

# Weitblick

Magazin der VdK-Baugenossenschaft Baden-Württemberg eG Stuttgart

Gesundes Wohnen  
verbessert Lebensqualität



Mit großen Preisen  
für kleine  
Rätselfreunde!

SEITE 5

Unsere Leserreise  
zur Insel Mainau

SEITE 12

Ausstellung:  
MÜLLMONSTER-  
ALARM!

SEITE 14

Upside-down-  
Rhabarberkuchen



## Editorial

# Liebe Mitglieder, Mieter, Partner und Freunde des Hauses,

sicher stimmen Sie uns zu: Zuhause ist es am schönsten. Ganz besonders, wenn wir durch die Beachtung einiger Hinweise rund um Innenraumluft, Einrichtungsmaterialien und Licht für ein gesundes sowie behagliches Wohnumfeld sorgen. Worauf Sie bei der Gestaltung Ihrer Innenräume achten sollten, um mehr Wohlbefinden im Wohnalltag zu schaffen, haben wir in unserem Titelthema auf den Seiten 6 und 7 für Sie zusammengefasst.

So schön es daheim sein mag: Natürlich ist der Frühling die Zeit des Jahres, in der wir die kalten Wintermonate hinter uns lassen und es uns auch wieder nach draußen zieht. Falls Sie dafür eine Anregung wünschen, sollten Sie einen Blick auf Seite 13 dieser Ausgabe werfen. Dort stellen wir die Karlshöhe vor – ein beliebtes und vielseitiges Ausflugsziel an der frischen Luft. Hinzu kommen wie immer unsere Tipps und Termine für Ihre Freizeitgestaltung in Stuttgart.

Zum Schluss möchten wir Sie darauf hinweisen, dass wir in unserem WeitBlick künftig gerne die Lieblingsrezepte unserer Leserinnen und Leser veröffentlichen würden. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 14. In dieser Ausgabe erwartet Sie ein Rezeptvorschlag, den wir für Sie ausgewählt haben – für einen leckeren Upside-down-Rhabarberkuchen, der wunderbar für Feiertage wie das bevorstehende Osterfest geeignet ist.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Reinlesen in die aktuelle WeitBlick-Ausgabe, weiterhin einen angenehmen Frühling und erholsame Ostern. Machen Sie sich eine schöne Zeit mit Ihrer Familie und Ihren Freunden!

Herzlich  
Ihr WeitBlick-Team

### Genossenschaften im Mittelpunkt

3 Winterliche Weltmeisterschaft:  
Das Bauklötzchenlogo fährt mit

### Wohnen und Leben im Quartier

4 Neuer Nachbarschaftstreff in Stuttgart-Rot

### Weitblicker unterwegs

5 Blumeninsel Mainau erleben

### Schlechte Luft zu Hause?

6 Gesundes Wohnen verbessert  
Lebensqualität

### Genossenschaft intern

8 Neues aus Ihrer Genossenschaft

### Ratgeber und Wohnen

10 Zwei Hausmittel gegen Schmutz  
und Flecken

11 Tipps für den Wohnungsflur

### Stuttgart und Region

12 Ausstellung: MÜLLMONSTER-ALARM!

13 Darum lohnt sich ein Besuch der Karlshöhe

13 Tipps und Termine für die Freizeit

### Rezept

14 Upside-down-Rhabarberkuchen

### Kids und Co.

15 Zahlen-Chaos beim Angeln

### Rätsel

16 Knacken Sie das Lösungswort!



Laura Nolte im Monobob beim Training in Whistler

Bild: © BSD/Viesturs

## Winterliche Weltmeisterschaft Das Bauklötzchenlogo fährt mit

Von November 2022 bis Februar 2023 stand ein besonderes Sportereignis an: der Bob-Weltcup, der traditionsgemäß wieder an verschiedenen Stationen wie Winterberg, Altenberg und St. Moritz stattfand. Neben den sympathischen Sportlerinnen und Sportlern waren dieses Mal in gewisser Weise auch die Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland mit von der Partie.



Lisa Buckwitz und Bernd Weiler  
(Mitglied des Vorstandes der Marketinginitiative) Bild: © Bernd Weiler

Die Teams um Laura Nolte und Lisa Buckwitz sind unsere „persönlichen“ Stars der vergangenen Bob-Weltmeisterschaft. Denn sie gingen als Markenbotschafter der Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland an den Start. Unser farbenfrohes Bauklötzchenlogo trugen sie auf Mützen und Stirnbändern. Und auch auf den Sportschlitten von Laura Nolte – den sogenannten Bobs – war unser Logo platziert.

Natürlich haben wir unseren Markenbotschaftern während des spannenden Bob-Weltcups fest die Daumen gedrückt. An dieser Stelle noch einmal herzlichen Glückwunsch an die von uns zunächst für ein Jahr gesponsorten Bobteams, die alle eine super Leistung erbracht und tolle Plätze belegt haben!



(v. l. n. r.) Markus Schubert, Olaf Rabsilber, Bernd Weiler und Fahrerinnen aus dem BOB-Team

Bild: © Marketinginitiative



## Neuer Nachbarschaftstreff in Stuttgart-Rot

Seit Ende September 2022 gibt es in Stuttgart-Rot eine neue Anlaufstelle für nachbarschaftliches Miteinander: Im WohnCafé in der Prevorster Straße 21 können sich Menschen treffen und austauschen, Unterstützung erhalten oder an verschiedenen Aktivitäten teilnehmen.

Das WohnCafé Prevorster Straße befindet sich im Neubau der Baugenossenschaft Neues Heim und wurde am 30. September 2022 eingeweiht. Es ist in das Gesamtkonzept Wohnquartier Plus (WQ+) eingebettet: eine inklusive Quartiersentwicklung in Stuttgart-Rot, die von den Projektpartnern Neues Heim – Die Baugenossenschaft, Baugenossenschaft Zuffenhausen (BGZ) und FLÜWO Bauen Wohnen eG umgesetzt wird. Die Baugenossenschaften kooperieren mit dem Wohlfahrtswerk für Baden-Württemberg und dem Verein Integrative Wohnformen.

### Ort der Begegnung

Die Else-Heydlauf-Stiftung, eine Einrichtung des Wohlfahrtswerks für Baden-Württemberg, betreibt den Nachbarschaftstreff in der Prevorster Straße 21. Als zentraler Treffpunkt bietet das WohnCafé in Stuttgart-Rot allen Bewohnerinnen und Bewohnern vielfältige Möglichkeiten der Begegnung. Egal ob jung oder alt, egal welche Religion, ob mit Handicap oder ohne – alle sind willkommen!

