

WeitBlick

Magazin der GWF Wohnungsgenossenschaft eG

Mit großen Preisen für
kleine Rätselfreunde



Internationale Begegnungen: Die Partnerstädte Stuttgarts

SEITE 5

Begleiten Sie uns
auf der nächsten
WeitBlick-Leserreise

SEITE 11

Ein gesunder Geist
wohnt in einem
gesunden Körper

SEITE 13

Das Welthaus Stuttgart –
Projekte für eine bessere
Welt



Baugenossenschaft
Gartenstadt
Luginsland eG



Baugenossenschaft
Münster
am Neckar eG geg. 1919



BGC.
Baugenossenschaft
Bad Cannstatt eG



GWF
WOHNUNGSGENOSSENSCHAFT

Gut und sicher wohnen



Baugenossenschaft
Neues Heim eG



BAUGENOSSENSCHAFT
FEUERBACH-WEILIMDORF EG
Gut und sicher wohnen



Bauvereinigung Vaihingen/F.
und Umgebung eG



BGZ
Baugenossenschaft
Zuffenhausen eG



Vereinigte Filderbau-
genossenschaft eG



VdK
Baugenossenschaft
Baden-Württemberg eG
Stuttgart



Die
Friedenau



Bau- und
Wohnungsverein
Stuttgart



Editorial

Liebe Mitglieder, Mieter, Partner und Freunde des Hauses,

wir sind Kulturerbe! Am 30. November 2016 beschloss die UNESCO, die „Idee und Praxis der Organisation von gemeinsamen Interessen in Genossenschaften“ in die Liste des immateriellen Weltkulturerbes aufzunehmen. Die Bewerbung zur Anerkennung der „Genossenschaftsidee“ als immaterielles Kulturerbe hatten 2014 die Hermann-Schulze-Delitzsch- und die Friedrich-Wilhelm Raiffeisen-Gesellschaft über die Bundesländer Sachsen und Rheinland-Pfalz eingereicht. Die Marketinginitiative der Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland e. V., in der auch die WeitBlick-Genossenschaften vertreten sind, hatte den Antrag tatkräftig unterstützt. Wir freuen uns über den Erfolg der Bewerbung, die der Genossenschaftsidee international zu mehr Aufmerksamkeit verhelfen wird.

International ist auch das Titelthema dieses WeitBlicks. Wir begeben uns darin auf eine Reise um die Welt und besuchen die Partnerstädte Stuttgarts. Dabei erfahren Sie Interessantes zu den Städten und zum Zustandekommen der Partnerschaften: Mehr ab Seite 6.

Auch eine echte Reise haben wir wieder im Angebot: Zum dritten Mal veranstalten die WeitBlick-Unternehmen einen Tagesausflug für ihre Leser. Der große Zuspruch der Teilnehmer nach den ersten beiden Ausflügen hat uns darin bestärkt, die Leserreise nun regelmäßig zweimal jährlich anzubieten.

Die nächste Tour führt uns auf die Blumeninsel Mainau – mit einem kurzen Abstecher zu einem familiengeführten Obstbaubetrieb in Oberschwaben. Wir freuen uns auf viele Anmeldungen und einen schönen Tag! Mehr erfahren Sie auf Seite 5.

Daneben haben wir wieder eine bunte Mischung aus Information, Unterhaltung und Rätseln für Sie zusammengestellt. Viel Freude beim Lesen und eine schöne Osterzeit wünscht Ihnen

Ihr WeitBlick-Team

Genossenschaften im Mittelpunkt

- 3 Genossenschaften sind Weltkulturerbe
- 3 Neuer Kinospot

Wohnformen und Trends

- 4 Erfahrungsbericht:
Eine Ehrenamtliche in Berlin

Weitblicker unterwegs

- 5 Leserreise nach Mainau und Oberschwaben

Freundschaft ohne Grenzen!

