal zum Grillen.

Auf zur SaVAHri 2019!

Auch auf dem diesjährigen Stadtteiffest gibt's viel zu entdecken. Organisationen und Einrichtungen aus der Vahr stellen sich vor. Das Programm spricht kleine und große Vahraonen an. Auch Nachbarn aus anderen Teilen Bremens sind herzlich willkommen. Samstag, 14. September 2019, 11–18:30 Uhr, am Vahrer See



ATRIUM-HAUS BALD BEZUGSFERTIG: NEUE WOHNUNGEN IN OTE

Nach knapp 20 Monaten Bauzeit ist es soweit: Mit dem dreistöckige Atrium-Haus wird der erste Neubau in Osterholz-Tenever fertiggestellt.

„Die ersten Interessenten haben sich das Gebäude angeschaut und sind von der Ausstattung begeistert“, berichtet der GEWOBA-Vermieter Herr Manal. In dem Neubau entstehen 28 barrierefreie Zwei-, Vier-, und Fünf-Zimmer-Wohnungen. Alle Wohnungen verfügen über Fußbodenheizung, neue Bäder, Balkone und Einbauküchen. Weitere 42 Neubauwohnungen werden derzeit auf dem Grundstück gebaut. Für den Einzug ist ein Wohnberechtigungsschein erforderlich.

Informationen hierzu und zum Wohnungsangebot erhalten Interessenten bei Herrn Manal:

☎ 0421 36 72-9 29

✉ manal@gewoba.de



GRÜNES HAUS FÜR DEN HOHEN-TORSPLATZ

In der Bremer Neustadt entsteht ein markantes Haus mit bezahlbaren Wohnungen. Die Lage ist beliebt bei Studenten.

Ein Hingucker soll der sechseckige GEWOBA-Neubau mit seiner grünen Fassade auf dem heutigen Parkplatz neben der Feuerwehr werden. Gute Lage, öffentliche Verkehrsanbindung und ein Radwegenetz in alle Richtungen. Diese Wohnungen sind beispielsweise für Auszubildende oder Studenten ideal. „Unser Ziel ist es, für die junge Generation von Bremern, die nicht viel Geld für die Miete ausgeben kann und will, Wohnraum in zentralen Lagen anzubieten. Wer in der Stadt wohnt, braucht und will auch in der Regel gar kein eigenes Auto, sondern kann auf Carsharing-Angebote sowie Elektromobilität vor der Haustür zugreifen. Und auch der Bahnhof Neustadt liegt fußläufig nah“, beschreibt Hans Hermann Schrader, Geschäftsbereichsleiter Neustadt, das Konzept für die moderne Stadtmieterschaft.

In dem Neubau sollen 52 Ein- bis Dreizimmerwohnungen entstehen. Der besondere Akzent: Grüne Kacheln, die im Verlauf hin zum Flachdach leicht heller werden und je nach Sonneneinstrahlung das Licht in verschiedenen Grüntönen reflektieren. Ein schöner Blickfang an dieser Kreuzung. Außerdem spielt der ökologische Aspekt eine große Rolle: Das Haus bekommt ein Gründach sowie ein Blockheizkraftwerk in Kombination mit Solarzellen auf dem Dach. Für die Fläche des Erdgeschosses ist eine gewerbliche Nutzung, zum Beispiel Gastronomie, vorgesehen. Die Fertigstellung ist für Herbst 2021 geplant.

☎ 0421 36 72-513

✉ jameyer@gewoba.de

NACHGEFRAGT

ÜBER FREIZEITLÄRM

Jeder möchte sich auf seine Art zu Hause wohlfühlen. Dabei sollte gegenseitige Rücksichtnahme unter Nachbarn ganz selbstverständlich sein. Nach dem Ergebnis unserer GEWOBA-Mieterbefragung sorgen allerdings Lärm und Lautstärke oft für Stress im Zusammenleben. Wir haben mal genauer hingehört.