Das WohnCafé teilt sich die Erdgeschossfläche im Neubau mit der Tagespflege, die ebenfalls vom Wohlfahrtswerk betrieben wird. Es ist montags bis freitags von 12.30 bis 17 Uhr geöffnet. Zwischen 12.30 und 14 Uhr gibt es einen täglich wechselnden Mittagstisch. Darüber hinaus findet immer am zweiten Donnerstag des Monats von 17.30 bis 19.30 Uhr ein Feierabendtreff (AfterWork) statt.

### Ihr Kontakt im WohnCafé

Selin Sola ist die Quartierskordinatorin im Stadtteil und Ansprechpartnerin im WohnCafé. Ihre Aufgabe ist es, die Interessen und Anliegen im Quartier aufzugreifen, Menschen zusammenzubringen sowie Angebote im Nachbarschaftstreff zu fördern und zu entwickeln.

Frau Sola freut sich über Anregungen, Ideen und Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren wollen. Für Informationen zu den verschiedenen Angeboten und Aktionen ist Frau Sola unter der Mobilnummer 0176 19290281 oder direkt im WohnCafé, Prevorster Straße 21, zu erreichen.



Selin Sola

© Stadtberatung Dr. Sven Fries



© Stadtberatung Dr. Sven Fries

Am 30. September 2022 fand mit rund 90 Interessierten die offizielle Eröffnung des WohnCafés statt.

## Vielen Dank für die Unterstützung!

Der Verein Integrative Wohnformen fördert und unterstützt in enger Zusammenarbeit mit seinen Mitgliedsunternehmen und den Akteuren im Quartier sowohl projektbezogen als auch konzeptionell die Lebensqualität der Bewohner. Kleine und große Spenden helfen, diese Aufgaben wahrzunehmen und die Ziele Schritt für Schritt umzusetzen.

Zum Ende des vergangenen Jahres konnte sich Integrative Wohnformen e. V. über die Spende eines Mitgliedsunternehmens freuen: Michael Schäfer, Vorstand der GWF, überreichte den symbolischen Scheck an Nina Weigl, Vorständin des Vereins.

Jede Spende zählt! Wenn auch Sie den Verein Integrative Wohnformen unterstützen möchten, freut dieser sich über Ihren Beitrag auf sein Spendenkonto. Informationen finden Sie unter [www.integrative-wohnformen.de/spenden](http://www.integrative-wohnformen.de/spenden).



© GWF Wohnungsgenossenschaft eG

Michael Schäfer mit Nina Weigl bei der symbolischen Scheckübergabe



Integrative Wohnformen e.V.



WeitBlicker unterwegs



Leserreise  
am Mittwoch,  
10. Mai 2023 sowie  
am Mittwoch,  
17. Mai 2023

## Blumeninsel Mainau erleben

Unsere nächste Leserreise führt an gleich zwei Terminen auf die Insel Mainau.

Dort heißt es: Natur genießen, sich wohlfühlen und entspannen. Freuen Sie sich auf sehenswerte Attraktionen wie das Barockschloss, das Schmetterlingshaus und das Palmenhaus.



### Das ist das Programm:

**7.00 Uhr:** ZOB S-Zuffenhausen

**7.30 Uhr:** Bahnhof Bad Cannstatt

**8.00 Uhr:** Busbahnhof S-Degerloch

Unterwegs kleines Frühstück mit Kaffee, Brezeln und Sekt



**10.30 Uhr:** Führung auf der Mainau

Während einer 90-minütigen Führung haben Sie Gelegenheit, sich ein Bild von der Blumeninsel zu machen. Zu den Highlights im Mai zählen die farbenfrohen Rhododendren. Auch die Pfingstrosen werden in voller Pracht zu bestaunen sein.

**12.00 Uhr:** Genussvoll pausieren

Biologisch, regional, saisonal, authentisch – so lautet die Philosophie des Restaurants Comturey. Die Comturey ist außerdem Teil eines Hafensareals, das die vielfältigen Baustile der Mainau vereint. Das Mittagessen genießen Sie bei einem traumhaften Ausblick auf den Bodensee.

**13.55 Uhr:** Zwei vielversprechende Alternativen

Entweder schauen Sie sich nach dem Essen weiter auf der Mainau um – oder Sie gehen an Bord eines Schiffes der Weißen Flotte. Die einstündige Schifffahrt über Meersburg nach Konstanz gleicht einer Kreuzfahrt auf dem Schwäbischen Meer. In Konstanz genießen Sie einen Kaffee an der Promenade oder entdecken die Altstadt.

**16.30 beziehungsweise 17.00 Uhr:** Rückfahrt nach Stuttgart

Der Bus holt erst die WeitBlicker in Konstanz ab, dann die WeitBlicker auf der Mainau. Ankunft an den Abfahrtsorten wird zwischen 19.00 und 20.00 Uhr sein.

### Das ist bei der Leserreise inklusive:

- Fahrt im modernen Reisebus mit Vollausrüstung
- Eintrittskosten für die Insel Mainau
- 90-minütige Erlebnisführung
- Tafelspitz oder Zanderfilet zum Mittagessen im Restaurant Comturey, dazu nach Wahl ein alkoholfreies Getränk (0,3 l), ein Bier (0,3 l) oder ein Glas Wein (0,2 l)
- Cool-Tours Gruppenreiseleitung

Der Preis für die Leserreise liegt bei 69 Euro pro Person. Für die Schifffahrt entsteht ein Aufpreis von 14 Euro pro Person.

### Fahren Sie mit!

Melden Sie sich am besten gleich an bei: Cool-Tours Gruppenreisen  
Austraße 370, 70376 Stuttgart  
Tel. 0711 550422-441 oder  
per E-Mail: [gruppen@cool-tours.de](mailto:gruppen@cool-tours.de)

Mindestteilnehmerzahl: jeweils 30 Personen

Anmeldeschluss: 28. April 2023

Bitte halten Sie bei der Anmeldung den Namen Ihrer Baugenossenschaft bereit.



# Gesundes Wohnen verbessert Lebensqualität

Der WHO zufolge verbringen Menschen etwa 90 Prozent ihrer Zeit in Innenräumen – auf der Arbeit, in der Schule oder beim Einkaufen. In den eigenen vier Wänden halten wir uns durchschnittlich sogar zwei Drittel unserer Lebenszeit auf. Umso wichtiger ist es also, zu Hause für ein gesundes und behagliches Wohnumfeld zu sorgen. Aber was genau beeinflusst unsere Gesundheit in Innenräumen und was können wir selbst verändern?



6

Hätten Sie gedacht, dass die Innenraumluft bis zu fünfmal stärker mit Schadstoffen belastet sein kann als die Außenluft? Zu diesem Ergebnis kamen jedenfalls Forschende der dänischen Universität Aarhus.

**8 von 10 Personen wissen nicht, dass die Luft in Räumen 5-mal mehr verschmutzt sein kann als die Luft draußen.**



Laut einer Befragung von YouGov und Velux aus dem Jahr 2018.