- 6 Internationale Begegnungen:
Die Städtepartnerschaften Stuttgarts

Genossenschaft intern

- 8 Mitgliederversammlung 2017
- 9 Modernisierung in Ostfildern-Ruit
- 10 Neues aus der GWF

Ratgeber und Wohnen

- 11 Ein gesunder Geist wohnt
in einem gesunden Körper

Stuttgart und Region

- 12 Die Schwaben. Zwischen Mythos und Marke
- 13 Welthaus Stuttgart e. V.
- 13 Termine und Tipps für die Freizeit

Wissenswertes

- 14 Gelotologie – Und warum ist Lachen
so gesund?

Kids und Co.

- 15 Was passt hier nicht?

Rätsel

- 16 Knacken Sie das Lösungswort!



Einer für alle, alle für einen Genossenschaften sind Weltkulturerbe



Am 30. November 2016 hat die UNESCO entschieden, die Genossenschaftsidee als immaterielles Weltkulturerbe anzuerkennen. Sie würdigt damit eine Idee, von der 800 Millionen Genossenschaftsmitglieder in über 100 Ländern profitieren.

Die Genossenschaftsidee steht für Selbsthilfe, Selbstverwaltung und Selbstverantwortung innerhalb starker Gemeinschaften. Sie ist ein Modell zur Lösung von Aufgaben und Problemen, die Einzelne nicht lösen können, die sich aber sehr wohl nach dem Motto „Einer für alle, alle für einen“ bewältigen lassen. Mit der Anerkennung als immaterielles Weltkulturerbe rückt dieses Motto noch stärker in den Mittelpunkt des öffentlichen Interesses.

„Die Aufnahme der Genossenschaftsidee mit ihrer über 100-jährigen Tradition in

die Liste des immateriellen Weltkulturerbes unterstreicht, wie wichtig ihre Prinzipien damals wie heute sind“, erklärte Axel Gedaschko, der Präsident des Spitzenverbandes der deutschen Wohnungswirtschaft, GdW, zu dem auch die WeitBlick-Unternehmen gehören.

Wir – die WeitBlick-Wohnungsgenossenschaften – freuen uns über die Anerkennung, die der Genossenschaftsidee mit der Erklärung zum immateriellen Weltkulturerbe zukommt. Wir glauben, dass die Genossenschaftsidee heute aktueller und wertvoller denn

je ist – und hoffen, dass noch mehr Menschen rund um den Globus von ihr profitieren.

Jährliche Information zur Kirchensteuer

Bis zum 30. Juni 2017 können Sie der Übermittlung der Kirchensteuerabzugsmerkmale für die Dividendenzahlung im Jahr 2018 widersprechen, indem Sie beim Bundeszentralamt für Finanzen einen entsprechenden Sperrvermerk beantragen.

Neuer Kinospot der Stuttgarter Wohnungsbaugenossenschaften



Menschen und Familien darauf aufmerksam zu machen, dass auch für sie genossenschaftliches Wohnen viele Vorteile bringt wie beispielsweise: faire Mieten, lebenslanges Wohnrecht und Mitspracherecht bei Entscheidungen.

Egal, ob als Single, als Pärchen oder als Familie, in einer Wohnungsbaugenossenschaft findet jeder die richtige Wohnung. Mit einem neuen 30-sekündigen Kinospot „Wohnungen, die mitwachsen – sicher, fair, flexibel“ werben die Stuttgarter Wohnungsbaugenossenschaften ab dem Frühjahr in Kinos der Region. Der Spot ist auch auf YouTube verfügbar. Ziel der Imagekampagne ist es, junge

Exklusive Kino-Karten zu gewinnen!

