Bauen Wohnen Leben®

Menden | Iserlohn | Arnsberg | Lüdenscheid | Dortmund

Ausgabe März 2013

Inhalt:

1 Balkonbepflanzung
Frohe Ostern

2 Frühjahrsaktion Rentner
Gepflegtes Wohnumfeld

3 NEU bei MARKANT:
Ardeyer Landhähnchen
GBS-MARKANT-Kundenkarte

4 Portrait: Manuela Potrafky
Hausratversicherung

5 „Hinterm Garten" in Schwitten
Kinderzimmer ade

6 Frühjahrsputz
Genossenschaftsanteile

7 Frühlingsfit mit AktiVita
Schenken Sie doch mal Fitness!

8 Rezept Rosmarin-Zitronen-Hähnchen
Osterbastelei für Kinder
Osterrätsel

Jetzt die richtigen Balkonpflanzen auswählen:

Ihr grünes Wohnzimmer im Frühling

Die meisten Freiluftpflanzen lassen sich wunderbar in Kübeln oder Töpfen kultivieren und eignen sich deshalb auch ideal für die Balkonbepflanzung.

Woran muss ich denken?

Da der zur Verfügung stehende Raum naturgemäß sehr begrenzt ist, lohnt es sich, möglichst schon vor dem Einkauf festzulegen, welche Grün- und Blühpflanzen für mich und meinen Balkon geeignet sind. Nichts ist für einen passionierten Balkongärtner frustrierender, als wenn die liebevoll gehegten Blumen nicht recht gedeihen wollen und lediglich vor sich hin kümmern.

Denken Sie beim Einkauf auch an die Tragfähigkeit Ihres Balkons. Mit der Bepflanzung von großen Töpfen und Kästen und gemütlichen, schweren Sitzgelegenheiten sind leicht einige zig Kilo extra Gewicht erreicht, die dauerhaft auf die Balkonkonstruktion einwirken.

Welche Pflanze gedeiht wo?

Die erste Frage zum Pflanzplan lautet aber: Zu welcher Himmelsrichtung liegt mein Balkon? Sonnenkinder wie Geranien, Zinnien und Petunien brauchen so viel Licht wie möglich, um gesund zu wachsen und einen reichen Blütenteppich entwickeln zu können; eine Süd- oder Südwestlage wäre ideal. Hier heißt

es dann auch: Gießen nicht vergessen, an heißen Sommertagen sogar zweimal täglich.

Liegt der Balkon Richtung Osten oder Westen, bieten sich Pflanzen an, die mit weniger Sonne zufrieden sind und im lichten Schatten sehr gut zurechtkommen. Dankbare Schattenblüher sind z.B. Fuchsien, Begonien und „Fleißige Lieschen" (Impatiens).

Fortsetzung auf Seite 2

B&S GBS
Wir bauen für Generationen.

„Die GBS / B&S wünscht ihren Mitgliedern, Mietern und Mieterinnen frohe Ostern!"

Fortsetzung von Seite 1

Ein Nord-Balkon ist für den Balkongärtner eine echte Herausforderung, aber auch mit ausdauernden Pflanzen wie Efeu, Hortensie oder Buchsbaum lässt sich ein schönes, grünes Wohnzimmer gestalten. Eine Portion mehr Farbe erhält die Bepflanzung mit bunten Töpfen und ein wenig Zusatz-Dekoration.

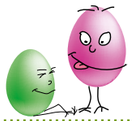
So ist es richtig!
Alle Balkonpflanzen freuen sich über temperiertes Wasser und regelmäßige Düngergaben, denn ausdauerndes Blühen verbraucht viele Nährstoffe.
Farbenfroh und reich bepflanzte Kübel und Balkonkästen sind zweifellos ein echter Blickfang für Bewohner und Passanten und werten das gesamte Gebäude auf. Bitte achten Sie dennoch darauf, dass kein Gießwasser auf den Balkon unter Ihnen fließt oder tropft und zupfen Sie welke Blüten ab, bevor sie nach unten regnen – Ihre Nachbarn werden es Ihnen danken!

Gartenjahr 2013: Helfer gesucht

Gartenarbeit ist gesund und bringt gute Laune

Ein wieder einmal langer und frostiger Winter hat sich verabschiedet. Die Natur erwacht allmählich. Zeit, die Grünanlagen rund um die Immobilien der GBS/B&S in Schuss zu bringen. Schließlich sollen Sie als Mieter und Miteigentümer mit Freude auf eine gepflegte Umgebung schauen können.