Dabei ist frische Luft eines der wichtigsten „Lebensmittel“ für uns Menschen und demnach auch eines der Schlüsselemente für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit in unserer Wohnung. Damit wir gut und gesund wohnen, benötigen wir zudem

- thermische Behaglichkeit,
- viel Tageslicht oder ausreichend Beleuchtung sowie
- eine niedrige Schallbelastung.

### Natürlich einrichten!

Als Vermieter achten wir beim Bau und bei der Renovierung von Wohnungen selbstverständlich auf gesunde sowie umweltverträgliche Materialien. Und auch Sie können einen Beitrag leisten, um Schadstoffe in der Wohnungsumgebung zu vermeiden: indem Sie die Augen beim Kauf von Möbeln, Teppichen, Gardinen oder sogar Spielzeug offenhalten. Vor allem im Kinderzimmer sollten Sie Schadstoffquellen keinen Raum geben, denn Kinder nehmen Giftstoffe wesentlich schneller auf als Erwachsene.

Umweltsiegel wie der Blaue Engel oder die „Euroblume“ sind gute Zeichen für die umweltverträgliche Produktwahl. Durch die Beachtung dieser Siegel können Sie häufigen Kopfschmerzen, Übelkeit und plötzlichen Allergien entgegenwirken.

Sie geben auch Aufschluss über schadstoffarme Putz- und Waschmittel, Farben und Lacke sowie Haus- und Elektrogeräte. Aber Schadstoffe entstehen auch im Alltag, zum Beispiel beim Abbrennen von Kerzen oder im sich zersetzenden Biomüll.

Merke: Was unangenehm riecht, ist meistens nicht gesund!



### Prima Raumklima!

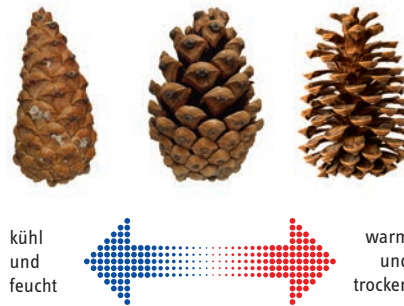
Zu feuchte Raumluft begünstigt Schimmelbildung; zu trockene Heizungsluft macht unseren Körper anfälliger für Viren und Bakterien. Beides macht uns krank: Das eine fördert Asthma, das andere lässt Grippe und Erkältungen sich schneller ausbreiten. Ausgewogenes Lüften und Heizen sind daher das A und O für ein ausgewogenes Raumklima. Sind Temperatur und Luftfeuchte nämlich im Einklang, fühlt sich der Raum viel behaglicher an. Davon profitiert die Gesundheit von Menschen und Gebäude.

#### Beachten Sie diese Hinweise für ein ausgewogenes Raumklima:

- Bei dauerhaft gekippten Fenstern findet wenig Luftaustausch statt.
- Stoßlüften ist dagegen ideal: mehrmals täglich für einige Minuten bei weit geöffneten Fenstern.
- Für zusätzlichen Luftaustausch sorgen Sie während des Lüftens mit geöffneten Zimmertüren.
- Nicht vergessen: Beim Lüften wird die Heizung ausgedreht.
- Die Luftfeuchtigkeit beträgt im Idealfall um die 50 Prozent in Wohnräumen. In Küche und Bad ist sie überwiegend etwas höher.

**Kleiner Tipp:** Falls Sie kein Hygrometer zum Messen der Luftfeuchtigkeit zur Hand haben, tut's auch ein Kiefernzapfen, den Sie in den entsprechenden Raum legen: Ist der Zapfen geschlossen, ist es zu kühl und feucht. Ist er sehr weit geöffnet, ist es zu warm und zu trocken.

#### Der Kiefernzapfen als Hygrometer



### Bewahren Sie Ruhe!

Wer kennt es nicht, das befreiende Gefühl der Stille, wenn das Fenster geschlossen wird und der rauschende Verkehr oder die scheppernden Betonmischer auf der Baustelle gegenüber verstummen. Selbst wenn Sie alltägliche Geräusche nur unbewusst wahrnehmen, so können sie doch Ihr Wohlbefinden beeinflussen.

Daher empfehlen wir: Schaffen Sie sich gerade in Bereichen, die Sie aktiv beeinflussen können, etwas Ruhe: Fernseher und Radio müssen daheim zum Beispiel nicht dauerhaft als Hintergrundgeräusch laufen und es gibt viele Geräte wie Staubsauger und Föhn, die bewusst als geräuscharme Modelle produziert werden. Probieren Sie es doch einfach aus!

Ganz besonders profitieren wir übrigens am Abend, in der Nacht und in den frühen Morgenstunden von Stille. Nicht umsonst gilt zwischen 22 und 6 Uhr Nachtruhe. Sie trägt maßgeblich zu gutem Schlaf bei – und somit natürlich auch zu unserer Gesundheit.

### Es werde Licht!

Licht beeinflusst unsere innere Uhr, sprich unsere Schlaf- und Wachphasen. Tanken wir zu wenig (natürliches) Licht, sind wir müde und antriebslos. Das macht uns anfälliger für Schlafstörungen und Stimmungstiefs. Neben ausreichend Tageslicht ist in Innenräumen daher eine gut geplante Beleuchtung mit angemessener Lichtfarbe essenziell.

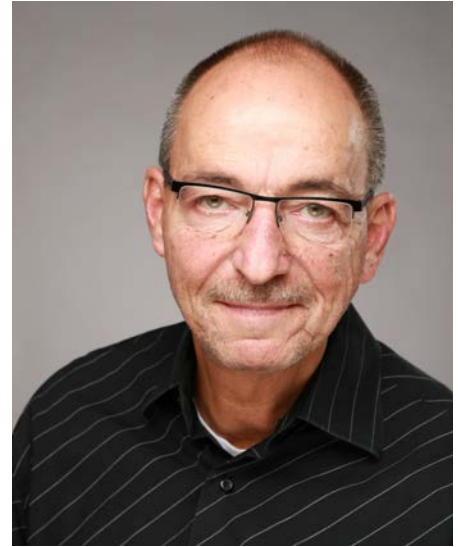
Kaltes, blaues Licht vom TV-Gerät, Smartphone und Co. signalisiert uns: Sei aktiv! Warmes, rötliches Licht hingegen wirkt beruhigend und entspannend. In der Küche eignet sich eher eine kalte Lichttemperatur von etwa 5.000 Kelvin; in Wohn- und Schlafräumen eine warme um die 3.000 Kelvin. Positionieren Sie Leuchten so, dass Fernseher, Spiegel und andere glatte Oberflächen das Licht möglichst wenig reflektieren. Das schont Ihre Augen.