Ihre WeitBlick-Genossenschaften verlosen insgesamt mehr als 200 Karten für „TRANSFORMERS – The Last Knight“ (FSK 12 Jahre) in 3D. Der Film wird am Donnerstag, den 22. Juni 2017 zum ersten Mal in deutschen Kinos zu sehen sein. Gewinnen Sie zwei Karten für die exklusive Aufführung nur für Genossenschaftsmitglieder im Kino Metropol – Popcorn und ein Getränk inklusive! **So geht's:** Senden Sie einfach bis zum 5. Mai 2017 die anhängende Postkarte oder eine E-Mail mit dem Stichwort „Transformers“ an Ihre Genossenschaft. Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder der Genossenschaft. Die Gutscheine werden unter allen gültigen Einsendungen verlost, die Gewinner per Post benachrichtigt.



Erfahrungsbericht Eine Ehrenamtliche in Berlin



Frau Brigitte Klein, langjährige Mieterin und Aufsichtsrätin der GWF aus Leinfelden-Echterdingen, hat uns einen Bericht über ihren Berlin-Besuch geschickt. Sie hat in einer Gästewohnung einer Berliner Wohnungsbaugenossenschaft (Berliner Bau- und Wohnungsgenossenschaft von 1892 eG) gewohnt und das genossenschaftliche Wohnen in Berlin gesehen.

4

Gästewohnungen der Wohnungsbaugenossenschaften

Ich hatte das Glück, einer Gruppe anzugehören, die in diesem Jahr zum „Ehrenamtsfest“ des Bundespräsidenten im Schloss Bellevue in Berlin eingeladen war. Das ist ja eine hohe Ehre, allerdings waren die Kosten für Anreise und Unterbringung von jedem selbst zu bezahlen. Nachdem ich mir überlegte, ob mein Interesse und die Gelegenheit, wieder mal nach Berlin zu kommen, mir eine solche Ausgabe wert sind, fiel mir ein, dass es ja auch in Berlin Genossenschaften mit Gästewohnungen gibt. Wir haben also eine Wohnung aus dem Heft „Stadt Land Fluss Meer, Gästewohnungen der Wohnungsbaugenossenschaften Deutschland“ gebucht. Gewohnt haben wir bei der Genossenschaft 1892, die in Berlin-Charlottenburg über 2.000 Wohnungen verfügt. Wir sind mit dem eigenen Auto losgefahren und haben alles recht gut gefunden.

Direkt vis-a-vis von unserem Hauseingang bekamen wir einen Parkplatz, von dem wir uns die fünf Tage nicht weg bewegt haben. Die Wohnung bestand aus einem Schlafzimmer, einem Riesenzimmer mit Ess- und Schlafplatz für mindestens vier Personen und Küche – alles mit netten Ikea-Möbeln eingerichtet und gut ausgestattet.

Da ich seit jeher glaubte, dass Berlin im Krieg nahezu völlig zerstört wurde, haben mich die Gebäude in unserem Stadtteil sehr überrascht. Große Häuser-Vierecke über ganze Straßenzüge aus der Gründerzeit, große Innenhöfe mit Spielplätzen. Außer dieser Genossenschaft befinden sich noch weitere große Verwaltungen anderer Genossenschaften mit den dazugehörigen Wohnungen in dem Viertel. Die Genossenschaften haben Concierge-Büros, die direkte Mieterbetreuung machen –

einschließlich Veranstaltungen, Nachbarschafts-Treffpunkten, Sportgruppen u. v. m.

Dies alles hat mich so beeindruckt, dass ich unbedingt über die gesamte Geschichte der Genossenschaften in Berlin recherchieren will. Ich vermute, dass sie im Zuge der Industrialisierung und des ständigen Zuzugs riesige Flächen aufgekauft und mit gesunden Wohnungen bebaut haben. Denn mit den „Mietskasernen und Elendswohnungen“, die wir besonders aus der Beschäftigung mit „Vater Zille“ und Käthe Kollwitz kennen, hat das nichts zu tun.

Wir waren also sehr beeindruckt. Zuhause habe ich im Internet über das Genossenschaftswesen in Berlin und besonders über die „1892“ recherchiert.



