GEWOBA MAGAZIN

FRÜHLING 2020

CREATIVE HUB BREMEN

IM BIENENSTOCK DER IDEEN

FRÜHLING IN DER WOHNUNG: NEUE FARBEN UND MUSTER

SO SAFTIG: LECKERER KAROTTENKUCHEN

GUT VERSICHERT? HAFTPFLICHT- & HAUSRATVERSICHERUNG

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 Unternehmenskommunikation / Marketing

Redaktion
Natalie Simon

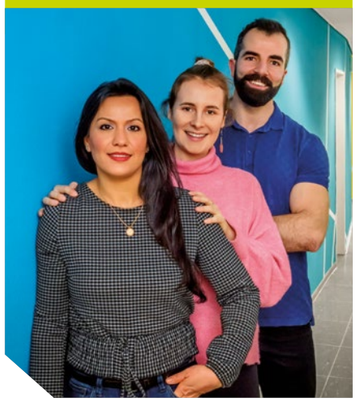
Autoren dieser Ausgabe
Bianca Michaelis, Margot Müller, Robin Nahrstedt, Katharina Schwarz, Natalie Simon

Konzept & Gestaltung
planetmutlu
www.planetmutlu.com

Fotografie
Gaby Ahnert, Christian Haase, Marileen Leusch, Frank Pusch, Natalie Simon, Nikolai Wolff, EM2N/indievisual, kardan_adam/istockphoto.com, RT-Images/istockphoto.com, mlharing/istockphoto.com, MmeEmil/istockphoto.com, powerofforever/istockphoto.com, Tsisha/istockphoto.com, KarenMower/istockphoto.com, FrankRamspott/istockphoto.com

Druck
BerlinDruck GmbH + Co KG
www.berlindruck.de

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



Michael Borau, GEWOBA-Kundendienstleiter Huchting

GRUSSWORT

Moinsen,

wenn Sie Kindern beim Spielen zusehen und ihre Leichtigkeit im Miteinander beobachten, erkennen Sie kaum Vorbehalte oder Sprachbarrieren. Es entlockt uns fast immer ein Lächeln, ihnen zuzuschauen. Gerne erinnern wir uns dabei auch an eigene unbeschwerte Zeiten. In der Clique, beim Sport, im Schwimmbad, überall waren wir im Kontakt mit unzähligen Menschen. Vieles war oberflächlich, aber man blieb im Gespräch, diskutierte, fantasierte und es brachte Spaß und gute Laune.

Und heute? Natürlich haben wir unseren Kreis der Liebsten. Menschen, die wir schätzen und unbeschwerte Momente voller Freude. Aber wir erleben auch mehr Ängste und Vorurteile. Fremden begegnen wir mit Vorbehalten und Unbekanntes schreckt uns manchmal geradezu ab. Also sich lieber gar nicht mehr begegnen? Oder ist Ihnen die Handymanie in der Straßenbahn noch nie aufgefallen? Kaum jemand unterhält sich noch aufmerksam miteinander.

Und doch geht es anders. Sind Sie nicht auch schon auf der Straße oder wo auch immer spontan gegrüßt worden? Hat man Ihnen ein Lächeln geschenkt und ein freundliches Wort? Und wenn so etwas passiert, was macht es mit Ihnen? Mir verschafft es gute Laune und versüßt den Moment.

Ihren Nachbarn freundlich auf der Treppe zu grüßen oder ein ehrliches Kompliment zu machen, ist nicht schwer. Solche Gesten schaffen auch eine angenehme Verbindlichkeit. Vielleicht versuchen Sie es morgen einfach mal, ein Lächeln in das Gesicht des Gegenübers zu zaubern.

Übrigens: Vom 4. bis zum 10. Mai haben sich genau das viele Huchtinger vorgenommen. Das Motto: Huchting grüßt sich. Machen Sie doch einfach mit – egal wo Sie leben.

Ihr Michael Borau

www.gewoba.de

HILFE BEI PROBLEMEN

KOSTENLOSE VERBRAUCHERBERATUNG IN DER VAHR

*Eine kostenlose Verbraucherberatung für Vahrer Bürger*innen gibt es jeweils mittwochs von 11 bis 14 Uhr sowie von 16 bis 19 Uhr. Unabhängige Fachleute beraten unter anderem zu Telekommunikation und Internet, Kaufverträgen, Finanzierungen, Reiserecht und mehr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Unbedingt vollständige Unterlagen mitbringen.*

Bürgerzentrum Neue Vahr, Berliner Freiheit 10, 28327 Bremen

Titel:
Hasnaa, Julia und Amin verwirklichen ihre Projekte im Creative Hub.

FRÜHLING 2020

GEWOBA NEWS 4
Neuigkeiten aus dem Unternehmen

DIE „ANDERE“ HOME STORY 6
Zwischenmieter in der Falkenstraße 45

AUSFLUGSZIEL 12
Vogelparadies Luneplate bei Bremerhaven

NEUE FARBEN UND MUSTER 14
Aktuelle Deko-Trends für die Wohnung

VERANSTALTUNGSTIPPS 16
Termine in Bremen und Bremerhaven

SELBSTGEMACHT 18
Saftiger Osterkuchen mit Möhren und Guss

WOHNEN BEI UNS 20
Eine gute Idee: Die Hausrat- und Haftpflichtversicherung

DIT UN DAT 22
Verblühte Blumenzwiebeln nicht wegwerfen

KIDS CORNER 23
Sicherheit in Straßenverkehr und Freizeit

SEITE 6 HOME STORY

Im großen Trainingsraum in der zweiten Etage ist Platz für Yoga, Boxen und mehr. Wir haben aktuelle Mieter des Creative Hub in der Falkenstraße besucht. Was sie dort „bewegen“ lesen Sie ab Seite 6.

SEITE 12 LUNEPLATE

Ein Idyll für Tiere und eine weitläufige Ruhezone für Radfahrer und Spaziergänger: Das Naturschutzgebiet Luneplate bei Bremerhaven ist in jeder Jahreszeit einen Ausflug wert, jetzt im Frühjahr mit besonderen Natur-Highlights.

SEITE 18 SELBSTGEMACHT

Die Osterzeit macht Lust auf selbstgemachte Leckereien für Familie, Freunde und Nachbarn. Der saftige, nussige Möhrenkuchen bekommt mit feiner Frischecreme den besonderen Kick.

BLUMEN FÜR BREMERHAVEN: PFLANZAKTIONEN IM APRIL

Zum Start in die Balkonsaison kommt die GEWOBA in Kooperation mit Wassenaar wieder mit einer großen Auswahl Blumen zu Ihnen in die Nachbarschaft. Sie suchen aus, wir befüllen Ihre mitgebrachten Pflanzgefäße. Die Blumen gibt es für nur 1,- Euro pro Stück, die Blumenerde spendiert die GEWOBA. Neben den farbenprächtigen Klassikern wie Begonien sind vor allem bienenfreundliche Blumen in der Auswahl.

Die GEWOBA-Pflanzaktionen finden immer von 13 bis 16 Uhr statt. Zur Stärkung gibt es Bratwurst vom Grill.

TERMINE:

→ **Dienstag, 21. April:** Grünhöfe
Servicebüro Auf der Bult 12e

→ **Mittwoch, 22. April:** Lehe
Parkplatz Bütteler Staße 45

→ **Dienstag, 28. April:** Leherheide
Marktplatz Hans-Böckler-Straße

→ **Mittwoch, 29. April:** Bürgerpark–Süd
Hauswartbüro Robert-Blum-Straße 8

Nimm mich mit ...

WIR VERLOSEN 3-MAL DAS GUTSCHEINHEFT „CITY FOR TWO“

JETZT MITMACHEN UND GEWINNEN

Lieben Sie es, zusammen Essen zu gehen, mal wieder ins Museum oder in ein philharmonisches Konzert? Einen Tag in der Sauna oder im Freizeitpark verbringen?