## Neuzugang für unser Team „Jeder Tag bringt spannende neue Herausforderungen!“

Seit dem 1. Februar 2023 gehört Bernd Gebauer zum Team unserer VdK-Baugenossenschaft. Mit seinen vielseitigen Kenntnissen steht Herr Gebauer uns in Bereichen wie der Mietenbuchhaltung und dem Mahnwesen zur Verfügung, unterstützt uns aber auch bei der Beschaffung von Werbemitteln sowie dem Design von Printprodukten.



Bernd Gebauer

### Herr Gebauer, wie sind Sie zur VdK-Baugenossenschaft gekommen?

Die Ausschreibung der Stelle reizte mich sehr, weshalb ich mich bewarb. Die vielfältigen Aufgabengebiete sind eine Herausforderung und bringen jeden Tag Abwechslung. Ich kümmere mich zum Beispiel darum, dass die Firma eine schöne Außendarstellung hat und dass säumige Mieterinnen und Mieter ihre Schulden bezahlen. Ansonsten bin ich sozusagen „Bub für alles“.

### Welche beruflichen Erfahrungen bringen Sie für Ihre neuen Aufgaben mit?

Als gelernter Bürokaufmann war ich zuerst im Schreibwarenhandel tätig und merkte schnell, dass mich diese Tätigkeit nicht erfüllt. Es erfolgte eine weitere Ausbildung als Mediengestalter. Nach vielen Jahren in einer Agentur machte ich mich zusammen mit einem Partner selbstständig und betrieb über sechzehn Jahre eine Dienstleistungs- und Werbeagentur. 2015 kam ich zum Ernst Klett Verlag in Stuttgart – zuerst im Einkauf und dann als Mediengestalter. Anschließend war ich als Leiter der Layoutabteilung und Ausbilder für Mediengestalter bei einer Straßenzeitung tätig.

### Wie verbringen Sie Ihre Freizeit am liebsten?

Ab dem Frühjahr bin ich gerne in meinem kleinen Garten. Außerdem höre ich viel Musik, lese, schreibe oder genieße ein gutes Essen.

### Wenn Sie auswandern würden – wohin?

Nach Bali. Die Insel der Götter besitzt eine unglaubliche Energie und ist Natur in reiner Form. Die Schönheit der Insel und der Menschen, die prachtvollen Farben und Rituale begeistern mich.

### Welche berühmte Persönlichkeit schätzen Sie besonders?

Helmut Schmidt. Er war Autodidakt und Krisenmanager in einer besonderen Zeit. Er stand zu seinen Fehlern. Er war und ist einfach Kult! Eingängig sind auch seine Zitate, zum Beispiel: „Ehrlichkeit verlangt nicht, dass man alles sagt, was man denkt. Ehrlichkeit verlangt nur, dass man nichts sagt, was man nicht auch denkt.“

Vielen Dank für das Gespräch, Herr Gebauer. Hiermit nochmals herzlich willkommen im Team der VdK-Baugenossenschaft und allzeit gutes Gelingen für die neuen Aufgaben!

## Jährliche Information zur Kirchensteuer

Bis zum 30. Juni 2023 können Sie der Übermittlung der Kirchensteuerabzugsmerkmale für die Dividendenzahlung im Jahr 2024 widersprechen, indem Sie beim Bundeszentralamt für Steuern einen entsprechenden Sperrvermerk beantragen.



# Unsere Mitgliederversammlung im 75. Jubiläumsjahr



Bitte merken Sie sich schon einmal Samstag, den 17. Juni 2023 vor.

An diesem Tag sind Sie ab 10.30 Uhr zu unserer Mitgliederversammlung eingeladen.

Und da wir 2023 unser 75-jähriges Jubiläum feiern, haben wir einige Besonderheiten für Sie geplant.

Freuen dürfen Sie sich bei unserer diesjährigen Mitgliederversammlung zum Beispiel auf ein Drei-Gänge-Menü. Außerdem wird es wieder einen Bus-Shuttle-Service für unsere Mieterinnen und Mieter aus weiter entfernten Gebieten wie Mannheim, Walldorf, Heidelberg und Karlsruhe geben – damit alle dabei sein können.

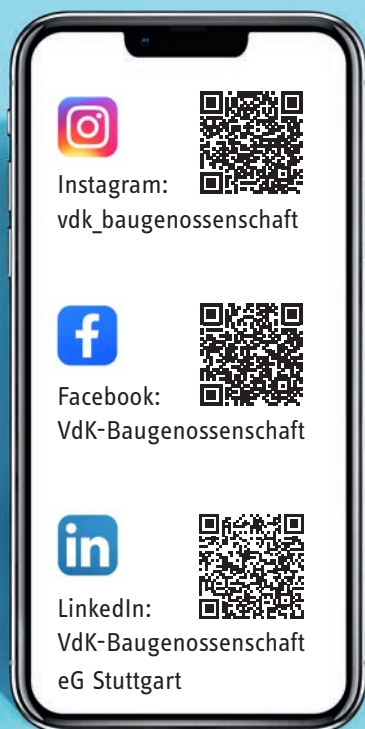
Besonders hervorheben möchten wir an dieser Stelle den Veranstaltungsort unserer Mitgliederversammlung. Wie im vergangenen Jahr wird sie im SSB Veranstaltungszentrum Waldaupark stattfinden.

- Wann:** Samstag, 17. Juni 2023 ab 10:00 Uhr  
**Wo:** SSB Veranstaltungszentrum Waldaupark, Friedrich-Strobel-Weg 4 bis 6, 70597 Stuttgart.  
**Wer:** Alle Mitglieder inklusive Partnerinnen und Partner sind herzlich willkommen.  
**Was:** Aktuelle Themen aus der Genossenschaft, Wahlen zum Aufsichtsrat, Beschluss über die Ausschüttung der Dividende und vieles mehr wie zum Beispiel ein 3-Gänge-Menü.

Wir werden Sie in einem Anschreiben im Mai noch persönlich einladen und über Einzelheiten informieren. Halten Sie sich den Termin schon einmal frei – wir freuen uns auf Sie!

## Hier geht es zu unseren Social-Media-Kanälen

Uns ist es wichtig, Sie über das Geschehen bei der VdK-Baugenossenschaft auf dem Laufenden zu halten. Darum sind wir nun seit einigen Monaten auf Instagram, Facebook und LinkedIn vertreten, wo wir regelmäßig Beiträge veröffentlichen.



## Wir gratulieren!



Clara Opfermann-Buzogany löste das Erwachsenenrätsel unserer vergangenen Weitblick-Ausgabe, teilte uns das Lösungswort „Schaf“ mit und wurde als glückliche Gewinnerin ausgelost. Sie erhielt einen 100-Euro-Gutschein der Drogeriekette Müller.

Auch bei den Kindern lagen viele Rätselbegeisterte richtig – wie Luis Dimitrov. Er darf sich über einen Media-Markt-Gutschein freuen.