Der Klassiker: Netter Besuch wird spät-abends aus der Wohnung verabschiedet und freudig plaudernd noch bis nach unten vor die Haustür begleitet. Dabei vergessen viele, wie laut mehrere Personen im Treppenhaus oder zugeschlagene Türen sein können. Der Schlaf der Nachbarn ist dann durchaus gestört. Ein anderes Beispiel ist der Abend auf dem Balkon: Die einen

auf Zimmerlautstärke begrenzt sein sollen. „Dabei geht es ja nicht darum, sich mucksmäuschenstill zu verhalten oder nicht mehr seinen Lieblingsbeschäftigungen nachgehen zu können“, meint Mieterin Marion L. aus Hastedt. „Nur die Rücksichtnahme, darauf sollten sich Menschen wieder mehr besinnen.“

.....
»In unseren Wohnquartieren gibt es gute Beispiele, wie man in der Stadt mit vielen Nachbarn zusammen wohnen kann. Wichtige Voraussetzung ist dabei gegenseitige Rücksichtnahme und Respekt im Umgang miteinander. Das Kennenlernen der Nachbarn trägt viel dazu bei, Missverständnisse aus dem Weg zu räumen und Toleranz zu schaffen. Dazu helfen persönliche Gespräche und das Mitmachen bei unseren Bewohnerfesten.«

Manfred Corbach, Leiter Immobilienwirtschaft der GEWOBA

wollen ihre Ruhe unter freiem Himmel genießen, die anderen möchten vielleicht sommerliche Geselligkeit mit Freunden teilen. Aber Stimmen, die sich lange und ausgelassen auf dem Balkon unterhalten, können weit zu hören sein. Gerade spät-abends, wenn sich der tägliche Straßenlärm beruhigt hat.

Wenn es in der Wohnung mal etwas lauter wird und die Fenster weit offen oder gekippt sind, wird der Lärm leider auch in benachbarten oder gegenüberliegenden Wohnungen deutlich wahrgenommen. Deshalb einfach beim nächtlichen Fernsehen oder Zocken mit der Spielekonsole die Fenster schließen.

NACHTS MUSS RUHE SEIN: PRINZIP ZIMMERLAUTSTÄRKE

Nicht nur nach einem anstrengenden Arbeitstag freut man sich auf den gemütlichen Feierabend zu Hause und einen ruhigen Schlaf. Im Allgemeinen gilt von 22 Uhr abends bis 6 Uhr morgens die sogenannte Nachtruhe, in der Geräusche

BEISPIELE AUS DER NACHBARSCHAFT

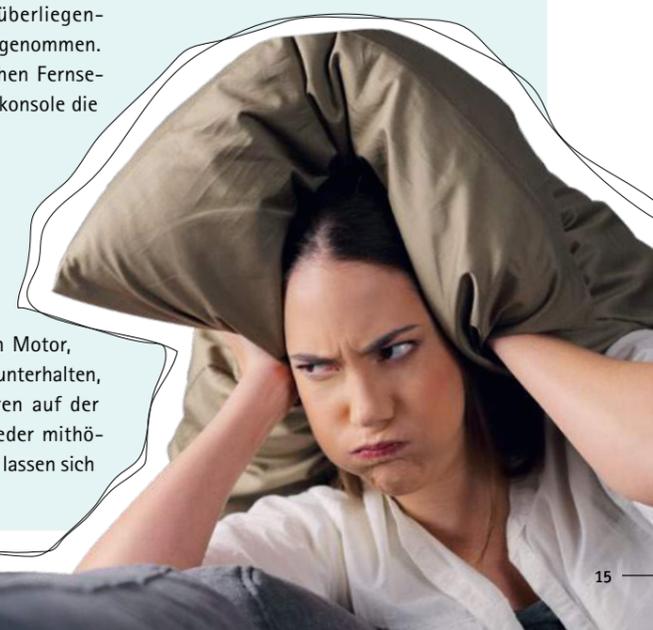
Mieterin Marion hat weitere Beispiele: Autos mit laufendem Motor, wo sich die Insassen noch ewig unterhalten, sowie endlos lautes Telefonieren auf der Straße oder dem Balkon, wo jeder mithören kann. Solche Geräuschpegel lassen sich

Hallo Nachbarn, bitte Rücksicht nehmen: Lärm und Lautstärke sorgen schnell für Stress.

eigentlich leicht vermeiden. „Auch frühmorgens beim Gassi gehen mit dem Hund kann man sich in Wohnungsnähe leise unterhalten, insbesondere an einem Sonntag“, findet ein Neustädter Pärchen, vor deren Schlafzimmerfenster sich im Morgengrauen manchmal nachbarschaftliche Hundehalter festquatschen.