Mit dem Gutscheinheft „City for Two Bremen 2020“ lässt sich bei Freizeitaktivitäten oder beim Shopping kräftig sparen. So gibt es viele Coupons mit dem titelgebenden „2-für-1“-Wert, beispielsweise bei einem Aufenthalt im VR-Spiele-Center Bremen oder dem Vogelpark Walsrode – immerhin eine Ersparnis von 23,50 Euro. Auch sind attraktive Rabatte wie für einen Frühstücksbrunch im Marie Weser oder beim Schuhkauf enthalten. Drei der tollen Rabatthefte im Wert von 44,90 Euro verlosen wir unter unseren Leser*innen.

Einfach E-Mail oder Postkarte mit dem Stichwort „Unternehmungslust“ an gewinnen@gewoba.de oder GEWOBA Magazin, Rembertiring 27, 28195 Bremen senden. Einsendeschluss ist der 17. April. Adresse nicht vergessen, das Heft wird zugeschickt. Ihre Daten nutzen wir nur für die Verlosung und speichern sie nicht.
gewoba.de/datenschutz

Siegerentwurf der Architekten EM2N aus Zürich/Berlin

BEZAHLBARE CITYAPPARTEMENTS, ÖKO-NEUBAUTEN UND GEWERBE

Neues innerstädtisches Quartier soll 2024 fertig sein

Das Hochhaus an der Falkenstraße 45 (siehe auch Titelgeschichte ab Seite 6) soll sich ab 2021 in einen modernen Wohnturm mit bezahlbaren Appartements verwandeln, zusätzlich wird nebenan auch neu gebaut.

Insgesamt will die GEWOBA hier 40 Millionen Euro investieren. Der Standort für das Projekt ist gut: Vor allem die fußläufige Anbindung an die Innenstadt und den Nah- und Fernverkehr machen die Lage attraktiv. Neben Wohnungen werden auch gewerbliche Angebote und zur Findorffstraße eine Ladenzeile entstehen. Ende 2024 sollen die ersten Bewohner einziehen.

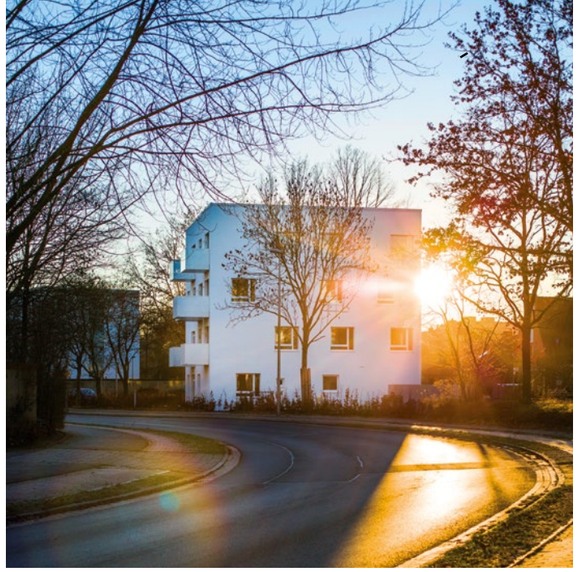
GUTSCHEIN* FÜR EINE PFLANZE

*Gutscheinwert nicht auszahlbar, nur ein Gutschein pro Person / Pflanzgefäß einlösbar

GEWOBA SAGT MIETER-AUSFLÜGE IM FRÜHJAHR AB

Aufgrund der aktuellen Zunahme von Infektionen mit dem neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) in Deutschland, hat die GEWOBA entschieden, ihre geplanten Seniorenveranstaltungen bis auf Weiteres vorsorglich abzusagen.

So finden die geplanten Ausflüge für Ältere im Frühjahr, wie die Tagestour nach Oldenburg, erst einmal nicht statt. „Wir richten uns nach den Empfehlungen der zuständigen Behörden und wollen Ansteckungs-Risiken minimieren, insbesondere für unsere Seniorinnen und Senioren“, erläutert Daniela Klostermann vom Sozialmanagement der GEWOBA und hofft auf Verständnis: „Die beliebten Gruppenfahrten werden wir zu einem späteren Zeitpunkt nachholen.“



DREIMAL IST BREMER PUNKT!

27 NEUE WOHNUNGEN IN KATTENTURM
Das clevere Vorzeige-Haus der GEWOBA, der Bremer Punkt, ist nun auch in Kattenturm fertiggestellt worden. Drei der „Zauberwürfel“ mit je nur 14 x 14 Metern Grundfläche an der Anna-Klara-Fischer-Straße sind seit März für die neuen Mieter bezugsfertig. Das Angebot richtet sich vor allem an Senioren, Singles sowie große Familien, die bereits Mieter bei der GEWOBA sind und im Quartier wohnen bleiben möchten. Neben Ein-Zimmer-Wohnungen mit 30 Quadratmetern werden auch Sechs-Zimmer-Wohnungen mit 105 Quadratmetern für große Familien oder Gemeinschaften angeboten. Alle Wohnungen sind barrierefrei über einen Aufzug zu erreichen und verfügen über einen Balkon oder eine Terrasse.

MODERN, BARRIEREFREI UND BEZAHLBAR
Im „Bremer Punkt“ wohnen, heißt klimafreundlich wohnen. Die Gebäudehülle aus Holz erreicht nahezu die Dämmwerte eines Passivhauses. Zudem erzeugt die Gebäudetechnik regenerative Energie für den Eigenverbrauch. Das Punkthaus wurde bereits mehrfach bundesweit ausgezeichnet, unter anderem mit dem Deutschen Architekturpreis 2017 sowie dem Deutschen Bauherrenpreis 2018. Die GEWOBA plant derzeit den Bau weiterer „Bremer Punkte“ in Schwachhausen sowie in der Gartenstadt Vahr.

Interesse am Wohnen in Kattenturm? Kontakt:

Vermieterin Ronja Sehn: 0421 36 72 2 85

Lichtdurchflutete Räume, kompakte kleine Balkone und alles barrierefrei: der Bremer Punkt ist jetzt in Kattenturm bezugsfertig.

10 JAHRE ENERGIESPARCHECK

Mit 113 Mio Tonnen CO_2 oder 15 Prozent der Gesamtemissionen bilden private Haushalte nach der Energiewirtschaft selbst und dem Verkehr nach wie vor den drittgrößten CO_2-Verursacher-Posten in Deutschland.

Mit energetischen Sanierungen ihrer Gebäude steuert die GEWOBA erfolgreich dagegen. Auch die Mieter wurden früh in Klimaschutz-Maßnahmen miteinbezogen: Im Rahmen des Energiesparchecks für GEWOBA-Mieter besuchen seit 2010 ausgebildete Energiesparhelfer Haushalte und analysieren vor Ort den Energieverbrauch, geben Einspartipps und optimieren direkt, wo es Sinn macht. Rund 3.800 Haushalte haben bislang bei den Checks mitgemacht. Die Teilnahme ist kostenlos und wird seit dem Start vor zehn Jahren von der Bremer Klimaschutzagentur energiekonsens mit deren Tochter BEKS sowie örtlichen Sozial- und Bildungsträgern realisiert. Der Energiesparcheck wird auch weiter in Bremen und Bremerhaven angeboten.

MEHR BEWUSSTSEIN FÜR DEN SCHUTZ DES PLANETEN
„Die Bereitschaft, das eigene Verhalten zu hinterfragen und den oft gedankenlosen Verbrauch von Energie und Wasser zu ändern, nimmt weiter zu. Dabei steht nicht mehr nur der Spareffekt im Fokus, sondern zunehmend der eigene CO_2-Fußabdruck. Und beinahe in jedem Haushalt steckt Sparpotenzial“, berichtet Projektmitarbeiter Thomas Gnutzmann.

INFOS UND ANMELDUNG
Bremen: WaBeQ gGmbH
0421 69 49 73 22

Bremerhaven: Raumwerkerei Bremerhaven GmbH
0471 30 94 26 57

1 / *Hochbeet im Hochhaus: Das „Urban Farming" Projekt von Linn und Michael Sanguineti baut hier essbare Pflanzen an.*
2 / *Als Künstlerin und Coach ist Frauke Veldkamp im Hub die Anlaufstelle für junge Unternehmen und Start-ups in der Findungsphase. Zugleich profitiert sie in ihrem eigenen kreativen Schaffen von dem bunten Treiben, der Möglichkeit zum Ideenaustausch und der Vernetzung mit ganz unterschiedlichen Menschen und Disziplinen. www.frauke-veldkamp-coaching.de*

CREATIVE HUB BREMEN

IM BIENENSTOCK DER IDEEN

Im Creative Hub Bremen tummeln sich seit Beginn dieses Jahres jede Menge zukunftsweisender Ideen sowie leidenschaftlich-engagierte Menschen mit konkreten Angeboten an Standort und Nachbarschaft. Dazu stehen den über 70 beteiligten Projekten derzeit rund 2.500 Quadratmeter des einstigen Bundeswehrhochhauses mietfrei zur Verfügung.