Wir wünschen viel Spaß beim Einlösen!



## Zwei Hausmittel gegen Schmutz und Flecken

Mit Gallseife und Soda kommen zwei traditionelle Fleckenbeseitiger wieder in Mode – und das aus guten Gründen: Die Hausmittel sind wirksamer, umweltschonender und deutlich günstiger als die meisten Spezialprodukte der Chemieindustrie. Wenn Sie Gallseife und Soda im Haus haben, können Sie fast alle Flecken und Schmutzarten ganz einfach beseitigen.



10

Traditionelle Fleckenbeseitiger

### Gallseife

Die Wirksamkeit der Gallseife beruht auf den Enzymen der Rindergalle in Kombination mit herkömmlicher Kernseife. Die Enzyme helfen den Rindern eigentlich bei der Verdauung – als Bestandteil der Seife entfernen sie vor allem Flecken mit Fett, Eiweiß oder Farbstoffen. Besonders gut wirkt Gallseife daher beispielsweise gegen Öl-, Blut-, Milch- und Fruchtflecken. Ein Stück kostet etwa einen Euro – und ersetzt eine ganze Menge an synthetischen Fleckenentfernern.

Die Anwendung ist ganz einfach: Den Fleck anfeuchten und mit Gallseife einreiben. Nach ein paar Minuten spülen Sie den Stoff mit warmem Wasser aus oder geben ihn in die Waschmaschine.

Besonders gut funktioniert Gallseife auch bei Flecken auf Polstermöbeln, Teppichen oder Autositzen. Reiben Sie den Fleck einfach mit einem Stück Gallseife ein und tupfen Sie die Reste danach mit einem Handtuch oder Küchenpapier ab.

### Soda

Soda eignet sich ideal als Ergänzung des Waschmittels bei hartnäckigen Flecken oder als Universalreiniger in der Küche. Der mit Soda behandelte Schmutz quillt auf und lässt sich dadurch viel leichter lösen. Das macht das Hausmittel zum perfekten Mittel zur Reinigung von Angebranntem in Töpfen, Pfannen und im Backofen. Soda finden Sie in der Waschmittelabteilung: Ein halbes Kilogramm kostet etwa einen Euro.

Wenn Sie Soda als Fleckenmittel für die Wäsche anwenden wollen, geben Sie einen Esslöffel zum Waschpulver. Um Töpfe und Pfannen zu reinigen, geben Sie ein bis zwei Esslöffel hinein, gießen etwas Wasser hinzu und erhitzen die Mischung kurz.

Lassen Sie das Soda-Wasser-Gemisch am besten über Nacht einwirken: Am nächsten Morgen hat sich selbst hartnäckiger Schmutz gelöst. Auch gegen diese Fettflecken im Backofen eignet sich Soda hervorragend.

Mischen Sie einen Esslöffel Waschsoda mit einem Liter heißem Wasser. Diese Mischung können Sie beispielsweise mit einer Sprühflasche auf den Problembereich sprühen. Decken Sie die besprühten Problemstellen am besten mit Küchenpapier ab, damit das Soda wirken kann. Nach der Soda-Behandlung sollten Sie alle Flächen oder Geräte gut abspülen beziehungsweise abwischen.

### Vorsichtsmaßnahmen

Gallseife ist schonend zum Material und zur Haut. Bei der Anwendung von Soda sind Gummihandschuhe empfehlenswert. Bevor Sie farbige Textilien mit den Hausmitteln behandeln, sollten Sie zuvor an einer versteckten Stelle testen, wie sie reagieren. Besonders vorsichtig sollten Sie die Mittel bei tierischen Fasern wie Wolle, Seide oder Leder anwenden. Soda sollten Sie bei Aluminium oder lackierten Holzflächen vermeiden.



## Herzlich willkommen! Tipps für den Wohnungsflur

Schwierige Grundrisse, wenig Platz und kaum natürliches Licht sind die häufigsten Probleme. Optimal gestaltet können Flure aber einen optisch nahtlosen Übergang zu den anderen Räumen der Wohnung herstellen und zusätzlichen Stauraum schaffen.

### Machen Sie mehr aus Ihrem Flur – neun Tipps, mit denen Sie sich sofort zu Hause fühlen:

- Flure verfügen meist über wenig natürliches Licht und sollten daher möglichst in hellen Farben gestrichen werden.
- Eine Garderobe ist oft sperrig. Wer weniger Platz hat, sollte auf Wandhaken zurückgreifen, die millimetergenau gesetzt und jederzeit ergänzt werden können.
- Eine indirekte Beleuchtung mit LEDs sorgt für eine besonders stimmungsvolle Atmosphäre. Spiegel werfen das Licht zurück und lassen den Raum größer und heller erscheinen.
- Der Flur grenzt sich stark von den anderen Räumlichkeiten ab und kann daher als Experimentierfläche für aufmerksamkeitsstarke und witzige Designideen genutzt werden.



11

- Vor allem in engen Fluren und bei Familien mit Kinderwagen wird der untere Wandbereich stark beansprucht. Sorgen Sie hier für ausreichend Schutz durch z. B. eine farblich abgesetzte Tapete.
- Wer handwerklich begabt ist, sollte jede Nische im Flur individuell nutzbar machen. Ein kleines Regal ist einfach zu bauen und füllt gerade hinter Türen „tote Winkel“.
- Ein Klassiker: der passende Schuhschrank. Vor allem wegen ihrer geringen Tiefe sind Schuhschränke das ideale Möbelstück für enge Flure. Achten Sie auf eine möglichst schlichte Gestaltung, damit sich der Schrank besser ins Gesamtbild einfügt.
- Wer zur Unordnung neigt, sollte in jedem Fall geschlossene Schränke und Garderoben verwenden. Bei unangekündigtem Besuch verschwindet das Chaos so im Handumdrehen.
- Nutzen Sie die Flurwände als kleine Privatgalerie. Familien- oder Urlaubsbilder schaffen eine wohnliche Atmosphäre und heißen jeden Besucher vom ersten Augenblick an willkommen.

### Achtung: Das Lagern von Gegenständen im Hausflur dagegen ist ausdrücklich verboten.

Im Ernstfall begünstigt es die Ausbreitung eines Feuers, behindert Rettungskräfte und kann zur tödlichen Stolperfalle werden. Denken Sie daher zu Ihrer eigenen Sicherheit daran, die Hausflure frei zu lassen.