Die GBS sucht rüstige Rentner, Hausfrauen, Schüler oder Studenten, die im Frühling und Sommer auf Minijob-Basis die Arbeit des GBS-Gärtnerteams unterstützen. Auch hierfür erhalten Sie nähere Informationen in der Geschäftsstelle.



Richtige Abfalltrennung ist kinderleicht und spart uns allen Geld

Gemeinsam für ein gepflegtes Wohnumfeld

Das Wohnviertel ist unser Lebensmittelpunkt. Hier spielen unsere Kinder, hier finden wir Ruhe nach unserer Arbeit.

Die Mitarbeiter des GBS-Regiebetriebes arbeiten jeden Tag aufs Neue daran, den Mietern der genossenschaftseigenen Wohnanlagen ein schönes und attraktives Umfeld zu erhalten.
Alle Bewohner können sie mit wenig Aufwand darin unterstützen, Verunreinigungen durch achtlos fortgeworfenen Müll einzudämmen.
Saubere Abfalltrennung ist eigentlich kinderleicht und für die meisten seit Jahren eine Selbstverständlichkeit.

Trotzdem finden sich in den gelben Tonnen immer wieder Dinge, die da nicht hingehören.

Hand aufs Herz: Wer schmeißt das da rein?
Was einzelne Mieter unbedacht wegwerfen, schadet im Grunde uns allen. Die Mitarbeiter des Abfallentsorgungsunternehmens prüfen stichpunktartig den Inhalt der gelben Tonnen. Wenn sie darin Restmüll finden, lassen sie sie stehen, ohne sie geleert zu haben.

Das Leeren verunreinigter gelber Tonnen erfolgt über die Sondermüllentsorgung, und die kostet die Mietergemeinschaft viel Geld. Das muss doch nicht sein!

Gelbe Tonne – das kommt rein:

Alle Verpackungen mit dem Grünen Punkt (Duales System Deutschland), und zwar:

- **Geschäumte Verpackungen** aus Styropor, *z.B. Schalen von abgepacktem Obst oder Gemüse*
- **Kunststoffe,** *z. B. Joghurtbecher*
- **Hohlkörper,** *z.B. Flaschen von Weichspülern*
- **Verbundstoffe/ Getränkekartons,** *ein Materialgemisch aus Pappe, Kunststoff und Aluminium, z.B. für Saft oder Milch*
- **Weißblech,** *z.B. Konserven oder Bierdosen*
- **Aluminium,** *z. B. Schraubdeckel oder Deckel von Joghurtbechern*

Ardeyer Landhähnchen neu im Frischfleisch-Angebot

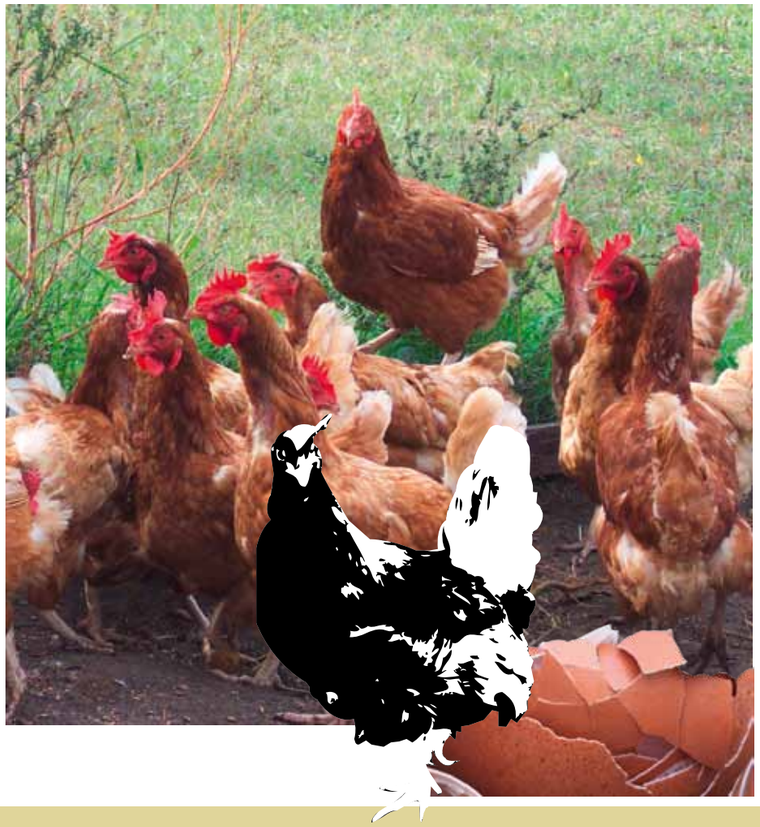
Die „Besseren Hähnchen" jetzt jeden Tag in Ihrem MARKANT-Markt