Text: Katharina Schwarz Fotos: Frank Pusch

SINNSTIFTENDE ZWISCHENNUTZUNG

Zu Hochzeiten summt es hier wie in einem betongewordenen Bienenstock: Hinter zahlreichen zum Teil bunt dekorierten Türen tüfteln, werkeln und grübeln Menschen mit Visionen. Im ehemaligen Bundeswehrhochhaus sind über 70 Projekte Teil des neu gegründeten Creative Hub Bremen. Ob Handwerk, Forschung, Kunst, Kultur oder Technik – gefördert werden sollen hier all jene Ideen, die einen konkreten Mehrwert für Wirtschaftsstandort und Nachbarschaft bieten.

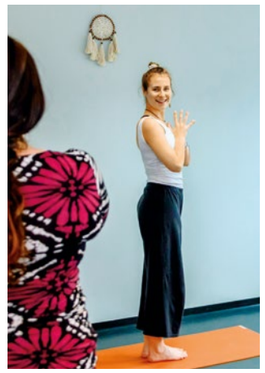
Bis zum geplanten Komplett-Umbau des Gebäudes in der Falkenstraße 45 – und der Schaffung von 120 neuen GEWOBA-Wohnungen (siehe Seite 4) – stehen den Mitgliedern hierzu ganze sieben Etagen des 15-stöckigen Hochhauses mietfrei zur Verfügung. Eine entsprechende Vereinbarung zwischen GEWOBA und Initiatoren gilt für die Dauer von einem Jahr.

DAS ZIEL: VORHANDENE POTENZIALE FÖRDERN

Initiatoren des Hub und Gründer des gemeinnützigen Unternehmens „Visionskultur" sind Marc Fucke und Hachem Gharbi. Ihr Ziel: Existenzgründer und kreative Akteure, die (noch) keine teuren Mieten zahlen können, an einem Ort zusammenzubringen und so vorhandene Potenziale gezielt zu fördern. Zu diesem Zweck bietet „Visionskultur" den Projekten zahlreiche Workshops, Vorträge und mehr, die Start-ups, Kulturschaffenden und Kreativen auf die Sprünge helfen.

Darüber hinaus sorgt das sich immer weiter verzweigende Netzwerk aus Förderern und Kooperationspartnern für wertvolle Kontakte und einmalige Chancen zur Zusammenarbeit mit Institutionen, Organisationen und Unternehmen in Bremen und Bremerhaven.

1 / *Besuchern stehen die Türen an Wochentagen von 8 bis 20 Uhr offen. Am Samstag und Sonntag von 10 bzw. 12 bis 20 Uhr. Der Empfang hilft beim Zurechtfinden genauso wie die bunt gerahmten Infotafeln, die die Projekte auf den jeweiligen Ebenen verorten. Foto: Tag der Muttersprachen*



IM MITTELPUNKT: DIE GEMEINSCHAFT

Ein wichtiger Teil der Idee: die aktive Beteiligung an der Gemeinschaft. Marc Fucke: „Statt mit Geld zahlen die Projekte mit Tatkraft, unterstützen das große Ganze also mit Manpower oder Expertise – zum Beispiel mit wertvollen Tipps aus den Bereichen Kommunikation, Marketing oder Vertrieb – und helfen sich so gegenseitig, ihre Ziele zu erreichen."

NICHT LANG SCHNACKEN, MACHEN

Um die zur Verfügung stehende Zeit möglichst effizient zu nutzen, blieben den Akteuren zwischen Einzug und offizieller Eröffnung nur wenige Wochen für Renovierung & Co. Im 60 Meter hohen Koloss, der zuletzt als Flüchtlingsherberge diente, mussten zahlreiche Wände weichen, andere frisch gestrichen werden. Danach wurden Atelier-, Büro- und Übungsflächen verteilt, Bürogemeinschaften gegründet sowie gemeinschaftlich genutzte Räume mithilfe von Sachspenden eingerichtet.

Wann gearbeitet wird, entscheidet jedes Projekt selbst. Für Mitglieder hat der Hub an sieben Tagen die Woche, rund um die Uhr geöffnet. Am meisten los ist hier jedoch ab dem späten Nachmittag. Fucke: „Vor allem das rege Treiben in den Abendstunden wirkt extrem inspirierend. Die meisten Türen stehen offen, es wird gelacht, gesungen und manchmal auch lautstark gestritten. Zugegeben: Das passiert vor allem im Erdgeschoss – im Probenraum unserer drei Theater-Projekte – und ist in der Regel nur gespielt."

EIN JAHR IM HUB – UND DANN?

Die Folge: Die Fluktuation im Hub geht gegen null. Die Warteliste für neue Projekte ist entsprechend lang. Lediglich Teilnutzungen offener Arbeitsbereiche sind derzeit noch möglich. „Ein Zeichen dafür, dass der Bedarf an Orten wie diesen definitiv da ist", sagt Marc Fucke. „Toll wäre, wir fänden im Anschluss einen vergleichbaren Ort, um erfolgversprechenden Projekten dauerhaft die Möglichkeit zur Entwicklung zu bieten." Bis dahin gilt es, die Zeit im Hub bestmöglich zu nutzen. Marc Fucke: „Dass die Projekte bereits vor der offiziellen Eröffnung wussten, wann es wieder vorbei ist, frustriert sie nicht – im Gegenteil. Jeder möchte das meiste aus der Zeit im Hub für sich herausholen – einer vielleicht einmaligen Chance."

» Statt mit Geld zahlen die Projekte mit Tatkraft, unterstützen das große Ganze also mit Manpower oder Expertise. «

Marc Fucke

WORKSHOP- & SEMINARRÄUME

WERDEN AUF ANFRAGE AUCH NICHT-MITGLIEDERN KOSTENLOS ZUR VERFÜGUNG GESTELLT.

Die Reservierung erfolgt online über www.vskultur.de

KOMMENDE VERANSTALTUNGEN

16.04.2020 · 19:00 Uhr
Kinoklub „Das stille Leuchten"

23.04.2020 · 19:30 Uhr
Vortrag „Scharfe Fotos in unscharfen Zeiten?" von Heike Seyffarth

24.04.2020
Tag der offenen Tür (genaue Uhrzeit siehe Website, Newsletter oder Tagespresse)

Mehr dazu unter:

www.vskultur.de/veranstaltungen

Einfach Code scannen und das Creative Hub im Bewegtbild erleben:

BUNT & VIELFÄLTIG:

PROJEKTE IM CREATIVE HUB

VISIONSKULTUR

AUF EINEN KLÖNSCHNACK MIT ROBOTER IDA (6. OG)

Im 6. OG findet sich das Büro von IDA – einem Dienst mit dem jeder einen intelligenten Chatbot (ein Programm zum automatischen Beantworten von Textnachrichten) erstellen kann – erdacht, geplant und programmiert von Dr.-Ing. Nina Wenig und Dr.-Ing. Dirk Wenig, wissenschaftliche Mitarbeiter an der Uni Bremen.

Im Rahmen eines wissenschaftlichen Projektes wird IDA derzeit bereits ergänzend zum Bürgertelefon getestet. Wie IDA den Bremerinnen und Bremern dort künftig dienen soll, erklärt IDA-Erfinderin Nina Wenig: „Sinn und Zweck unserer Idee ist, dass häufig gestellte Fragen an Behörden – z. B. 'Wo kann ich meinen Personalausweis verlängern?' – künftig an sieben Tagen in der Woche, rund um die Uhr beantwortet werden können, unabhängig von Telefonzeiten des Bürgertelefons."