## Ausstellung zum Mitmachen für Kinder und Familien MÜLLMONSTER-ALARM!

Klein und Groß spielerisch an verschiedene Themen heranzuführen – das macht sich das Kindermuseum Junges Schloss im Landesmuseum Württemberg seit mehr als zehn Jahren zur Aufgabe. Um ein Thema, das uns alle im Alltag begleitet, geht es zum Beispiel bei der aktuellen Mitmachausstellung mit dem kreativen Titel „MÜLLMONSTER-ALARM!“

Ob daheim in der Küche oder auf dem Verwertungshof, ob unter der Erde oder auf dem Mond: Überall verstecken sich Müllmonster. Diese gilt es bis Ende Juli 2023 bei der farbenfrohen Mitmachausstellung im Kindermuseum Junges Schloss zu schnappen. Nebenbei lernen die Besucherinnen und Besucher mithilfe verschiedener Aktionen reichlich Wissenswertes über Müll: wie er getrennt werden sollte, wie die Müllabfuhr arbeitet, wie aus Altem Neues entstehen kann und warum Müllvermeidung wichtig ist, um die Umwelt zu schonen.

Ein digitales Angebot ergänzt die Ausstellung „MÜLLMONSTER-ALARM!“ Auf der Website des Kindermuseums erwartet Kinder unter anderem ein Video mit altersgerechten Yoga-Übungen, bei denen auch die frechen Müllmonster eine Rolle spielen. Wer kreativ werden möchte, findet online außerdem ein Ausmalbild und verschiedene Bastelanleitungen.

Bitte beachten Sie, dass wir den Besuch der Mitmachausstellung für Kinder bis 14 Jahre empfehlen. Tickets sollten Sie vorab online buchen. Bei spontanen Besuchen ist es möglich, dass nicht mehr ausreichend Plätze zur Verfügung stehen. Online haben Sie zudem die Möglichkeit, eine CO<sub>2</sub>-Spende zu tätigen, welche bei An- und Abreise entstehende Emissionen ausgleicht. Weitere Informationen rund um Ihren Besuch erhalten Sie unter [www.junges-schloss.de](http://www.junges-schloss.de). Das Kindermuseum Junges Schloss befindet sich im Alten Schloss im Landesmuseum Württemberg, Schillerplatz 6, 70173 Stuttgart.





## Es geht hoch hinaus Darum lohnt sich ein Besuch der Karlshöhe

Wo einst Schilfsandstein für Stuttgarts Stiftskirche und das Ulmer Münster abgetragen wurde, befindet sich heute ein beliebtes Ausflugsziel: die Karlshöhe, die nach dem württembergischen König Karl benannt ist. Wer den Anstieg von rund 340 Metern inklusive einiger Stuttgarter Stäffele bewältigt, kann eine beeindruckende Aussicht genießen.

Den Blick über den Stuttgarter Talkessel und die umliegenden Weinberge bis zum Neckartal und Schurwald schweifen lassen – das geht an keinem Ort so gut wie auf der Karlshöhe. Allen, die sich dabei ein Getränk, Maultaschen oder ein Stück Kuchen schmecken lassen möchten, empfehlen wir einen Besuch des Biergartens „Tschechen und Söhne“ mit Aussichtsterrasse. Die Gaststätte entstand aus einer ehemaligen Milchbar und hat jedes Jahr bei frühlinghaftem Wetter ab Ende März geöffnet.

Als eines der ersten Naherholungsgebiete Stuttgarts hat die Karlshöhe auch über den einmaligen Ausblick hinaus viel zu bieten. Mit zahlreichen verschlungenen Wegen und Gärten im englischen Stil lädt die Parkanlage zum Spazieren und Verweilen ein. Zu den Sehenswürdigkeiten zählen unter anderem eine alte Bogenbrücke sowie der inzwischen wieder funktionstüchtige Athenebrunnen, den Bildhauer Karl Donndorf 1911 schuf. Für kleine Besucherinnen und Besucher steht ein Spielplatz mit Rutsche und Wasserspielgeräten bereit. Der Spielplatz erinnert aufgrund seiner Lage im Krater des ehemaligen Steinbruchs noch heute an dessen ursprüngliche Funktion.



### Hintergrundinfos zur Karlshöhe

- Vor circa zwei Millionen Jahren schufen der Nesenbach und der Vogelsangbach den Stuttgarter Talkessel – inklusive Hügel, der zunächst als Reinsburghügel bekannt war.
- Seit dem circa 13. Jahrhundert wurde von diesem Hügel Schilfsandstein abgebaut. Im 19. Jahrhundert endeten die Arbeiten rund um den Steinbruch.
- Ab 1864 baute der Verschönerungsverein Stuttgart e. V. das Areal rund um den historischen Steinbruch zu einem Park um.
- Die Umbenennung des Reinsburghügels in „Karlshöhe“ erfolgte 1889: zum 25-jährigen Thronjubiläum von König Karl.
- Mehr erfahren Sie auf der Website des Verschönerungsverein Stuttgart e. V. unter [www.vsv-stuttgart.de](http://www.vsv-stuttgart.de).

## Tipps und Termine für die Freizeit

22.04.2023

„Science Cypher“: Im Rahmen eines Festivals beleuchten Grafikkünstler, Musiker und Forscher das Spannungsverhältnis zwischen Kunst und Wissenschaft. Darüber hinaus gibt es vielseitige Computersimulationen zu bewundern. Kunstmuseum Stuttgart, [www.kunstmuseum-stuttgart.de](http://www.kunstmuseum-stuttgart.de).

30.04. + 07.05. + 22.06.2023

„Liebe. Was uns bewegt“: Wir alle möchten geliebt werden. Und wir alle haben aus Liebe schon einmal unüberlegt gehandelt. Genau darum geht es im aktuellen Beitrag des Interkulturellen Theaterensembles. Haus der Geschichte Baden-Württemberg, Stuttgart, [www.forum-der-kulturen.de](http://www.forum-der-kulturen.de).

11.-21.05.2023

„1. Stuttgarter Literaturfestival“: Unter dem Titel „Schreiben, während die Welt geschieht“ schafft die Veranstaltung Raum für Begegnungen und Dialoge. Im Fokus stehen unterschiedlichste Werke aus Prosa, Lyrik, Comic und mehr. Kulturamt, Stuttgart, [www.stuttgart.de/kultur/kulturelle-vielfalt/literaturfestival-2023.php](http://www.stuttgart.de/kultur/kulturelle-vielfalt/literaturfestival-2023.php).

21.05.2023

„Frühjahrsflohmarkt“: Auf über 3.000 Frontmetern gibt es wieder die unterschiedlichsten Waren von rund 120 Händlern zu entdecken. Sowohl Groß als auch Klein sind zum Stöbern nach Herzenslust eingeladen. Karlsplatz, Stuttgart, [www.flohmarkt-karlsplatz.de](http://www.flohmarkt-karlsplatz.de).

24. + 25.06.2023

„Kessel Festival“: Die Vorfreude auf die Auftritte internationaler Musiker und Nachwuchskünstler steigt. Sportprogramm zum Zuschauen und Mitmachen, nachhaltiger Übermorgen Markt sowie interaktives Kinder- und Familienprogramm inklusive. Cannstatter Wasen, Stuttgart, [www.kesselfestival.de](http://www.kesselfestival.de).