Ein Mieter aus der Vahr schildert: „Meine Nachbarin hat immer aus dem Küchenfenster laut nach ihren Kindern gerufen. Grundsätzlich stört mich das nicht, meine Kinder haben ja auch hier gespielt. Aber dieses anhaltende Geschrei hin und her und das Fensterknallen, das hat mich irgendwann richtig auf die Palme gebracht. Zum Glück kannten wir uns. So konnte ich sie tatsächlich ohne Hemmungen auf das Thema ansprechen.“ Hat sie ihr Verhalten abgestellt? „Nein, aber sie bemüht sich merklich, weniger und eindeutiger mit ihren Kindern zu kommunizieren. Und unser Verhältnis ist nach wie vor gut, weil ich meinen Unmut loswerden konnte und sie mich verstanden hat.“

Selbst wenn es mit den Menschen von nebenan vielleicht nicht immer einfach ist – sie gehören zum Leben dazu und machen es bunter. Gegenseitige Rücksichtnahme ist die beste Möglichkeit, seine eigene Ruhe und Entspannung zu Hause genießen zu können.



Gewerberäume Für Menschen und ihre Ideen



Vieles ist möglich:
 Ladenlokale, Büro- und Praxisräume
 Telefon 0421 36 72-5 90
 gewerbe@gewoba.de





30. & 31.08.2019 · ab 18:00 Uhr
ÜBERSEEFESTIVAL

Zwei Tage, zwei Open-Air-Bühnen und mehr als 20 Live-Acts beim Überseefestival im und am Alten Zollamt. Der Schwerpunkt liegt auf regionalen Bands und Künstlern aus Bremen.

www.musikszene-bremen.de/ueberseefestival-2019

17. & 18.08.2019 · ab 11:00 Uhr
KUNSTRAUM – ARTSPACE

Regionale, nationale und internationale Künstler*innen bespielen die Alte Bürger in leerstehenden Läden, Häusern, Treppenhäusern und Kneipen an der Bgm.-Smidt-Straße.

www.kunstraum-alte-buerger.com



07.07.2019 · 16:00 Uhr
**MUSEUM AHOI!
MUSEUMSFÜHRUNG
MIT ANSCHLIESSENDER
SCHIFFSTOUR**

Entdecken Sie auf einer Führung durch das Hafensemuseum Speicher XI den Wandel vom Überseehafen zur Überseestadt. Im Anschluss erkunden Sie an Bord des Rundfahrtschiffs die Überseestadt von der Wasserseite aus. Eintritt: 12,50 Euro, 9 Euro ermäßigt.

Anmeldung unter Tel. 0421 303 82 79

www.hafenmuseum-speichere1f.de

UNSERE TERMIN-TIPPS

FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

09. & 10.08.2019

SUMMER SOUNDS

SOMMER
2019



Bei Musikprogramm, Sommergarten und regionalen Köstlichkeiten gemeinsam in den Neustadtwallanlagen den Sommer zelebrieren! Nachhaltig: Geschirr bitte mitbringen.

www.summersounds.de

30.08.2019 · 20:15 Uhr

FILM NIGHT RIDES BREMERHAVEN

In Kooperation mit Shorts Attack Bremen startet Bremen BIKE IT! mit Filmen und Rädern durch die Nacht. Eine Fahrt zu ungewöhnlichen Orten, an denen mit mobilem Lastenradkino Kurzfilme gezeigt werden. Dieses Mal werden in Bremerhaven Filme zum Thema Klima vorgeführt.

Start: An der Geeste/Kennedybrücke, der Eintritt ist frei.

Alle Termine unter:

www.bremen.de/leben-in-bremen/bike-it/film-night-rides

16.08. – 18.08.2019

ERSTES 360-GRAD-HEIMATLIEBE-FESTIVAL AM LANKENAUER HÖFT

Zu diesem Anlass fährt die Weserfähre an zwei Tagen bis Mitternacht (Freitag ab 16 Uhr). Darüber hinaus finden der Überseetörn in der Überseestadt (17.–18.08.) und das Mikrofestival Europa Zentral im Liegnitz-Quartier in Gröpelingen (17.08.) statt.

www.goldencity-bremen.de



11.08.2019 · 15:00–18:00 Uhr

TAG DER OFFENEN TÜR IM BIENENHAUS IM GARTEN DER ÖKOLOGIESTATION

Der Imkerverein Bremen-Blumenthal von 1887 e. V. lädt zum Tag der offenen Tür des Lehrbienenhauses ein. An diesem Nachmittag wird sich alles um Bienen und Honig drehen. Mit Rahmenprogramm aus Mitmachaktionen und Führungen. Ökologiestation Bremen, Am Gütpohl 11, 28757 Bremen

www.oekologiestation-bremen.de

14.07.2019 · 11:00–17:00 Uhr

SPEICHER- MARKT

KUNST, KULTUR UND
LEBENSART

Alles, was das Leben noch schöner macht: von Schmuck und Keramik über Wohnaccessoires bis hin zu selbstentworfenen Mode. Plus: besondere Gaumenfreuden. Am Speicher XI, 28217 Bremen.