Neben dem denkbar schönsten Ausblick Bremens – auf Windmühle, Dom und die gesamte Innenstadt – profitiert IDA im Hub von kurzen Wegen und offenen Türen. Nina Wenig: „Der Austausch mit den verschiedenen Menschen und Disziplinen hilft uns herauszufinden, was IDA aus Sicht kleiner Unternehmen können muss, um der breiten Masse im Alltag von Nutzen zu sein."

www.idabot.de

Hot Yoga & Vinyasa Flow Bremen

„YOGALIEBEN" (1. OG)

„Hot Yoga" (Hatha Yoga bei 40 Grad), „Vinyasa Flow" und „Yin Yoga" („Yoga of Love") sowie Themen-Workshops und Meditationen bietet Julia Kothe hier für Einzelpersonen, Klein- und Großgruppen an: „Die Idee einer kreativen, bunten Gemeinschaft hat mich unheimlich gereizt. Und – meine Erwartungen wurden mehr als erfüllt. Ich habe im Hub bereits viele spannende Menschen getroffen, Ideen für gemeinsame Projekte auf den Weg gebracht und sogar ein paar neue Freunde gefunden."

Preise:
Probestunde: 13 Euro
Monatskarte: 65 Euro
10er-Karte: 125 Euro
Yoga-Coaching mit Massage: 65 Euro
Privatstunde (60 Min.): 70 Euro
Anmeldung:
0152 373 63 134 (08:00 bis 20:00 Uhr)

Mehr unter:
www.facebook.com/yogalieben
@yogalieben

Kursplan:

Meditation: *Mo.–Mi. 18:00 Uhr (je 45 Min.)*
Vinyasa Yoga: *Mo. & Di. 19:00 Uhr (75 bzw. 60 Min.), Mi. 10:00 Uhr (90 Min.)*
Hot Yoga: *Di. 09:00 Uhr (90 Min.), Mi. 19:00 Uhr (60 Min.), Sa. 10:00 Uhr (60 Min.)*
Yoga of Love: *So. 18:00 Uhr (60 Min.)*

Anlaufpunkt Nummer eins:

KULTURCAFÉ GUSOUR (EG)

Neben dem wohl besten (ägyptischen) Tee der Bahnhofsvorstadt – verfeinert mit Zimt und frischer Minze – servieren Mohammed „Memo" Salem und sein Team orientalische Tapas sowie verschiedene warme und kalte Speisen, frische Salate, vegane Gerichte und sogar selbst gebackenen Kuchen.

Zusätzlich zur Verpflegung von Projekten und Besuchern bietet das Kulturcafé einen Catering-Service sowie wechselnde kulturelle Angebote, darunter Kunstausstellungen, Filmvorführungen mit anschließenden Diskussionsrunden und musikalisch untermalte Lesungen sowie Workshops, z. B. zum Thema „gesundes Essen".

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag: 10 bis 20 Uhr

Kontakt (Catering):
0162 351 70 66
info@gusour.com

Auszug aus der Karte:
Ägyptischer Tee: 1,00 Euro
Arabische Teigtaschen (versch. gefüllt): 1,50 Euro
Arabischer Salat mit Fetakäse und Minze: 3,50 Euro
Falafel-Rollo: 4,00 Euro

Massage-Praxis

„ORIENT WELLNESS" (1. OG)

Bei Kerzenschein und entspannenden Melodien rückt Hasnaa Mashhadani (30) stressbedingten Verspannungen und sogar Fehlhaltungen erfolgreich zu Leibe. Die gelernte Physiotherapeutin punktet mit Fingerspitzengefühl, zehnjähriger Berufserfahrung und einer beeindruckenden Geschichte. Denn: Vor gerade einmal fünf Jahren flüchtete Hasnaa mit ihren zwei Kindern (damals 3 und 5 Jahre alt) aus Syrien. Überwiegend zu Fuß. Dass es Sie nach Bremen verschlug, war ein glücklicher Zufall.

Angebot: *klassische Wellness-Massagen, Lomi-Lomi, Intensiv- sowie Rückenintensiv-Massagen sowie Gesichts- oder Fußreflexzonenmassagen*
Termine: *Mo.–So. nach Vereinbarung*
Preise: *ab 20 Euro (30 Min.)*
Anmeldung:
0176 32 871 806

Mehr unter:
www.facebook.com/orientwellness

Exklusives Angebot für GEWOBA-Magazin-Leser:
Bei Terminvereinbarung bis zum 15.05.2020 (Stichwort: GEWOBA) zahlen Sie für die „klassische Intensivmassage" (60 Min.) nur 30 Euro.

»Ich bin unheimlich dankbar für diese einmalige Chance im Hub. Und freue mich täglich über den wachsenden Kundenstamm.«

URBAN FARMING (4. OG)

Eher unüblich für einen Hochhaus-Flur: Vor der Tür des Projektes „Urban Farming" liegen säckeweise Erde. Dahinter kümmern sich Linn und Michael Sanguineti um den Anbau essbarer Pflanzen wie Brokkoli, Grünkohl oder Rucola. Das „Urban Farming" soll die Menschen für eine bessere, gesündere Ernährung und frische Lebensmittel sensibilisieren.

Mehr erfahren:
www.facebook.com/urbanfarmingbremen

Fitness & Ernährung

PERSONALTRAINING & MEHR (1. OG)

Beim Fit-Werden und Bleiben hilft Fitnesstrainer und Ernährungsberater Amin Belal: „Personaltraining – vielleicht sogar in Kombination mit einer Ernährungsumstellung – ist toll für all jene, die in der Gruppe oder beim individuellen Training bisher nicht die gewünschten Ziele erreichen." Ob Sport-Muffel oder Fortgeschritten: Neben effizienten Einzelcoachings bietet Fitnesstrainer Amin aber auch Trainingskurse in der Gruppe sowie inspirierende Workshops zum Thema Fitness und Ernährung an.

Kurszeiten:
Mo.–Fr. 15:00–17:00 Uhr und 19:00–21:00 Uhr
Preise:
Einzelkurs: ab 10 Euro
10er-Karte: 100 Euro
Monatskarte: 65 Euro
Ernährungsberatung: 25 Euro
Workshop-Teilnahme: 25 Euro

Mehr erfahren:
www.amincoach24.com
www.facebook.com/Amincoach24
info@amincoach24.com

Schon gewusst?
Das Lunedelta – Strahlkraft in die Nachbarschaft: Neben der großen Naturschutzfläche entsteht derzeit im Norden ein besonderes, nachhaltig geplantes Gewerbegebiet, in dem sich eine sogenannte Green Economy ansiedeln soll.

Vogelparadies LUNEPLATE

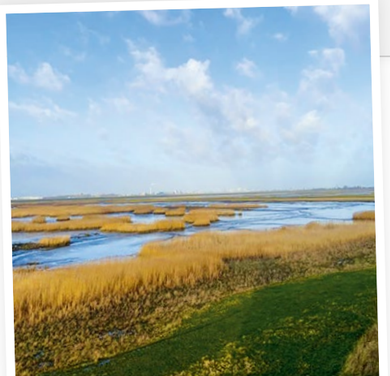
Eine versteckte Perle in Bremerhaven ist das Naturschutzgebiet Luneplate. Die Landschaft der ehemaligen Weserinsel ist gerade jetzt im Frühjahr wie auch im Herbst besonders reizvoll und ein Anziehungspunkt für Vogelbeobachter. Erst 2015 wurde die Luneplate zum Vogel- und Naturschutzgebiet erklärt.

AUSGEKLÜGELTES SYSTEM ZUM ERHALT DER VIELFALT

Um hier die Vielfalt der Lebensräume zu erhalten, ist ein ausgeklügeltes Naturmanagement erforderlich. Sechs Stauanlagen kontrollieren den Wasserstand in den Gräben, damit Vögel auch in heißen Sommern auf feuchten Wiesen ihre Nahrung finden können. Weidende Büffel und Rinder sorgen für unterschiedlich hohen Bewuchs auf den Grünlandflächen, dieser ist Voraussetzung für Bruterfolg bei Wiesenvögeln.

EINE FLUSSINSEL WIRD NATURSCHUTZGEBIET

In unmittelbarer Nachbarschaft des Nationalparks Wattenmeer gelegen, ist die Luneplate wichtiger Lebensraum für Wasser- und Watvögel. Mit über 1.400 Hektar Gesamtfläche ist sie das größte Naturschutzgebiet im Land Bremen. Marschengrünland, Röhrichte, Wattflächen, ein Tidepolder und ein alter Seitenarm der Weser prägen das nordisch-rauhe Landschaftsbild.