= kinderfreundlich

## Nicht von der Stange Upside-down-Rhabarberkuchen



Rhabarber ist ein „leichter“ Leckerbissen: Die rot-grünen Stangen bestehen zu 90 Prozent aus Wasser. Die restlichen 10 Prozent haben es allerdings in sich: Sie enthalten vitalisierende Mineralstoffe wie Magnesium, Kalium, Eisen und Phosphor. Dank ihrer reichen Vitamin C- und B-Depots tragen Rhabarberstangen dazu bei, Haut, Haar und Nervenzellen zu stärken – optimal also für einen guten Start ins Frühjahr.

### Zutaten für eine Spring- oder Brownie-Form

Für den Teig:

- 250 g gemahlene Mandeln
- 100 g Mehl
- 150 g Zucker
- 4 Eier
- 1 Bio-Zitrone
- 1 TL Backpulver

Außerdem:

- 500 g Rhabarber
- 25 g Zucker
- 2 EL Butter

### Zubereitung:

- 1) Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Zwei oder drei Rhabarberstangen in 1 cm dicke Streifen schneiden. Die Form mit 2 EL Butter einfetten, besonders großzügig auf dem Boden der Form. Den Zucker darauf verteilen, dann den geschnittenen Rhabarber dicht an dicht hineinlegen. Die Reste vom Rhabarber und die übrigen Stangen fein würfeln, sie werden später unter den Teig gemischt.
- 2) Eier und Zucker mit dem Mixer schaumig schlagen, bis die Masse hellgelb und luftig geworden ist. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Schale und Saft zusammen mit den Mandeln, dem Mehl und dem Backpulver dazugeben. Alles kurz mit dem Mixer verrühren. Zum Schluss den klein geschnittenen Rhabarber unterrühren.
- 3) Den Teig vorsichtig auf dem Rhabarber in der Backform verteilen und glatt streichen. Für etwa 50 Minuten backen (Stäbchenprobe machen!). Sobald der Kuchen aus dem Ofen kommt, die Ränder mit einem Messer von der Form lösen und ihn vorsichtig auf eine Kuchenplatte stürzen. Falls der Rhabarber beim Stürzen in Mitleidenschaft gezogen wurde, kann man die Fehler ganz einfach mit einer Gabel oder den Fingern richten.

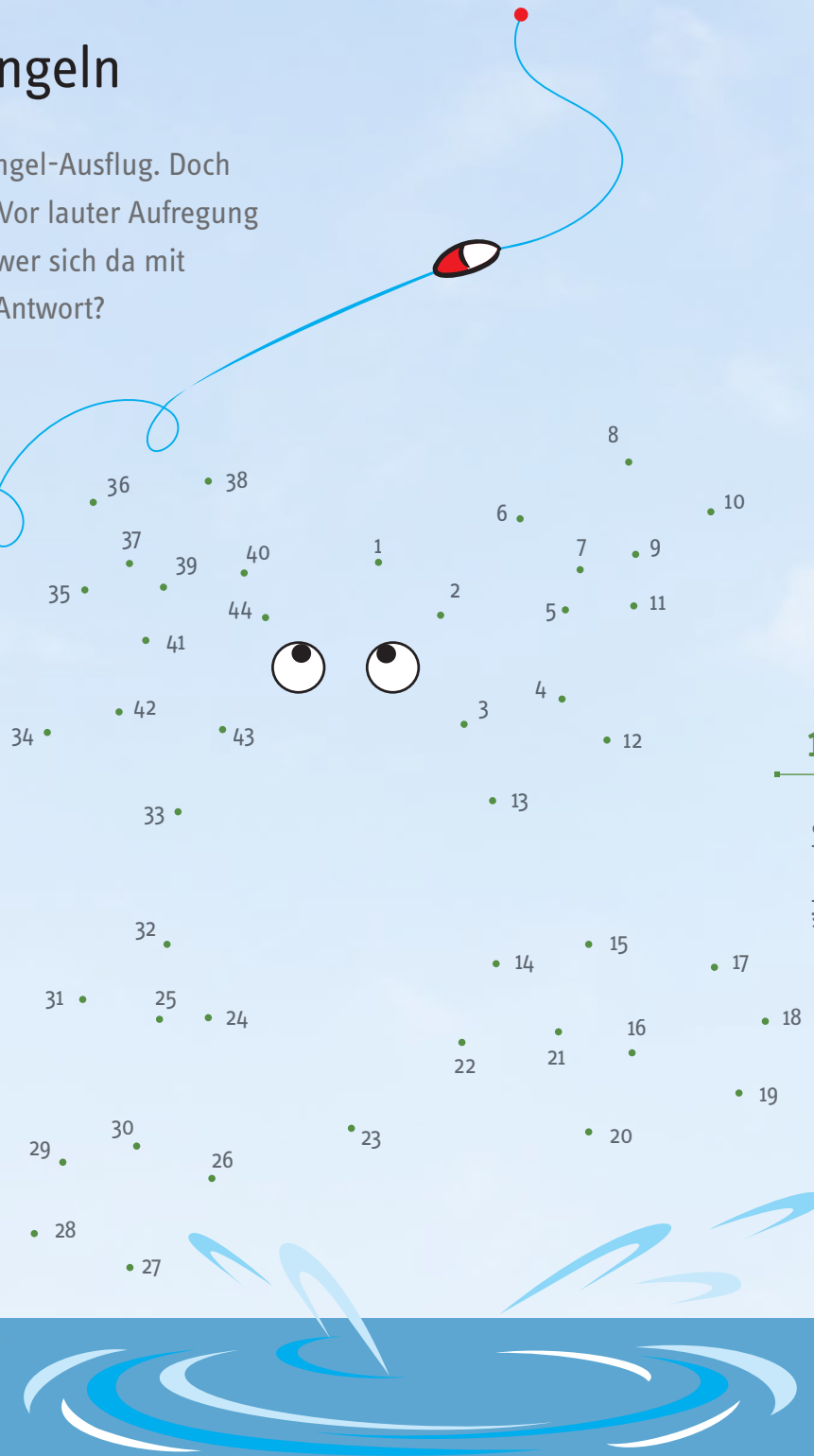
Haben Sie auch  
einen Rezept-Tipp für uns?  
Wir freuen uns auf Ihre Zuschrift  
(per Post oder per E-Mail).  
Vielleicht wird Ihr Lieblingsrezept dann  
schon im nächsten WeitBlick  
veröffentlicht.



## Zahlen-Chaos beim Angeln

Heute macht der kleine Frosch einen Angel-Ausflug. Doch was springt denn da aus dem Wasser? Vor lauter Aufregung erkennt der kleine Frosch nicht gleich, wer sich da mit ihm anfreunden möchte. Weißt du die Antwort?