Tagesausflug nach Mainau und Oberschwaben Entdecken Sie mit uns die Blumeninsel im Bodensee!

Die Insel Mainau im Bodensee ist zu jeder Jahreszeit ein beeindruckendes Naturerlebnis – besonders jedoch im späten Frühjahr, wenn die Blumeninsel ihrem Namen alle Ehre macht. Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm mit einer spannenden Führung und viel Zeit für gemütliches Beisammensein.

Das ist das Programm:

7.00 Uhr: ZOB S-Zuffenhausen,

7.30 Uhr: Bahnhof Bad Cannstatt,

8.00 Uhr: Busbahnhof in S-Degerloch:

Abfahrt des modernen Fernreisebusses Richtung Oberschwaben, unterwegs Kaffeepause mit Brezeln und Sekt

11.00 Uhr: Ankunft auf der Insel Mainau

11.30 Uhr: Führung „Insel Mainau – Erlebnis der 4 Jahreszeiten“
Auf einem facettenreichen Rundgang erfahren Sie Wissenswertes zur Geschichte und Botanik der Insel und zur Familie Bernadotte, welche die Insel seit fast hundert Jahren prägt.

13.00 Uhr: Erkunden Sie die Insel auf eigene Faust
Entdecken Sie das tropische Schmetterlingshaus, die Saisonalen Gärten oder genießen Sie eines der zahlreichen gastronomischen Angebote.

15.30 Uhr: Bustransfer nach Dingelsdorf

15.45 Uhr: Bauernvesper im Fuchshof
Der Obstbaubetrieb auf dem Bodanrück ist seit drei Generationen in Familienbesitz. In der wunderbaren Atmosphäre der hofeigenen Besenwirtschaft erwartet uns ein reichhaltiges Bauernbuffet mit vielen frischen Produkten aus dem eigenen Anbau. Ein absolutes Highlight ist das liebevoll zubereitete Brot aus der Hofbackstube. Komplettiert wird das kulinarische Vergnügen durch drei verschiedene Sorten des hervorragenden selbst produzierten Mosts.

17.30 Uhr: Rückfahrt nach Stuttgart
Ankunft an den Abfahrtsorten zwischen 20.00 und 21.00 Uhr



Das ist inklusive:

- Fahrt im modernen Reisebus mit Vollausrüstung
- Kleines Frühstück mit Brezel, Sekt und Kaffee
- Eintritt für die Insel Mainau
- Führung „Insel Mainau – Erlebnis der 4 Jahreszeiten“
- Bauernvesper, inkl. Wasser und Most
- Reiseleitung, Reiseunterlagen

Preis: 59 Euro pro Person

Fahren Sie mit!

Melden Sie sich am besten gleich an:
Frank Rissmann
Cool-Tours Gruppenreisen
Echazstr. 13, 70376 Stuttgart-Münster
Tel. 0711 550422-441
Fax 0711 550422-599

Mindestteilnehmerzahl:
25 Personen



Freundschaft ohne Grenzen!



Internationale Begegnungen: Die Städtepartnerschaften Stuttgarts



Die ersten Städtepartnerschaften wurden geschlossen, um die Versöhnung der Völker nach dem Zweiten Weltkrieg zu fördern. Inzwischen dienen sie der Völkerverständigung insgesamt – und nicht zuletzt der wirtschaftlichen Vernetzung.



St. Helens/ England

Beginnen wollen wir die Reise

bei unserer ältesten Partnerstadt. Kurz nach dem Zweiten Weltkrieg besuchte der Oberbürgermeister von St. Helens aus dem Nordwesten Englands Stuttgart – als erstes britisches Oberhaupt einer Stadt. Er war erschüttert, wie zerstört Stuttgart war und bot spontan die Lieferung von Fensterglas an, denn St. Helens war damals – wie heute – ein Zentrum der englischen Glasherstellung. Diese Geste war der erste Schritt zu der bis heute anhaltenden Partnerschaft. Sie gehört übrigens zu den zehn ältesten Städtepartnerschaften in Europa überhaupt.