Ardeyer Landhähnchen
...das bessere Hähnchen!

MARKANT-Kunden legen bei ihrem täglichen Einkauf Wert auf Frische und Qualität. Diesem Wunsch ist die GBS nun ganz aktuell bei der Auswahl ihres Lieferanten für Frischgeflügel nachgekommen. Frische Hähnchen und Co. werden ab sofort aus dem Fröndenberger Stadtteil Ardey vom bäuerlichen Familienbetrieb zur Nieden geliefert. Der in zweiter Generation von Dirk und Sandra zur Nieden geführte Hof steht für eine verantwortungsbewusste, artgerechte und natürliche Tierhaltung.

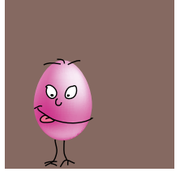
Ohne Gentechnik

Die Ardeyer Landhähnchen haben viel Zeit, um stressfrei aufwachsen zu können und erhalten ausschließlich Futter vom eigenen Feld, ohne gentechnisch veränderte Zusätze und ohne vorbeugende Antibiotika. Außer Hähnchen und Hähnchenteilen werden verschiedene Sorten von hausgemachten Geflügelwurst-Spezialitäten angeboten, die sich allesamt durch außergewöhnlich guten Geschmack auszeichnen. Auf Bestellung erhalten die Kunden des MARKANT-Marktes auch Puten und Enten sowie saisonal Gänse aus Weidehaltung.



Holen Sie sich Ihre ganz persönliche **GBS-MARKANT-** Kundenkarte

Der GBS MARKANT-Markt am Papenbusch bietet den Mitgliedern der GBS ab sofort einen besonderen Service: die GBS-Kundenkarte.
Nachdem Sie einen entsprechenden Antrag ausgefüllt haben, liegt Ihre individuelle Kundenkarte umgehend für Sie bereit.
Auf der Kundenkarte ist außer der Mitgliedsnummer ein Barcode aufgedruckt. Zeigen Sie beim Einkauf an der Kasse des MARKANT-Marktes vor der Buchung Ihre Karte vor, wird mit dem Barcode der Umsatz Ihres aktuellen Einkaufs erfasst. Aus der Summe der Einkäufe über einen bestimmten Zeitraum errechnet sich die Rückvergütung für den Karteninhaber. Dieses Geld wird dem Mieter gut geschrieben.
Falls Ihre Karte einmal zu Hause geblieben ist, reicht es auch aus, der Kassenkraft die Mitgliedsnummer zu nennen, damit der Einkauf Ihrem Kartenkonto angerechnet werden kann.
Mit der Kundenkarte kaufen Sie also nicht nur gut und preiswert ein, sondern erhalten auch noch manchen Euro zurück – sprechen Sie einfach die freundlichen MARKANT-Mitarbeiter an, sie helfen gerne.



Wir stellen vor: Manuela Potrafky

Manuela Potrafky ist den GBS-Mitgliedern ein bekanntes und vertrautes Gesicht. Nachdem die Mendenerin vor mehr als elf Jahren ursprünglich als Mitarbeiterin in der Finanzbuchhaltung bei der Wohnungsbaugenossenschaft angestellt worden war, ist sie nun Assistentin der Geschäftsführung an der Seite von GBS-Vorstand Karl-Heinz Borggraefe. Der Schwerpunkt ihrer Arbeit liegt demzufolge auf der Terminplanung, der Organisation und dem Schriftverkehr nach innen und außen. „Dabei möchte ich aber mein „Steckenpferd“, die Finanzbuchhaltung, nicht missen“, lacht sie.