GESCHICHTE UND NAMENSHERKUNFT

Die um 1800 entstandene Schlickinsel hat ihren Inselstatus durch die Eindeichung um 1922 verloren. Als Kompensationsfläche, die als Ausgleich beim Bau des Containerterminals in Bremerhaven umgesetzt wurde, erhielt das Gebiet seinen heutigen Charakter als wertvoller Naturraum. Der Name kommt von der Lune, einem kleinen rechten Nebenfluss der Weser, der von der Quelle bis hier zur nahen Mündung in die Unterweser etwa 43 Kilometer misst.

REICHE PFLANZEN- UND TIERWELT

Selten gewordene Pflanzenarten wie Wiesen-Pippau, Sumpf-Dreizack, Schwanenblume und Sumpf-Schwertlilie sind auf der Luneplate heimisch. Auch Reh, Feldhase, Rotfuchs, Hermelin und andere Säugetiere finden hier Schutz. In den Gräben tummeln sich zur Laichzeit Amphibien wie Erdkröte und Grasfrosch. Dazu gesellen sich im Sommer Libellen, Laufkäfer, Nachtfalter und Zikaden.

EIN AUSFLUG LOHNT SICH

Das Gebiet ist am besten mit dem Fahrrad zu erkunden. Wer mehrere Kilometer laufen mag, kann auch mit dem Auto von zwei Seiten an das Gelände heranfahren. Ein Beobachtungsturm bietet einen sehr guten Überblick über den gesamten Tidepolder. Auf Infotafeln erfahren Besucher alles über den Lebensraum Luneplate. Also Zeit und etwas Verpflegung mitbringen – hier lässt es sich herrlich abschalten und die Natur beobachten. Hunde dürfen an der Leine mitkommen.

PARADIESISCHER ZWISCHENSTOPP FÜR ZUGVÖGEL

Sehr beliebt sind die Watt- und Wasserlandschaften auch bei Gastvögeln, die hier auf dem Durchzug im Frühjahr und Herbst rasten, um Nahrung aufzunehmen. Einige bleiben Wochen und Monate auf der Luneplate wie der Säbelschnäbler, der hier im Hochsommer mit bis zu 3.000 Artgenossen sein Federkleid wechelt.

TERMINTIPP:

Sonntag, 19. April 2020

Spaziergang auf der Luneplate: Geschäftige Brutvögel beobachten und die ersten Pflanzen des Grünlands entdecken. Wasserbüffel und Galloways genießen die ersten Sonnentage. Treffpunkt: 10:00 Uhr auf dem Parkplatz „Ehemalige Hofstelle von der Hellen". Kleidung: wasserdichtes Schuhwerk und aprilwetterfeste Kleidung, Fernglas empfehlenswert.

Veranstalter: ***www.bremenports.de***

NEUE FARBEN & MUSTER

DER WOHN-FRÜHLING ZEIGT

Text und Bildrecherche: Margot Müller

Natürlicher, grüner, smarter, farbiger, dekorativer: florale Muster oder sogar großangelegte Blättermuster

Dieses Frühjahr spielen Farben und Muster eine große Rolle. Im Trend liegen immer noch Blumen-Muster, Blätter und Gräser, die das heimische Wohnzimmer in einen „Jungle Room" verwandeln – ideal zum Entspannen.

Bei Polstermöbeln, Couchtischen und Lampen zählen fließende Designs in rund oder oval. Dazu können Vorhänge, Kissen oder Plaids in Rosé, Mintgrün oder Gelb die Akzente setzen. Kombiniert mit Accessoires in Goldtönen wird die Einrichtung so zum echten Hingucker.

MINIMALISTISCHER EINRICHTUNGSSTIL SCHAFFT ÜBERSICHT

Die Beschränkung auf wesentliche Dinge des Alltags hilft, in der Wohnung mehr Ordnung zu schaffen. Dabei sorgen Konsolentische oder Kleinregale für den aufgeräumten Überblick. Eine reduzierte Einrichtung kann richtig wohltuend sein. Im Trend sind auch wieder kleine Sofas und gemütliche Sessel.

Ordnung ist angesagt und keinesfalls „uncool".

Durch interessante bunte Stoffe kommt mehr Farbe in die Wohnräume.

MIT FARBEN KOMMT GLAMOUR IN DIE WOHNUNG

Aktuell bestimmen intensive Farben die Einrichtungswelt. Uni-Töne werden immer mehr mit Mustern ergänzt. Während sich der gemütliche Stil insgesamt gerne dunkel gibt – über Grün und Blau bis hin zu Schwarz – bleibt der minimalistische Einrichtungsstil den helleren und natürlicheren Tönen treu.

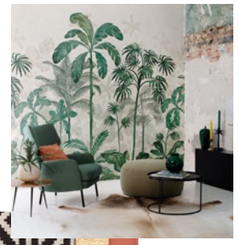
WOHNEN

IST HEUTE NEBEN DER KLEIDUNG DAS AUSDRUCKSMITTEL NUMMER EINS. WIR SIND NICHT NUR, WAS WIR TRAGEN, SONDERN AUCH WIE WIR WOHNEN. DAS MACHT JEDES DEKORATIVE ELEMENT ZU EINEM

STATEMENT.

„GRÜNER" WOHNEN: MEHR NÄHE ZUR NATUR

Natürliche Materialien, naturbelassene Stoffe und Pflanzen bringen natürliches Flair in die Wohnung. Bambus findet als Holzalternative genauso Einzug wie recycelte Materialien. Flechtwerk aus Rattan, Weide oder Jute erzeugt ein Wintergarten-Feeling.



DEKORATIVER WOHNEN: EYECATCHER AUSPROBIEREN

Lifestyle und Dekoratives wird inszeniert – an Wänden, mit Textilien, auf dem Boden. Auch Spiegel kann man wie Bilder als Gestaltungselement einsetzen. Klein- oder großformatig gemusterte Tapeten – auch nur als Hingucker an einer Wand – machen einen Raum zum Kunstwerk. Auch mit Teppichen lassen sich tolle Akzente setzen. Und ein großes Kissen kann eine ganz neue Stimmung auf dem betagten Sofa herbeizaubern.

Bildnachweise: Apelt/Roland Krieg Fotodesign, IKEA/Daniel Wester, Koelnmesse GmbH/Thomas Klerx, DTI/Rasch Textil, DTI/A.S. Création

GLÄNZEN MIT SAMT UND MESSING

Fehlt ein besonderes Highlight? Aktuell sind messingfarbene Leuchten trendy, gerne auch mit Samtschirm. Das wirkt edel und gemütlich. Oder man bereichert seine Räume um eine einzelne moderne Designerleuchte. Retroklassiker finden Schnäppchenjäger günstig auf Antik- und Flohmärkten.

Lampe: Liv interior

Alle Einrichtungs-Trends kann man aktuell in vielen Möbelhäusern günstig shoppen oder online stöbern, zum Beispiel bei:

www.car-moebel.de

www.home24.de

ab 20.04.2020

NORDIC WALKING IN BREMERHAVEN

Dem Winterspeck geht es an den Kragen! Jetzt anmelden und fit werden: die neuen Einsteigerkurse für Laufen und Nordic Walking starten am 20. April um 18:30 Uhr beim SFL im Mecklenburger Weg 178a und am 21. April im Bürgerpark am Ende des Kammerwegs. Bei regelmäßiger Teilnahme übernehmen viele Krankenkassen 80 Prozent und die GEWOBA erstattet 20 Prozent des Kursbeitrags.
Weitere Infos bei Thomas Bartling:

0157 33 66 72 60

26.04.2020 · 11:00–18:00 Uhr

MARITIMER FAMILIENTAG IN DER ÜBERSEESTADT

Rund um den Speicher XI, Hafenmuseum und Infocenter Überseestadt. Ein Fest für die ganze Familie mit Führungen, Mitmachaktionen, Essen & Trinken.