Verbinde die Punkte an den Zahlen in der richtigen Reihenfolge und finde heraus, welchem Tier der kleine Frosch beim Angeln begegnet!



### Hast du das Rätsel wieder gemeistert?

Super, dann schick die Lösung gleich per Post mit der Antwortkarte oder per E-Mail unter dem Stichwort „Kinderrätsel“ an die Redaktion (Adresse s. Rückseite).

Mitmachen lohnt sich, denn die Chancen auf einen Gewinn sind wirklich gut – versprochen! Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir Warengutscheine.

### Teilnahmebedingungen:

Nur Kinder und Enkelkinder von Mietern und Mitgliedern von 5 bis 14 Jahren. Bitte die Einsendung mit Namen, Adresse und Altersangabe versehen. Die Erziehungsberechtigten der teilnehmenden Kinder erklären sich damit einverstanden, dass die Daten der Kinder (Vor- und Zuname) bei Gewinn in der Mieterzeitung veröffentlicht werden.

Einsendeschluss: 15. Mai 2023



# Mitmachen und gewinnen!

Wer diese Ausgabe aufmerksam durchgelesen hat, kann unsere fünf Rätselfragen sicher mit Leichtigkeit beantworten. Schreiben Sie die Antworten einfach in die dafür vorgesehenen Felder und bilden Sie aus den fünf ausgewählten Buchstaben das Lösungswort. Unter allen Teilnehmern mit der richtigen Lösung verlosen alle WeitBlick-Unternehmen zusammen insgesamt 13 Warengutscheine in Höhe von je 100 Euro.

[1] Als was diente die Karlshöhe früher?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

[2] Unsere innere Uhr wird beeinflusst durch ...?

11	12	13	14	15
----	----	----	----	----

[3] Woraus besteht Rhabarber zum Großteil?

16	17	18	19	20	21
----	----	----	----	----	----

[4] Wer treibt im Jungen Schloss sein Unwesen?

22	23	24	25	26	27	28
----	----	----	----	----	----	----

[5] An welches Gewässer führt uns unsere Leserreise im Mai?

29	30	31	32	33	34	35	36
----	----	----	----	----	----	----	----

6	12	21	24	36
---	----	----	----	----

Schicken Sie Ihre Lösung bitte per Post auf nebenstehender Antwortkarte

oder als E-Mail unter dem Stichwort „Mitmachen und gewinnen“ an [weitblick@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:weitblick@vdk-baugenossenschaft.de). Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder und Mieter der VdK-Baugenossenschaft Baden-Württemberg eG Stuttgart. Der Rechtsweg und die Teilnahme von Mitarbeitern der Genossenschaft sind ausgeschlossen. Wir speichern Ihre personenbezogenen Daten nach Maßgabe des Bundesdatenschutzgesetzes (§ 28) insbesondere Angaben zu Telefon-/Mobilfunknummer und E-Mail-Adresse. Im Falle eines Gewinnes veröffentlichen wir Ihren Vor- und Nachnamen in der nächsten WeitBlick-Ausgabe. Einsendeschluss ist der 15. Mai 2023.



## Geschäftsführende Vorständin

Alexandra Schäfer Tel. 0711 268430-6 [info@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:info@vdk-baugenossenschaft.de)

Leitung Hausbewirtschaftung und Vermietung Böblingen, Heidelberg, Karlsruhe, Kirchheim unter Teck, Mannheim, Nürtingen, Sindelfingen, Walldorf

Oliver Jerabek Tel. 0711 268430-81 [jerabek@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:jerabek@vdk-baugenossenschaft.de)

## Vermietung Stuttgart

Gabriela Beeking Tel. 0711 268430-75 [beeking@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:beeking@vdk-baugenossenschaft.de)

Vermietung Asperg, Gerlingen, Kornwestheim, Ludwigsburg

Lennart Hömme Tel. 0711 268430-78 [hoemme@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:hoemme@vdk-baugenossenschaft.de)



## „WeitBlick“

Magazin der VdK-Baugenossenschaft Baden-Württemberg eG Stuttgart

Herausgeber und Redaktion:

VdK-Baugenossenschaft Baden-Württemberg eG Stuttgart

Urbanstraße 81, 70190 Stuttgart

Tel. 0711 268430-6

[weitblick@vdk-baugenossenschaft.de](mailto:weitblick@vdk-baugenossenschaft.de)

[www.vdk-baugenossenschaft.de](http://www.vdk-baugenossenschaft.de)

Ausgabe 41 | 2023, Auflage: 1.400 Stück

Verantwortlich für den Inhalt:

Alexandra Schäfer

Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise unter: [www.vdk-baugenossenschaft.de/datenschutz](http://www.vdk-baugenossenschaft.de/datenschutz)

Urheberrechtshinweis: Sämtliche Inhalte, Texte, Fotos und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen ohne vorherige schriftliche Genehmigung weder ganz noch auszugsweise kopiert, verändert, vervielfältigt oder veröffentlicht werden.

Bilder: Shutterstock.com: Preisler, naKornCreate, Sina Ettmer Photography, ThePhotoFab, ASTA Concept, Urmosi Levente, Ground Picture, Protasov AN, siamionau pavel, BW Folsom, Julien Tromeur, JackKPhoto, Verzzh, FreshPaint, xenia\_ok, fizkes, Roman Samborskiy

Konzept, Text, Gestaltung und Realisation: stolp+friends Marketinggesellschaft mbH [www.stolpundfriends.de](http://www.stolpundfriends.de)

Druck: Günter Druck GmbH,

Schauenroth 13, 49124 Georgsmarienhütte

Diese Zeitschrift wurde auf hundert Prozent recyceltem Papier umweltgerecht gedruckt.



Urbanstraße 81, 70190 Stuttgart

Tel. 0711 268430-6

[www.vdk-baugenossenschaft.de](http://www.vdk-baugenossenschaft.de)

Öffnungszeiten:

mittwochs: 08:00 – 16:00 Uhr

oder nach Vereinbarung





Kids und Co.

Zahlen-Chaos beim Angeln

Es ist ein weiterer ...

--	--	--	--	--	--	--	--



Rätsel

Mitmachen  
und  
gewinnen!

Das Lösungswort aus den  
fünf Rätselfragen lautet

--	--	--	--	--	--



Geschenkanhänger zum Ausschneiden





# Geschenkanhänger zum Ausschneiden



Absender:

Erwachsenenrätzel: Vorname, Name

Kinderrätzel: Vorname, Name

Alter

Straße

PLZ, Ort

Entgelt  
zahlt  
Empfänger



**Vdk - BAU  
GENOSSEN  
SCHAFT eG**

Deutsche Post   
**ANTWORT**

**Vdk-Baugenossenschaft  
Baden-Württemberg eG Stuttgart  
Urbanstraße 81  
70190 Stuttgart**