„Ich mag Zahlen!“

Wichtig ist ihr das aktive Begleiten der Baugenossenschaft wie beim Aufbau des GBS-MARKANT-Marktes. „Ich wohne selbst am Papenbusch und genieße es sehr, meinen Arbeitsplatz, Einkaufsmöglichkeiten und das AktiVita in unmittelbarer Nachbarschaft zu haben. Abgesehen von den kurzen Wegen bin ich so mit vielen Mietern und Kunden der GBS persönlich bekannt. Beruf und Privates mischen sich oft, ein schönes Gemeinschaftsgefühl.“

Wann haben Sie sich zum ersten Mal erwachsen gefühlt?
Ganz erwachsen wird man doch glücklicherweise nie. Ich will mir die Unbeschwertheit und die Offenheit nicht nehmen lassen.

An welchen Geruch Ihrer Kindheit erinnern Sie sich noch heute gerne?
An die ganz spezielle Duftmischung von Leberwurstbroten und Bananen im Kindergarten.

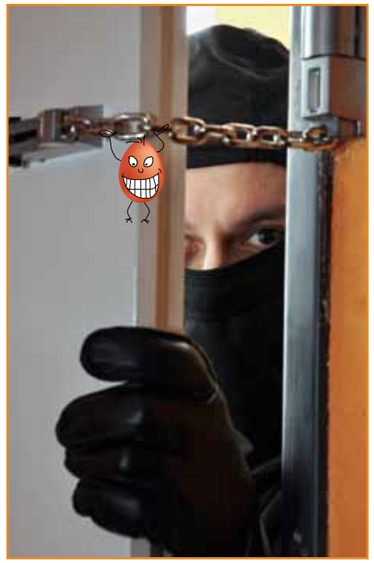
Wenn Ihr Leben ein Film wäre, welchen Titel hätte er dann?
„Ich lasse es zu, dass das Leben auf mich zu kommt.“

Welches Ereignis aus der Vergangenheit hätten Sie gerne miterlebt?
Die Gegenwart ist mir wichtiger; ich schaue nach vorne, nicht zurück.

Was bringt Sie zum Lachen?
Menschen, die mich anlachen.
Ich kann auch gut über mich selbst lachen.

Ärger vermeiden – Hausrat ausreichend versichern

Ist Ihre Hausratversicherung auf dem neuesten Stand?



Schäden an und in der Wohnung – ob gemietet oder Eigentum – sind immer ärgerlich und verursachen bei ihrer Beseitigung meist hohe Kosten. Der finanzielle Schaden lässt sich aber begrenzen oder sogar vermeiden, wenn für den Hausrat eine Versicherung in ausreichender Höhe abgeschlossen wurde.

Die Hausratversicherung ist Ihre Sachversicherung für Einrichtungs-, Verbrauchs- und Gebrauchsgegenstände des Haushaltes. Die Hausratversicherung versichert Schäden, die durch Feuer, Leitungswasser, Sturm, Hagel, Einbruchsdiebstahl, Raub und Vandalismus an Ihrem Hab und Gut entstanden sind.

Die GBS/B&S als Eigentümer der Mietwohnanlagen wird immer schnell und verantwortungsbewusst handeln, wenn es um Schäden an der Bausubstanz geht.

Die damit möglicherweise einhergehenden Schäden am Hausrat gehören dagegen nicht in den Verantwortungsbereich der Genossenschaft.

Der Weg zum eigenen Haus führt über die GBS

„Hinterm Garten“ in Schwitten liegt Ihr Traumgrundstück

Was ist schöner, als die eigenen vier Wände und den passenden Garten rundherum zu gestalten und zu genießen? Eine Mietwohnung kann noch so komfortabel sein, aber nur ein Eigenheim lässt sich genau nach den Vorstellungen seiner Bewohner bauen und einrichten und ist dann ebenso einzigartig wie die Familie, die darin lebt.

Wer noch nach dem richtigen Platz für sein persönliches Traumhaus sucht, wird sicher in Schwitten fündig. Inmitten einer lebendigen Dorfgemeinschaft, mit direkter Anbindung an die Mendener Innenstadt, lässt es sich hervorragend leben. Inzwischen sind gut zwei Drittel der ersten beiden Bauabschnitte vermarktet. Die Bauherren in spe können aber noch unter einer Reihe von unbebauten Grundstücken zwischen 463 und 694 qm Größe auswählen.
Für welches Grundstück sie sich auch immer entscheiden: Eines haben alle gemeinsam: die herrlich ruhige und gleichzeitig infrastrukturell herausragende Lage.