24. & 25.08.2019

AFRIKA FESTIVAL

Workshops, afrikanische Verkaufsstände, Abendmusikveranstaltung im Haus der Jugend: Samstag 14–22 Uhr, Sonntag 12–17 Uhr.

Rheinstraße 109, 27570 Bremerhaven.



13. & 14.07.2019 · ab 11:00 Uhr

FISH & CARS US-CARS-TREFFEN

Ein großes Angebot an chromblitzenden US-Cars trifft sich im Schaufenster Fischereihafen. Eintritt frei!

Am Schaufenster 6, 27572 Bremerhaven.

16.08.–18.08.2019

SCHIPPERTAGE BREMERHAVEN TRADITIONELLE WATTENMEER-SEGELSCHIFFE ERLEBEN

Aaken, Galioten, Kuffen und Tjalken gehörten bis Anfang des 20. Jahrhunderts zu den wichtigsten Verkehrs- und Transportmitteln an der hiesigen Küste. Zu den Schippertagen kommen am Freitag um 15 Uhr (sehenswert!) zahlreiche Plattbodenschiffe nach Bremerhaven in den alten Hafen eingelaufen. Handwerker zeigen zudem am gesamten Wochenende auf den Booten ihr traditionsreiches Können.

28.07.2019 · 11:00 Uhr

IMMER WENIGER SCHMETTERLINGE: EINE FOLGE DES KLIMAWANDELS?

Schmetterlinge: Wie leben sie, wovon ernähren sie sich, woran lassen sie sich erkennen? Hat sich der Klimawandel bereits auf sie ausgewirkt? Führung für alle Altersgruppen in der Ökologiestation Bremen. Fällt bei Regen aus. Am Gütpohl 11, 28757 Bremen.

Bitte Voranmeldung unter Tel. 0421 222 19 22

www.oekologiestation-bremen.de

02.07.2019 · 19:00–22:00 Uhr

ORCHESTER UND CHOR DER UNIVERSITÄT BREMEN UND BLECH-LIGHTS

Die Universitätsmusik der Bremer Uni widmet sich in diesem Sommersemester der grotesken Musik der 1930er-Jahre. Dieses Klassikkonzert der besonderen Art findet am Haus am Walde statt. Eintritt frei.

www.hausamwalde-bremen.de

14.07.2019 · 14:00–18:00 Uhr

FAMILIENSONNTAG AUF DER JUGENDFARM IN HABENHAUSEN

Kinder und Eltern können das Farmgelände erkunden, um die Tiere und die pädagogischen Angebote der Farm kennenzulernen. Nebenbei lässt sich der Nachbarschaftsflohmarkt durchstöbern.

www.jugendfarm-bremen.de



FRISCH & FRUCHTIG

UNWIDERSTEHLICHER CAPRESE-SALAT

Jetzt so richtig lecker

Zutaten für zwei Portionen:

- » 2 Nektarinen
- » 150 g Kirschtomaten
- » 1 kleine rote Zwiebel
- » 150 g Mini-Mozzarella
- » viel frisches Basilikum
- » 1 EL Olivenöl
- » 1 EL weißen Balsamico
- » Pfeffer und Salz

1 Zutaten schnippeln

Die ersten warmen Sommertage haben uns nun schon erreicht, da steigt der Appetit auf einen erfrischenden Salat gleich umso mehr.

Die traditionell italienische Vorspeise Caprese haben wir in diesem Rezept mit Nektarinen aufgefrischt und bekommen so einen leckeren Salat, den man als leichtes Abendessen mit knusprigem Baguette oder auch gut als Grillbeilage servieren kann.

So wird's gemacht:

Schritt 1:

Nektarinen und Tomaten waschen. Die Nektarinen halbieren, den Stein entfernen und die Nektarine in Spalten schneiden. Die Tomaten je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Zwiebel häuten und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

Schritt 2:

Alles zusammen in eine Schüssel geben und den Mozzarella darauf verteilen.