26.04.2020 · 11:00–13:00 Uhr

UNSERE HEIMISCHEN VÖGEL

Vogelarten, die typisch für den Bremer Raum sind: Wie singen sie, wie sehen sie aus? Hat sich der Klimawandel bereits auf sie ausgewirkt? Führung mit Jochen Kamien, Kostenbeitrag: 4 Euro, Treffpunkt: Ökologiestation, Am Gütpohl 11, 28757 Bremen
Bitte Voranmeldung unter:

0421 222 19 22

17.05.2020 · 10:00–18:00 Uhr

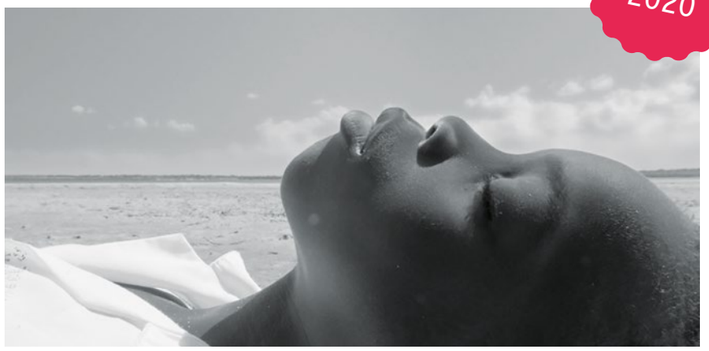
SONNTAGSVERGNÜGEN MIT BAUERNMARKT

Endlich ist wieder Spargelzeit! Das Sonntagsvergnügen widmet sich ganz der gesunden Frühlings-Delikatesse. Hier gibt es Tipps und Ideen zur Zubereitung sowie regionale Ware. Schaufenster Fischereihafen, An der Packhalle IV/Abt. 12, 27572 Bremerhaven

UNSERE TERMIN-TIPPS

FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

FRÜHLING 2020



05.05.2020 · 18:00 Uhr

DER BESONDERE FILMABEND

WAHNSINN UND POSTKOLONIALISMUS

Ernstes Thema: Postkoloniale Lebensformen, Erfahrungen sowie daraus resultierende psychische Erkrankungen. Wie begegnet unsere Gesellschaft diesen Problemen. Die westliche Weltsicht wird in diesem Programm filmisch infrage gestellt.
Our Madness von João Viana, MOZ/GUB/QAT/F/P 2018, 88 Min., OmengU
Gast: Virginie Kamche, Afrika Netzwerk Bremen e. V.
City 46/Kommunalkino, Birkenstraße 1, 28195 Bremen

0421 95 79 92 90

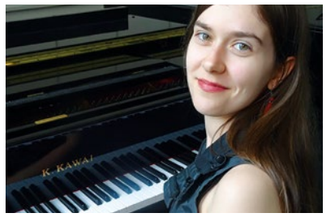
tickets@city46.de

FREIER EINTRITT

26.04.2020 · 16:00 Uhr

PIANO PODIUM: POLINA NAGY

Die ungarische Komponistin Polina Nagy bringt nicht nur Klassiker von Grieg, Tschaikowski, Liszt und Debussy auf die Bühne vom Haus im Park, sondern auch einige ihrer eigenen Werke. Seien Sie gespannt! Haus im Park, Züricher Straße 40, 28325 Bremen, Eintritt frei



09.04.2020 · 20:30 Uhr

SCIENCE GOES PUBLIC: PHILOSOPHIE & RAUMFAHRT

Ein klarer Sternenhimmel in der Nacht löst bei uns Ehrfurcht und Erstaunen aus. Hier werden anlässlich der weltweit gefeierten Yuri's Night physikalisch-philosophische Fragen in lockerer Kneipenatmosphäre beantwortet.
Yesterday, Bürgermeister-Smidt-Straße 161, 27568 Bremerhaven

www.sciencegoespublic.de

02.05.2020 · 15:00 Uhr

WENN'S STINKT UND KRACHT IST'S WISSENSCHAFT

Konrad Stöckel zeigt, dass Wissenschaft richtig Spaß machen kann. Bekloppte Experimente, neue Versuche und viele Lacher sind garantiert. Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen.
VVK 21 Euro/ermäßigt 16 Euro
Gustav-Heinemann-Bürgerhaus Vegesack, Kirchheide 49, 28757 Bremen

www.kulturbuerobremennord.de

22.04.2020 · 19:00 Uhr

DAS INSEKTEN- UND ARTENSTERBEN STOPPEN!

Informationsreicher und dabei kurzweiliger Vortrag mit Jakob Grabow-Klucken vom BUND und Initiatorin Jutta Dreyer. Naturschutz geht auf kleinstem Raum: Was kann ich zu Hause auf dem Balkon oder im Garten für den Erhalt der Artenvielfalt tun?
BGO Alfred-Faust-Straße 4, Eintritt frei

02.06.–06.06.2020 · 08:00–23:00 Uhr

ROLLERSKATING ARTISTIC WORLD CUP 2020

PREMIERE DES ROLLERSKATING WELTCUP IN DER STADTHALLE BREMERHAVEN

Die Weltelite sämtlicher Disziplinen misst sich im professionellen Rollkunstlauf, am Abschlusstag findet darüber hinaus die zweistündige Gala der „Stars auf Rollen" statt. Wir verlosen hierfür 3 x 2 Karten. Einfach E-Mail mit Betreff „Disco-Roller" an **gewinnen@gewoba.de** senden.
Karten gibt es ab 13 Euro.
Weitere Informationen gibt es hier:

worldcup2020-bremerhaven.de

30.04.2020 · 19:00 Uhr

DIE NACHT DER HEXEN

Die Walpurgisnacht geht zurück auf das Mondfest und wurde zwischen der Frühjahrstagundnachtgleichen und der Sommersonnenwende gefeiert. Heutzutage gilt die Nacht vom 30. April auf den 1. Mai als die Nacht der Hexen, insbesondere auf dem Blocksberg (eigentlich Brocken). Erkunden Sie mit uns das als Beltane bekannte Fest der Kelten.
Eintritt: 10 Euro/ermäßigt 8 Euro inkl. eines Glases Sekt
Olbers-Planetarium, Werderstr. 73, 28199 Bremen

planetarium-bremen.de

KulturSalon

15.05.2020 · 20:00 Uhr

PODEWITZ: „... MACHT SCHÖN"

Podewitz ist ein Hammer, ein Knüller, ein Abräumer, ein kolossales Bühnenereignis, quasi „Die drei Tenöre!" Nur eben zu zweit und ohne Gesang.

29.05.2020 · 20:00 Uhr

HENNING SCHMIDTKE: „HETZKASPER"

Der Klaviervirtuose präsentiert ein entschleunigtes Kabarett-Programm über den Stoff, aus dem das Leben ist: die Zeit.

26.06.2020 · 20:00 Uhr

NEKTARIOS VLACHOPOULOS: „EIN GANZ KLARES JEIN"

Blitzschnell referiert der diplomierte Hobbylexikograf und knallharte Straßenkabarettist über die randgesellschaftlichen Probleme der äußeren Mittelschicht.

Karten gibt es im Vorverkauf bei Nordwestticket, online unter ticketmaster.de sowie Restkarten an der Abendkasse. Eine Kartenreservierung ist nicht möglich.

GEWOBA KulturSalon, Emil-Sommer-Straße 1A

Tickethotline: 0421 36 36 36

www.gewoba.de/kultursalon

10 Euro/ermäßigt 8 Euro

SO SAFTIG!

KAROTTEN-KUCHEN

mit Frischkäseguss

Dieser Karottenkuchen ist ein klassischer Kuchen, der durch die geraspelten Karotten besonders saftig wird.

Mit verschiedenen Gewürzen wie Zimt, Kardamom und Ingwer bekommt dieser Kuchen eine ganz besondere Note und man kann ihn mit pflanzlicher Butter im Teig und Frischecreme im Guss auch vegan zubereiten.