Über die Autobahnen ist es nicht weit zu den großen Ruhrgebietsstädten. Somit ist Schwitten für Berufspendler ein attraktives Pflaster.

„Grundschule und Kindergarten sind fußläufig zu erreichen. Zu den weiterführenden Schulen in Menden bestehen gute Busverbindungen“, unterstreicht GBS-Vorstand Thomas Gerles die Familienfreundlichkeit des Neubaugebietes. „Neben den schön geschnittenen Grundstücken für Einfamilienhäuser bieten wir auch großzügige Parzellen an, die sich bestens für geräumiges Wohnen mehrerer Generationen unter einem Dach eignen.“

„Die GBS hat ein Konzept entwickelt, das auf das Zusammenleben von Jung und Alt ausgerichtet ist“, ergänzt Thomas Gerles.

Unbestritten sind auch die finanziellen Rahmenbedingungen für Bauherren mit niedrigen Kreditzinsen und stabilen Preisen im Bauhauptgewerbe so günstig wie lange nicht mehr. Bauen ist also immer noch bezahlbar und eine Immobilie ist nach wie vor die beste Alterssicherung.

Für einen telefonischen Kontakt sind die Mitarbeiter der GBS
unter 0 23 73 / 96 70 0 erreichbar. Und auch im Internet gibt es weitere Informationen unter: www.gbs-menden.de

Kinderzimmer ade!

Auf eigenen Füßen stehen – mit der GBS/B&S

Klein, aber mein – diesen Wunsch nach einer ersten eigenen Wohnung hegen viele junge Erwachsene. Verständlich, denn irgendwann möchte man ja endlich aus dem Kinderzimmer ausziehen und selbständig leben.

Die eigene Wohnung muss dabei nicht teuer sein: Die GBS/B&S bietet viele Single-Wohnungen in guten Lagen zu attraktiven und sicheren Mietpreisen. Alle Wohnungen werden laufend von den Handwerkern des Regie-Betriebes betreut.

Interessenten erhalten weitere Informationen in der Geschäftsstelle oder unter Telefon 0 23 73 / 96 70 0.

Frühjahrsputz - ist das denn nötig?

Die Frühlingssonne bringt es an den Tag: eine ganze Kolonie von Staubmäusen unter dem Bett, der Staub der Jahrhunderte auf dem Bücherregal - und die Fenster müssten auch dringend wieder geputzt werden.

Über die Hälfte aller Deutschen überkommt auch heute noch jedes Jahr im März/April die Putzwut. Wirklich nötig ist es heute nicht mehr, das sagt jedenfalls der Deutsche Hausfrauenbund. Die Sitte des jährlichen Frühjahrsputzes stammt noch aus der Zeit der offenen Feuer und Kohleöfen. Während der Heizperiode lagerte sich überall Ruß und Staub in der Wohnung ab, dem man dann zu Leibe rückte, wenn die Öfen nicht mehr täglich angeheizt werden mussten.

Auch heute noch ist eine geballte Putzaktion ab und zu nützlich, um wieder mal „Grund reinzubringen", Gardinen zu waschen und die Wintersachen auszusortieren.

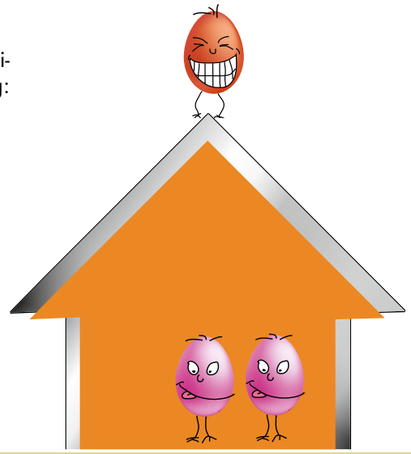
Alles, was Sie für die gründliche und (umwelt-)schonende Reinigung Ihrer vier Wände benötigen, finden Sie selbstverständlich in Ihrem GBS MARKANT-Markt am Papenbusch. Unsere kompetenten und freundlichen Mitarbeiter helfen Ihnen gern bei allen Fragen rund um die richtigen Putzmittel, damit auch Ihre Wohnung frühlingsfit wird.