Cardiff/ Wales

1955 folgte das zweite Bündnis

mit dem im Süden von Wales gelegenen Cardiff. Die Hafenstadt kann auf eine lange Geschichte zurückblicken: Die Römer errichteten hier schon im Jahr 75 eine Festung. Während der industriellen Revolution stieg der Hafen zum weltweit bedeutendsten Umschlagplatz für Kohle auf. Dank

nachhaltiger Wirtschaftsförderung hat sich die Hafenstadt mittlerweile in ein modernes Dienstleistungszentrum entwickelt – außerdem ist Cardiff seit über 60 Jahren die Hauptstadt von Wales.



St. Louis/ USA

Von Großbritannien geht es

auf die andere Seite des Atlantiks: in den Mittleren Westen der USA. Einst gründeten französische Pelzhändler die Stadt im Bundesstaat Missouri. Architektonisch prägend für die Stadt ist heute ein einzigartiger, knapp 200 Meter hoher Torbogen. Eine Reise wert sind auch die Raddampfer, die von St. Louis aus täglich den Mississippi befahren. Die Partnerschaft kam übrigens auch dadurch zustande, dass seit 1830 viele Deutsche auf dem Weg in den „Wilden Westen“ in die Stadt kamen und dort blieben – ihre Nachfahren interessierten sich besonders für den Austausch mit der „alten Heimat“.



Straßburg/ Frankreich

Den nächsten Halt machen wir

im Elsass. Vor rund 2.000 Jahren ver-

wandelten die Römer ein Fischerdorf am Rheinufer in ein befestigtes Feldlager – mittlerweile zählt Straßburg über 270.000 Einwohner und beherbergt zahlreiche europäische Behörden. Das eintürmige Münster im Herzen der Stadt galt im Mittelalter als das höchste Gebäude der Welt und zählt bis heute zu den bedeutendsten Kathedralen Europas. Auch die malerische Altstadt um das Gotteshaus lädt zum Verweilen ein.



Mumbai/ Indien

Viele tausend Kilometer

entfernt liegt die 15-Millionen-Einwohner-Metropole Mumbai (bis 1996 Bombay) – eine der größten Städte der Welt. Die Stadt ist das Zentrum des wirtschaftlichen Aufschwungs Indiens. Textilien, Elektronik und Chemikalien werden hier produziert. Berühmt sind zudem die Bollywood-Filme. Zahlreiche Theater, Museen und Galerien gibt es zu bestaunen. Am beeindruckendsten ist wohl das für unsere Verhältnisse unglaubliche Durcheinander und Miteinander der Kulturen auf engstem Raum: Marathi ist die häufigste Muttersprache – wird aber nur von rund 38 Prozent der Einwohner gesprochen.



Stuttgart ist in dieser Hinsicht sehr aktiv: Es schloss die erste Partnerschaft bereits im Jahr 1948 und pflegt mittlerweile Bündnisse mit zehn Städten auf vier Kontinenten. Begeben Sie sich mit uns auf Entdeckungstour!



Kairo/ Ägypten

Mit Kairo zählt eine weitere

Mega-Metropole mit über zehn Millionen Einwohnern zu den Partnerstädten Stuttgarts. Die Stadt selbst ist relativ jung – sie wurde 969 von einem Feldherrn gegründet. Doch nur wenige Kilometer vom Kairoer Zentrum entfernt liegen die weltberühmten Pyramiden und die Große Sphinx von Gizeh. Diese zählen zu den ältesten noch erhaltenen Bauwerken der Menschheit. Gemeinsam mit zahlreichen Museen erinnern sie an die bewegte Geschichte der Ägypter. Bei einem Bummel über Kairos bunte Basare duften frische Gewürze, während Händler ihre kostbaren Antiquitäten und Stoffe preisen.