Zutaten

FÜR DEN TEIG:

- *300 g Karotten (geschält)*
- *200 g weiche Butter*
- *200 g Zucker*
- *1 TL Vanilleextrakt*
- *1 Prise Salz*
- *200 g Apfelmus*
- *250 g Mehl (Weizen oder Dinkel)*
- *3 TL Backpulver*
- *2 TL Zimt*
- *½ TL Kardamom*
- *200 g gemahlene Walnüsse*
- *1 TL Ingwersaft*
- *2 TL Apfelessig*
- *1 TL Natron*
- *50 g Walnüsse*

FÜR DIE CREME:

- *200 g Frischkäse*
- *50 g Puderzucker*
- *½ TL Zitronensaft*

FÜR DAS TOPPING:

- *gehackte Pistazien*
- *1 Karotte*

Karotten raspeln

1

Butter, Zucker, Vanilleextrakt und Salz schaumig rühren

2

Trocken-Zutaten auf die Buttermischung sieben

gehackte Walnüsse und Karotten unterheben

3

Kuchen 45 – 50 Minuten in einer Kastenform backen

4

Creme zubereiten und über den Kuchen geben

So wird's gemacht:

Schritt 1:
Die Karotten grob raspeln. Die weiche Butter mit Zucker, Vanilleextrakt und Salz einige Minuten schaumig rühren. Das Apfelmus nach und nach unterrühren.

Schritt 2:
Das Mehl mit Zimt, Kardamom und Backpulver mischen, auf die Buttermischung sieben und kurz unterrühren. Die gemahlenen Walnüsse, Ingwersaft, Apfelessig und Natron zu dem Teig geben und ebenfalls nur kurz unterrühren. Die Walnüsse grob hacken und zusammen mit den Karottenraspeln unter den Teig heben.

Schritt 3:
Die Kastenkuchenform (30 cm lang) mit Butter einpinseln und mit Mehl ausstäuben. Den Teig einfüllen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze für 45 – 50 Minuten backen (Stäbchenprobe machen). Den Kuchen 15 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann stürzen und komplett auskühlen lassen.

Schritt 4:
Für die Creme den Puderzucker sieben und den Frischkäse sowie den Zitronensaft mit einem Löffel unterrühren. Die Creme über den Kuchen geben und mit den Pistazien garnieren. Nach Wunsch eine Karotte mit dem Spiralschneider schneiden und auf dem Kuchen verteilen.

WEIL IHR ZUHAUSE SCHÜTZENSWERT IST

WARUM JEDE*R EINE HAFTPFLICHT- UND EINE HAUSRATVERSICHERUNG HABEN SOLLTE

Eine Grundsicherung kostet im Monat nicht mehr als ein Coffee to go oder eine Tasse Cappuccino im Café.

Ein erstes eigenes oder neues Zuhause markiert den Beginn eines neuen Lebensabschnittes. In aller Regel richten wir uns zu diesem Schritt mit neuen Anschaffungen ein. Mit Möbeln, Technik und mehr. Zwei Versicherungen sollten hier nicht fehlen: Eine Hausratversicherung und eine Privathaftpflichtversicherung.

DIE HAUSRATVERSICHERUNG

Eine Hausratversicherung tritt bei Brand- und Leitungswasserschäden, aber auch bei Einbruch, Diebstahl oder Vandalismus ein. Beispielsweise wenn Ihr Eigentum (Schmuck, Computer, Möbel, Kleidung) beschädigt oder gestohlen wurde.

- *Ihre Hausratversicherung schützt Sie vor den finanziellen Folgen unvorhersehbarer Schäden und Verluste.*
- *Wenn ein Brand Ihre Wohnung unbewohnbar macht, zahlt Ihre Hausratversicherung eine andere Unterkunft. Zudem werden Sie nach einem Schadensfall finanziell in die Lage versetzt, Ihr Heim wieder neu einzurichten, ohne selbst tief in die Tasche greifen zu müssen.*
- *Wenn Sie Opfer eines Einbruchs werden, erstattet Ihnen die Versicherung Ihren Schaden.*
- *Ein Schlauch an Ihrer Waschmaschine ist defekt und Ihre Wohnung damit unter Wasser gesetzt? Ihre Versicherung zahlt Ihnen den Schaden wie neue Bodenbeläge und das aufgeweichte Sofa.*

Und: Die Hausratversicherung erstattet Ihnen in der Regel den Wiederbeschaffungspreis. Ihr Sofa hat damals 699 Euro gekostet. Sie bekommen von der Versicherung den Neuwert, obwohl das Sofa schon zehn Jahre alt ist. Also merke: Kaufbelege für Wertgegenstände immer aufheben oder abfotografieren und speichern.

DIE HAFTPFLICHTVERSICHERUNG

Ob aus Unachtsamkeit oder weil es einfach Pech ist: Jedem passiert mal ein Missgeschick. Einige Missgeschicke kann man mit einer Entschuldigung wieder gutmachen, manche gehen ordentlich ins Geld und die ganz schlimmen Fehler könnten sogar die Existenz bedrohen. Denn wer einen Schaden verschuldet, muss laut Gesetz für die Folgen aufkommen und zwar in unbegrenzter Höhe.

Eine Privathaftpflichtversicherung gewährt Ihnen und Ihrer Familie Versicherungsschutz bei Schadenersatzansprüchen. Egal ob Sie versehentlich mit dem Fahrrad in das parkende Auto Ihres Nachbarn gefahren sind oder Sie die Waschmaschine falsch angeschlossen haben und alle darunterliegenden Wohnung geflutet wurden. Bei Personenschäden können Forderungen in Millionenhöhe entstehen, wenn Ihr Verschulden festgestellt wird. Und seien wir mal ehrlich, für den Fall, dass uns jemand anderes einen Schaden zufügt, sind auch wir heilfroh, wenn dieser versichert ist und wir unseren Schaden von seiner Versicherung bezahlt bekommen.

Solche Dinge passieren täglich mehrfach. Es liegt an Ihnen, ob Sie sich absichern wollen und es im Fall der Fälle etwas einfacher haben.

WAS KOSTET SO EINE VERSICHERUNG?

Eine Grundabsicherung für einen Singlehaushalt gibt es schon zum monatlichen Preis einer Tasse Cappuccino im Café.

Unser Tipp: Stiftung Warentest oder die örtliche Verbraucherzentrale bieten gute und transparente Vergleichsmöglichkeiten für Versicherungen.

KUNST IM QUARTIER: WANDSCHMUCK IN HUCHTING

Mehr Kunst ins Straßenbild! In Huchting verwandelten die Künstler von LuckyWalls eine 120 Quadratmeter große Fassade an der Kirchhuchtinger Landstraße 177–183a in ein modernes Kunstwerk. Der Entwurf wurde in Kooperation mit dem Schulverein Hermannsburg von Schüler*innen der hier ansässigen Wilhelm Wagenfeld Schule für Gestaltung unter der Leitung von LuckyWalls-Gründer Peter Stöcker in einem mehrtägigen Workshop erarbeitet. Bei der Umsetzung waren die Schüler*innen ebenfalls mit hohem Einsatz dabei.

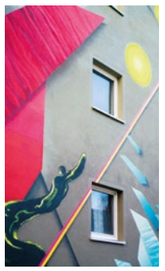
KREATIVSCHMIEDE HUCHTING

Ein Ziel des Projekts war die aktive Beteiligung der Jugendlichen an der Individualisierung und Aufwertung des Quartiers. Der Künstlergruppe ist es ein Anliegen, junge Kreative in ihrer Entwicklung zu unterstützen und künstlerische Fertigkeiten in echten Projekten zu verstärken. Dadurch sollen die persönliche Entwicklung und das Miteinander im Stadtteil gefördert werden. Das Team setzt diese Arbeit mit viel Engagement und Eigenleistung um.

Das Projekt hat die GEWOBA gern unterstützt. Mittel gab es auch aus dem Stadtteilbudget „Offene Jugendarbeit" Huchting. Zusätzlich haben sich die Caparol GmbH und die J. Wagner GmbH beteiligt. Zu der Aktion ist ein Film entstanden, der die Verwandlung des Hausgiebels in das urbane Kunstwerk zeigt.

vimeo.com/391449892/2f83346c77

@luckywalls_official



TIPP DER REDAKTION

JAHRELANGE FREUDE MIT *Blumenzwiebeln*

Haben Sie auch in den vergangenen Wochen einen Blumenfrühlingsgruß bekommen? Mit Krokussen, Narzissen, Hyazinthen oder Tulpen im hübsch dekorierten Topf?