Mitbestimmung und Sicherheit

Genossenschaftsanteile – Vorteile auf einen Blick

Das Wohnen bei der GBS bedeutet für den Mieter, der auch gleichzeitig Miteigentümer seiner Wohnung ist, ein Plus an Sicherheit, Komfort und Mitbestimmung:

- Miteigentum garantiert Mitbestimmung
- Miteigentum schützt vor Ausverkauf und Eigenbedarfskündigung
- Vielfältiges Wohnungsangebot ermöglicht einen flexiblen Wohnungswechsel
- Individuelle Wohnungszuschnitte bieten Wohnungen für jedes Alter
- Anteile und Mieten werden zur Werterhaltung der Gebäude verwendet
- Mieten bleiben günstig und Wohnraumbedingungen komfortabel
- Moderner Service macht Wohnen angenehm und sorgenfrei
- Eingezahlte Genossenschaftsanteile sind langfristig sicher
- Demokratische Grundsätze sorgen für gleiche Rechte, gleiche Pflichten



Fitness und Gesundheit für jeden Anspruch

Frühlingsfit mit AktiVita

Die Tage werden länger und die höheren Temperaturen bringen es mit der leichteren Kleidung an die Sonne: der Winter und seine Feiertage haben doch die eine oder andere unliebsame Spur an der Figur hinterlassen.

Um schnell und dauerhaft wieder in Form zu kommen, bieten sich die unterschiedlichen Angebote und Kurse in Ihrem AktiVita Fitness Studio am Papenbusch an.

Mit einer Körper-Fitness-Analyse, einem Herz-Kreislauf-Test, einer Körperfettanalyse oder einer Muskelfunktionsdiagnostik behalten Sie jederzeit den Überblick, ob sich das Training gelohnt hat und Sie auf dem richtigen Weg zu Ihrem Fitness-Ziel sind.

AktiVita bietet für jeden Anspruch und alle Zielgruppen die passende Option. Probieren Sie es einfach aus und machen Sie sich frühlingsfit mit Ihrem Fitness Studio am Papenbusch!

Lassen Sie sich von den freundlichen Mitarbeitern von AktiVita in einem persönlichen Gespräch umfassend beraten und wählen Sie gemeinsam mit den erfahrenen Trainern Ihr individuelles Programm aus.

Telefonische Informationen erhalten Sie unter der Nummer 02373 / 170 876.

GBS Wir bauen für Generationen.

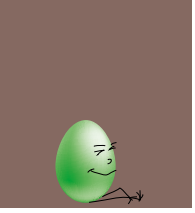
AktiVita

Meine Fitness- und Saunawelt in Menden

Vom „Fitness-Cocktail" über Aquafit, Step-Programme und Rückentherapie stehen unterschiedliche Aktivitäten auf dem täglichen Stundenplan. Ob Pilates, Spinning oder BOP (Beine, Oberschenkel, Po), bei der AktiVita stellen sich die professionellen Trainer auf Ihre persönlichen Vorlieben, Ihre „Problemzonen" und Ihre individuelle Kondition ein.

Fitness ist keine Frage des Alters oder der sportlichen Vorbildung: nach einem ausführlichen Beratungsgespräch samt Gesundheitscheck erhalten Sie einen Trainingsplan, der Sie mit Spaß zum gewünschten Erfolg bringt. Dabei berücksichtigen die AktiVita-Mitarbeiter, ob Sie an Beweglichkeit und Kondition gewinnen wollen oder ob der Schwerpunkt eher auf Gewichtsreduktion oder Muskelaufbau liegt.
Wollen Sie nach einem anstrengenden Tag einfach nur entspannen, haben Sie die Wahl zwischen Sauna, Solarium, Schwimmbereich und den unterschiedlichsten Massagen.

Immer ein schönes Geschenk:
Ein **Gutschein** der AktiVita.
Individuell ausgestellt und unbegrenzt gültig!