Schritt 3:

Das Basilikum abzupfen, waschen und auf den Salat geben. Olivenöl und weißen Balsamico über den Salat träufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

2 Mozzarella dazugeben

3 Mit Basilikum toppen

PACK' DIE BADEHOSE EIN

STRÄNDE UND BADEORTE IN BREMEN & BREMERHAVEN

Ob für eine kurze Abkühlung nach Feierabend oder einen Wochenend-Ausflug mit der ganzen Familie: Bremen und Bremerhaven bieten jede Menge toller Badestellen, Strände, Seen und Freibäder – mit Spaß-Garantie, zum Entspannen oder Sporteln. Unser Überblick verrät, welche Orte am besten zu Ihnen und Ihren Bedürfnissen passen.

Recherche: Karharina Schwarz

SCHÖNER
ABTAUCHEN

FREIBAD

FREIBAD BLUMENTHAL: SOMMER-FUN IM BREMER NORDEN

Toll für: Familien und Sport-Schwimmer
Eintritt: Kinder 2,80 Euro, Erwachsene 4,60 Euro, Familien ab 8,10 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 7–19 Uhr, Sa.: 12–19 Uhr, So.: 10–19 Uhr
Besonderheiten: Spielbach und Matsch-Tisch für die Kleinen!

„SCHLOSSI“ SCHLOSSPARKBAD: DAS BADEPARADIES FÜR DIE GANZE FAMILIE

Toll für: Familien, Pärchen, Senioren
Eintritt: Kinder 2,80 Euro, Erwachsene 4,60 Euro, Familien ab 8,10 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 6:30–19 Uhr, Sa.: 10–18 Uhr, So.: 10–19 Uhr
Besonderheiten: Teenie- und Familienzeltmächt mit Kultcharakter!

STADIONBAD: SUMMER IN THE CITY!

Toll für: Familien, Pärchen, Senioren
Eintritt: Kinder 2,80 Euro, Erwachsene 4,60 Euro, Familien ab 8,10 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 6:30–20 Uhr, Sa.: 13–19 Uhr, So.: 10–19 Uhr
Besonderheiten: 23 m lange Turbo-Rutsche mit freiem Fall, 10-Meter-Sprungturm, Liegestühle, Soccer-Court & Beachvolleyball.

WESTBAD: KOMBIBAD – HALLEN- & FREIBAD IN EINEM!

Toll für: Familien, Senioren
Eintritt: Kinder 3,20 Euro, Erwachsene 4,80 Euro, Familien ab 8,90 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 6:30–19 Uhr, Sa. & So.: 9–18 Uhr
Besonderheiten: ganzjährig unter freiem Himmel schwimmen – bei einer Wassertemperatur von 28° C.

FREIBAD GRÜNHÖFE (BREMERHAVEN): SOLAR GEWÄRMT!

Toll für: Familien, Pärchen, Senioren
Eintritt: Kinder 2 Euro, Erwachsene 3 Euro, Familien 7,50 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 12–20 Uhr, Sa. & So.: 11–19 Uhr
Besonderheiten: Grillplatz vorhanden!



GUTSCHEIN

FÜR EINE TAGESKARTE
IM FREIBAD GRÜNHÖFE

(einzulösen bis zum 30. August 2019)

1 x freier Eintritt
für Kind/Jugendliche

1 x freier Eintritt
für Erwachsene

WESERSTRAND

DAS KLEINE PARADIES

Kunst- und Kulturprojekt „die komplette Palette“ in Hemelingen
Toll für: junge Leute
Eintritt: nur bei Bühnenveranstaltungen
Öffnungszeiten: täglich ab 14 Uhr, Regentag = Ruhetag
Besonderheiten: Strandbar, Skulpturen, Trampolin, DJs und Live-Musik, Hunde erlaubt.

Das kleine Paradies



CAFÉ SAND

Planschen erlaubt – aber bitte in Ufernähe bleiben.
Toll für: Familien, Senioren, Wassersportler
Eintritt: frei
Öffnungszeiten: 24/7
Besonderheiten: Sandstrand mit Biergarten, Beachvolleyball, Fähranleger

Café Sand



WESER-STRANDBAD (BREMERHAVEN)

Starke Strömungen = Baden verboten!
Toll für: Familien, Senioren
Eintritt: Kinder 1 Euro, Erwachsene 3 Euro, Familien 5 Euro
Öffnungszeiten: Mo.–So.: 10–20 Uhr
Besonderheiten: Strandkörbe, Strandbar, Wasserspielplatz, keine (!) Hunde.