Diese brauchen nach dem Verblühen nicht weggeworfen zu werden. Denn sie kommen immer wieder, wenn sie die Möglichkeit haben. Ob im Vorgarten, auf dem Balkon oder auf dem Grünstreifen hinter der Bushaltestelle. Darüber freuen sich nicht nur die ersten Insekten.

SO KANN'S KLAPPEN:

Sofortmaßnahme

Verblühte Zwiebelpflanze einfach nach dem Verblühen direkt aus dem Topf in den Garten pflanzen. Mit etwas Glück treibt sie im kommenden Jahr wieder neu aus.

Mit Ruhepause

Die Zwiebeln von der Erde befreien und geschützt in Papier gewickelt an einem dunklen und trockenen Ort aufbewahren. Rechtzeitig vor dem Frost die Zwiebeln wieder einpflanzen.

SAISONSTART MIT SICHERHEIT

WIR VERLOSEN FAHRRADHELME

In Bremen und Bremerhaven ist ganzjährig Fahrradsaison. Jetzt im Frühjahr macht das Radeln auch den Jüngeren wieder mehr Spaß. Ein Helm gehört dabei im Stadtverkehr fest zur Ausstattung dazu. Denn nach wie vor ist bei Unfällen von Radfahrern der Kopf die häufigste und empfindlichste Verletzungszone. „Im Rahmen einer Aktion der Initiative „Aber sicher – Gemeinsam für ein verkehrssicheres Bremen" hat die GEWOBA 250 Fahrradhelme von insgesamt 1.500 Stück gesponsert, die an Bremer und Bremerhavener Schulen für die Altersgruppen 7 bis 16 Jahre verteilt werden.

Zehn der verstellbaren stahlgrauen Helme verlosen wir in dieser Ausgabe. Einfach das Bild rechts auf der Kinderseite (Seite 23) ausmalen und per Post oder E-Mail an das GEWOBA Magazin senden.

07.06.2020, GANZTÄGIG

UNESCO WELTERBETAG

Als Symbole bürgerlichen Freiheitssinnes gehören sie seit 2004 zum Welterbe der UNSECO: das Bremer Rathaus und der Roland auf dem Marktplatz.

Kostenlose Führungen am Tag des Welterbes bieten die Möglichkeit, die historisch bedeutsamen Stätten und ihre Geschichte fachkundig kennenzulernen.

Rathaus Am Markt 21, 28195 Bremen

20.06.2020, 12–18 UHR

SOMMERFEST VAHRADIES

Vormerken: Am 20. Juni 2020 von 12 bis 18 Uhr begrüßt die GEWOBA Anwohner und Gäste zum „Spektakel beim 9. VAHRadies" in der Gartenstadt Vahr rund um den Örreler Weg. Auf dem Markt der Besonderheiten gibt es Infos, Feines und Selbstgemachtes.

DEINE HELM-CHECKLISTE

SICHERHEIT IM VERKEHR

- Trage deinen Helm beim Radfahren, Skaten oder Inlinerfahren!
- Setze deinen Helm ab, wenn du auf einen Baum kletterst oder auf dem Spielplatz spielst!
- Stelle den Helm vor dem ersten Tragen ein, sodass er weder drückt noch verrutschen kann.

Und so geht's:
Verfügt dein Helm über ein Rädchen an der Rückseite, drehe dieses zunächst komplett auf, dann: Helm aufsetzen und das Rädchen wieder zurückdrehen, bis der Helm gut sitzt. Tipp: Zum Test den Kopf einmal leicht schütteln. Verrutscht der Helm, sitzt er noch nicht fest genug. Danach: Kinnriemen einstellen. Als Faustregel gilt: Damit der Helm wirklich optimal sitzt, sollten zwischen Gurt und Kinn zwei Finger Platz haben – mehr nicht!

Dori klärt auf

SCHON GEWUSST?!

BMX ist die Abkürzung für „Bicycle Motocross". Das X ersetzt das englische Wort „cross" (Kreuz oder durchqueren). Die Sportart wurde Ende der 1960er-Jahre in den USA erfunden.

Auf der Insel Helgoland ist das Fahrradfahren verboten! Nur Kinder dürfen hier von Oktober bis April in die Pedale treten. Der Grund: zu wenig Platz!

DARF'S EIN BISSCHEN ACTION SEIN?

Du fährst schon sicher Fahrrad und hast Lust auf eine Extraportion Spaß und Action? Das geht in Bremen und Bremerhaven zum Beispiel hier:

Funpark Bremen Kattenturm (AWO)
Highlights: Double Pool, großer Street-Bereich zum Skaten und Biken sowie eine 250 m lange BMX- und Mountainbike-Strecke
Öffnungszeiten: Di.–So. von 15–20 Uhr (Sommerzeit) sowie von 14–19 Uhr (Winterzeit)
Eintritt: frei!
www.funpark-bremen.net

BMX- und Skate-Park Schlachthof
Highlights: Pool, Snake-Run und Freilauffläche auf ca. 1.000 m²
Öffnungszeiten: 24/7
Eintritt: frei!
www.schlachthof-bremen.de

Sportgarten e. V. (Pauliner Marsch & Überseestadt)
Highlights: Schnupper- und Ferienkurse zum Skaten, BMX-, Scooter- oder Inlinerfahren
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. von 14–20 Uhr, Wochenende, Ferien und Feiertage: 11–20 Uhr
Eintritt: ab 2 Euro p. P., Kurse ab 7,50 Euro p. P.
www.sportgarten.de

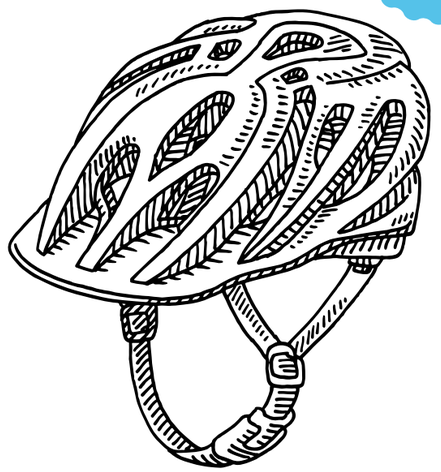
TV Lehe (Bremerhaven)
Highlights: BMX-Bahn im Stadtpark Speckenbüttel
Öffnungszeiten: 24/7
Eintritt: frei!
www.tvl-bremerhaven.de

HELMPOWER FÜR DICH!

WIR VERLOSEN ZEHN COOLE ABUS-HELME.

Wie würde dein Helmdesign aussehen?
Einfach das Bild ausmalen und per Post oder E-Mail an das GEWOBA Magazin senden. Absenderadresse nicht vergessen.

JETZT MITMACHEN & GEWINNEN



„ALLE MANN AN BORD!“

WIR LADEN SIE ZUR SAIL EIN!

Fahrt mit dem Salondampfer Hansa zu den schönsten Seglern – Maritimes Internationales Flaggenbuffet inklusive

Sie möchten die Sail ganz nah genießen, nicht nur an Land, sondern auch den spektakulären Blick vom Wasser? Mit unserer Ausfahrt mit der MS Hansa am 21. August haben Sie nachmittags für drei Stunden die Gelegenheit, die Schiffe aus anderen Perspektiven zu erleben, tolle Fotos zu machen und in netter Gesellschaft vom exklusiven GEWOBA-Flaggenbuffet zu schlemmen.

Um die kostenlose Mitreise für bis zu vier Personen zu ergattern, senden Sie uns Ihr schönstes oder lustigstes „maritimes“ Foto. Ob von Ihrer Knotenwand, Buddelschiff, Schiffsdetail, Labskausteller, beim Hafenspaziergang oder im Urlaub. Bildeinsendung per Mail an gewinnen@gewoba.de oder per Post an GEWOBA Magazin, Rembertiring 27, 28195 Bremen. Bitte die Anzahl Ihrer „Reisegruppe“ angeben.

Viel Glück und Ahoi!

Datenschutzhinweis: Bilder und Anschriften verwenden und speichern wir nur einmalig und für die Dauer des Gewinnspiels. Mehr unter www.gewoba.de/datenschutz

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

Sie wollen mehr?
Jetzt online weiterlesen:
www.gewoba-magazin.de

Lösung

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