Rezept Tipp: Rosmarin-Zitronen-Hähnchen vom Blech

Zutaten für 4 Personen:

1 Ardeyer Landhähnchen, zerteilt
3 Zitronen
2 frische Rosmarinzweige
500 g kleine Kartoffeln
200 g Butter
Honig, Salz, Curry-Pulver,
Pfeffer, Paprika-Pulver

Zubereitung:

Backofen auf 180° vorheizen. Gewürze mit einigen Rosmarinnadeln und ca. 5 EL Honig mischen. Das Fleisch damit großzügig bestreichen und zusammen mit den gedrittelten Zitronen, den kleinen, geputzten Kartoffeln und dem restlichen Rosmarin in eine Fettpfanne legen. Butter in Stückchen darüber verteilen. Alles in den heißen Backofen schieben und in etwa 50 Minuten knusprig braun braten, dabei zwischendurch mit etwas Wasser angießen.

Guten Appetit!

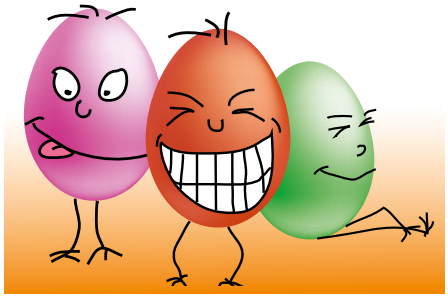
Gewinnen Sie beim Ostereier-Suchspiel!

Viele bunte Ostereier (mit Gesicht!) sind auf den Seiten der BAUEN WOHNEN LEBEN versteckt. Senden Sie uns die richtige Zahl und gewinnen Sie einen dieser attraktiven Preise:

1. Preis: 10er Karte „AktiVita Pro"
2. Preis: 10er Karte Sauna
3. Preis: 10er Karte Cardio-Training und Fitness

Die Preise sind einzulösen bei AktiVita

Nur ausreichend frankierte Postkarten mit vollständigem Absender kommen in die Endziehung.
Die Gewinner werden ausgelost. Telefonnummer nicht vergessen, damit wir Sie über den möglichen Gewinn benachrichtigen können.
Einsendeschluss ist der 14. April 2013.

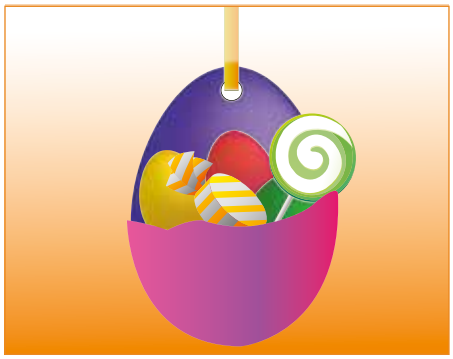


Schicken Sie die Lösung an:
info@gbs-menden.de
oder per Postkarte an:
GBS Wohnungsbaugesellschaft mbH,
Hedwig-Dransfeld-Str. 9, 58708 Menden

Ostertasche – schnell und einfach selbst gebastelt

Material:

Tonkarton,
Filz,
Bleistift und Lineal,
Schere und Klebstoff,
Papierlocher,
Geschenkband



...und so geht`s:

Auf bunten Tonkarton ein Oval zeichnen, etwa 11 cm lang und 8 cm breit, das Ei ausschneiden. Den Umriss der unteren Hälfte auf Filz zeichnen, dabei an den Seiten etwas dazu geben. Das halbe Filz-Ei ausschneiden und so an den Rand der Unterhälfte des Karton-Eis kleben, dass es eine Tasche formt. Das Ei oben in der Mitte lochen und ein Band daran befestigen. Die Ostertasche mit kleinen Süßigkeiten füllen und aufhängen.

Impressum:

Herausgeber: Bau- und Siedlungsgenossenschaft eG, Menden und GBS-Wohnungsbaugesellschaft mbH, 58708 Menden, Hedwig-Dransfeld-Straße 9, www.gbs-menden.de
Redaktion: Kathrin Heckmann
Fotos: papenbusch media GmbH, www.fotolia.de
Verlag, Redaktion, Grafik: papenbusch media GmbH, 58706 Menden, Unnaer Straße 50
Verantwortlich für den Inhalt: Karl-Heinz Borggraefe • Bauen Wohnen Leben® ist die Zeitschrift der GBS und B&S in Menden.

Das Osterlicht ist der Morgenglanz nicht dieser, sondern einer neuen Erde.
(Gertrud von Le Fort)

Schön, hier zu leben!