BADESEE

WERDERSEE: URLAUSFEELING VOR DER HAUSTÜR!

Toll für: Familien, Pärchen
Eintritt: frei
Öffnungszeiten: 24/7
Besonderheiten: Badebucht, Spielplatz, Kiosk, Stand Up Paddling (www.ins-blaue.com)

MAHNDORFER SEE: NAHERHOLUNG AM BAGGERSEE.

Toll für: Familien, Pärchen
Eintritt: frei
Öffnungszeiten: 24/7
Besonderheiten: Sandstrand mit FKK-Bereich, Grillen erlaubt!

SODENMATTSEE:

PLANSCHEN UND TIERE GUCKEN IN EINEM!

Toll für: Familien, Senioren, Sport-Schwimmer
Eintritt: frei
Öffnungszeiten: 24/7
Besonderheiten: Nachbar der Stadtteilmfarm Huchting, Angelsteg, Spielplatz, Imbiss, Grillen erlaubt!

SPADENER SEE (BREMERHAVEN):

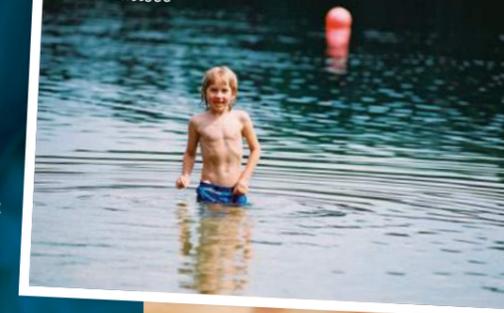
Wakeboarden, Wasserski, Adventure-Golf oder Beachvolleyball:
„Blue Bay Spadener See – neu ab Sommer 2019“
Toll für: Familien, Senioren, Fun-Sportler
Besonderheiten: Sandstrand mit Badestelle und Funsport-Angebot, Hunde willkommen! Neuer Betreiber!
Weitere Infos unter:

www.bluebay-sports.de

Werdersee



Sodenmattsee





VOLKSBUHNE BREMEN E.V.

THEATERGENUSS FÜR ALLE – ABOS FÜR KUNSTFREUNDE

Text: Natalie Simon Foto: Gaby Ahnert

Wir haben bei der Volksbühne Bremen vorbeigeschaut. Was kaum einer weiß: Sie ist keine Volkstheater- oder Laienspielgruppe, sondern seit über 70 Jahren Bremens größte Organisation für die Vermittlung von Kulturerlebnissen. Eine Institution in Bremen.

„Die bundesweite Geschichte der Volksbühnen ist eng verknüpft mit Karl Liebknecht und Rosa Luxemburg. Sie forderten früh, dass Kultur zu bezahlbaren Preisen allen Bürgern zugänglich sein muss“, berichtet Waltraut Linke (im Bild links) von der Volksbühne Bremen. „Aus diesem Anspruch entstand 1890 die erste Freie Volksbühne in Berlin. Viele weitere Gründungen in Deutschland folgten, doch 1933 lösten die Nationalsozialisten alle bestehenden Vereine auf. Nach Kriegsende wurde dieses Erfolgskonzept jedoch schnell wiederbelebt und am 18. Mai 1948 die Volksbühne Bremen gegründet.“ Das Motto von damals – „Theater für alle“ – gilt bis heute. Seit 1983 stiftet die Volksbühne Bremen den Publikumspreis „Der Silberne Roland“, der an Bremer Kunstschaffende verliehen wird.

KULTURELLER GEHEIMTIPP

„Die Presse hat die Volksbühne Bremen mal als ‚kulturelle Bürgerinitiative‘ bezeichnet. Das trifft es sehr gut“, erzählt Waltraut Linke weiter. „Jede Initiative braucht Mitglieder und auch wir freuen uns wieder über mehr

Kulturinteressierte. Bremen ist eine echte Theaterstadt und wir wollen, dass die Bühnenkunst wirklich von allen erlebt werden kann.“

THEATER NEU ENTDECKEN

Auf den Brettern, die immer noch für viele die Welt bedeuten, hat sich einiges getan: außergewöhnliche Kulissen, ausgefallene Stücke in Oper, Tanz, Schauspiel. „Ein Mitglied erzählte mir neulich, er habe sich früher nicht viel aus Theater gemacht, hatte immer nur die Zaubergeflöte in Erinnerung. Doch dann wurde ihm das Fernsehen zu laut, zu hektisch, zu beliebig und die Theaterbesuche nahmen wieder zu. Die besondere Stimmung, die Kunst der Schauspieler, die Spannung im Publikum hat ihn plötzlich elektrisiert. Theater ist seine neue Leidenschaft!“

Wer diese Leidenschaft teilen möchte, hat vielfältige Möglichkeiten: Das Theater Bremen, die Deutsche Kammerphilharmonie Bremen, die Bremer Philharmoniker, die Bremer Shakespeare-Company, das Figurentheater Mensch, Puppe!, das bremer-kriminal-theater,

»Bremen ist eben eine echte Theaterstadt und wir wollen, dass die Bühnenkunst wirklich von allen erlebt werden kann.«

Waltraut Linke

das Theaterhaus Schnürschuh und viele weitere Bremer Theater, der Sendesaal Bremen, Museen und andere Spielstätten in Bremen sind feste Partner der Volksbühne.

MEHR ALS BÜHNENKUNST

Mitglieder haben die Möglichkeit, mit einem Wahlabo Termine und Stücke frei zu wählen. Ausgeschlossen sind lediglich Premieren und Gastspiele. Waltraut Linke zählt weitere Vorteile auf: „Vergünstigungen in vielen Bremer Spielstätten und Volksbühnen von Hamburg bis München, Künstlergespräche, ein- und mehrtägige Theater- und Kunstreisen und natürlich unser Service: meine Kollegin, Rositha van Zadel, und ich helfen, beraten, stehen unseren Mitgliedern stets mit Begeisterung und Wissen zur Seite“, lacht die Theaterfreundin. Ihr Tipp für die aktuelle Spielzeit? „Das amüsant-turbulente ‚Das Horoskop des Königs – L'Étoile!‘“

INTERESSE?

Wer an regelmäßigem Kunstgenuss mit einem Abonnement der Volksbühne Bremen interessiert ist, kann sich in der Geschäftsstelle in der Villa Ichon, rechts neben dem Theater am Goetheplatz, beraten lassen.

Mehr Infos:

- 0421 32 79 57
- www.volksbuehne-bremen.de
- Goetheplatz 4, 28203 Bremen Mo.–Do. 11–16 Uhr

GENIALE IDEEN FÜR KINDERGEBURTSTAGE IM SOMMER

Waldgeburtstag

Wer zu Hause zu wenig Platz hat, wegen der Nachbarn nicht laut sein mag oder einfach mal was ganz anderes machen will als den üblichen Indoor-Spielplatz: ab in den Wald! Hier wird geklettert, gerannt, geschneit und aus Ästen eine Höhle gebaut. Am Bach entsteht ein Staudamm ... Kurzum: Abenteuer pur! Programm: Kann ganz relaxt den Kindern überlassen werden.

Ihr braucht: Anti-Zecken-Spray, Pflaster für kleine Schrammen, ggf. Schnitzmesser.

Snack-Ideen: Stockbrot und Würstchen – wenn es einen Grillplatz gibt – alternativ ein großes Picknick mit Sandwiches, Frikadellen, Eiern & Co.

IRRE MALWERKSTATT

Perfekt im Hochsommer: Eine Malwerkstatt im Garten – mit vollem Körpereinsatz! Man nehme: Geburtstagsgäste in Badekleidung, Fingerfarben und ein altes Bettlaken oder Tapetenbahnen – und dann wird gekleckert, gespritzt, getupft, mit Pinseln, Rollen, Händen, Füßen oder Bauch. Ist das Kunstwerk fertig, hilft eine wilde Wasserschlacht beim Säubern der kleinen Künstler.

Ihr braucht: Leinwände, großformatige Papierrollen, z. B. Tapetenbahnen oder ein altes Bettlaken zum Bemalen plus Fingerfarben, Pinsel, Farbrollen, Wasserbomben.

Snack-Ideen: bunte Dips, Brotstangen, Gemüse-Sticks, dreifarbiges Wackelpudding

VERRÜCKTER FAHRRAD-PARCOURS



Für größere, mutige Action-Kids einfach ideal: ein verrückter Fahrrad-Parcours auf dem Garagenhof o. ä. – mit Slalom-Einheiten, selbstgebauten Wippen und Rampen. Der Clou: zwischen den Brettern zum Drüberfahren ein Pupskissen deponieren – garantiert zum Brüllen komisch!

Ihr braucht: stabile Bretter, Kanthölzer, Verkehrshütchen oder mehrere Eimer zum Drumherumfahren, Pupskissen, Fahrräder, Helme und Protektoren.

Snack-Ideen: Brötchen-Rad, kleine Käse-Reifen (z. B. Babybel), Reifen-Donuts oder rot-weiß-geringelte Tomate-Mozzarella-Sticks

Kinder-Olympiade

Ob Weitsprung, Weitwurf, Sprint oder Roller-Slalom: Bei der Wahl der olympischen Disziplinen sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wer zu Hause nicht genug Platz hat, verlegt die Stationen auf einen Spielplatz oder führt die Athleten auf einem Spaziergang durch die Nachbarschaft zu den verschiedenen (zuvor ausgewählten) Sportstätten.

Fotomotiv: Eine umgedrehte Getränkebox wird zum Sieger-Treppchen!

Highlight: Die Siegerehrung aller (!) Athleten zum Ende.

ZIRKUS-WORKSHOP



Statt Topfgeschlagen und Co. spielen die Kinder Zirkus, werden zu Zirkusdirektor, Akrobat, Clown und Zauberer. Kreatives Verkleiden und gegenseitiges Schminken inklusive. Große Bettlaken dienen als Vorhang, befestigt an einer Schnur, gespannt zwischen zwei Bäumen, an einem Klettergerüst oder Carport. Der Clou: Die Abholzeit wird vorverlegt und alle Eltern zur großen Premierenvorstellung eingeladen.

Ihr braucht: Verkleidungskiste, Kinderschminke, genug Platz und einen weichen Untergrund für die Artisten.

Snack-Ideen: Popcorn in Papiertüten, ungeschälte Erdnüsse, Bratwurst im Brötchen

WISSENSCHAFT ZUM ABFEIERN:

WIR VERLOSEN VIER GEBURTSTAGSFEIERN IM UNIVERSUM.

Bei der Universum®-Geburtstagsparty könnt ihr mit bis zu 14 Freunden einen Nachmittag im Universum® verbringen und dabei tolle Dinge erleben. Zum Beispiel Blitze erzeugen, farbige Schatten werfen oder auf einem Erdbeben-Sofa Platz nehmen!

Wenn ihr ab August 2019 zwischen 6 und 14 Jahre alt werdet, könnt ihr bzw. können eure Eltern bei der Verlosung mitmachen. Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Feiern im Universum®“ bis zum 28. Juli an gewinnen@gewoba.de senden und mit etwas Glück eine Party im Wert von über 200 Euro gewinnen. Enthalten sind: Eintritt in die Ausstellung des Universum®, ein spannendes Geburtstags-Format mit aufregenden Experimenten, Snacks und Getränke.

JETZT MITMACHEN!
(BIS 28.07.19)

Festival des Besonderen

KARTEN FÜRS
MUSIKFEST
BREMEN
ZU GEWINNEN!

Vertrautes neu entdecken und Einblick in neues
musikalisches Terrain gewinnen – von Klassik über
Jazz und Weltmusik bis zu experimentellen Klängen.
Wir verlosen Karten für das diesjährige Musikfest.

5 x 2 Karten für „Beethoven & Buchbinder“

Freitag, 30.08.2019, 19:30 Uhr
Chamber Orchestra of Europe
Rudolf Buchbinder, Klavier und Leitung
Stadttheater Bremen



5 x 2 Karten für „30. Musikfest Bremen – Das Finale“

Samstag, 14.09.2019, 20:00 Uhr
Aurora Orchestra
Leonidas Kavakos, Violine | Nicholas Collon, Dirigent
Die Glocke Bremen



5 x 2 Karten für „Avital meets Sollima“

Donnerstag, 05.09.2019, 21:00 Uhr
Avi Avital, Mandoline
Giovanni Sollima, Violoncello
BLG-Forum Überseestadt Bremen

Einfach bis zum 11. August eine E-Mail mit
dem Betreff „Musikfest“ und Nennung des
Wunschkonzertes an gewinnen@gewoba.de
senden. Alternativ Postkarte schicken.

www.gewoba.de/datenschutz



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

Sie wollen mehr?



Jetzt online weiterlesen:

www.gewoba-magazin.de

Lösung

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

DER MOBILE MENSCH

DEINE WEGE.
DEINE ENTSCHEIDUNGEN.
DEINE ZUKUNFT.

Eine Ausstellung zum Mitmachen
im Universum® und in der ganzen Stadt
vom 20. Juni 2019 – 26. August 2020



BREMEN
ERLEBEN!