Menzel Bourguiba/ Tunesien

Von der Großstadt

geht es weiter in das beschauliche Menzel Bourguiba. Während der Kolonialzeit diente die Stadt im Norden Tunesiens als französischer Kriegshafen. Heute ist Menzel Bourguiba ein Industriestädtchen mit 65.000 Einwohnern. Doch Naturfreunde aufgepasst:

Ganz in der Nähe liegt der Ichkeul-Nationalpark. Besucher können hier verschiedenste Tier- und Pflanzenarten um den Ichkeul-See bestaunen, den die UNESCO 1980 zum Weltnaturerbe ernannt hat.



Lodz/Polen

„Theo, wir fahr'n nach Lodz“ heißt es im Schla-

ger von Vicky Leandros – und auch wir machen unseren nächsten Stopp in der 700.000 Einwohner zählenden Stadt. Diese entwickelte sich im 19. Jahrhundert zum „polnischen Manchester“ und ist bis heute das Zentrum der polnischen Textilindustrie. Im Herzen der Stadt liegt die Piotrkowska Straße mit ihren unzähligen Kneipen, Restaurants, Sehenswürdigkeiten und Geschäften. Ganze sieben Kilometer ist die Straße lang – und damit die längste dieser Art in Europa. Aber keine Angst: Dank Rikschas können auch größere Distanzen problemlos überwunden werden.



Brünn/ Tschechien

Mit 390.000 Einwohnern ist Brünn

die zweitgrößte Stadt Tschechiens.

Einzigartig ist das im Avantgarde-Stil erbaute Messegelände aus den 1920er-Jahren, das Brunn in eine internationale Messestadt verwandelt hat. Einen Besuch lohnt auch die Festung Spielberg, die wechselnde Ausstellungen und ein einzigartiges Panorama bietet. Bemerkenswert: Brünn organisierte 2015 einen 30 Kilometer langen Marsch im Gedenken an die Deutschen, die 1945 bei der brutalen Vertreibung aus der Stadt gestorben waren. Damit setzte die Stadt ein starkes Zeichen der Versöhnung.



Samara/ Russland

Den letzten Halt auf unserer

kleinen Weltreise machen wir in Samara. 1992 besiegelte Stuttgart die Partnerschaft mit der am linken Wolgaufer liegenden Stadt. Im 16. Jahrhundert gegründet, ist Samara mit über einer Million Einwohnern heute die sechstgrößte Stadt Russlands und einer der bedeutendsten Industriestandorte des Landes. Besonders die Luft- und Raumfahrtindustrie sind hoch entwickelt. Zu den touristischen Attraktionen der Stadt zählen die Oper, diverse Museen und die kilometerlange Wolgapromenade mit ihren vielen Stränden.



Alle Jahre wieder – Einladung zur Mitgliederversammlung



Unsere Mitgliederversammlung findet am Dienstag, den 9. Mai 2017 in der Filderhalle in Leinfelden-Echterdingen statt. Wir laden Sie herzlich ein, sich aktiv einzubringen und mitzubestimmen. Ein wichtiger Tagesordnungspunkt sind die Wahlen in den Aufsichtsrat. Zur Wiederwahl stellen sich die beiden Aufsichtsratsmitglieder Frau Martina de la Rosa und Herr Andreas Strobel. Die Einladung mit der Tagesordnung wird Ihnen rechtzeitig vor der Mitgliederversammlung noch zugehen.



Martina de la Rosa Andreas Strobel

Auch dieses Jahr haben wir wieder ein ganz spezielles Unterhaltungsprogramm. Diesmal wird Sie Alexander Farrelli verzaubern – im wahrsten Sinne des Wortes.



GWf-Mieter von ihrer besten Seite

In der letzten Ausgabe des WeitBlicks haben wir über die Fotoaktion berichtet. Hier zeigen wir schon einmal eine kleine Auswahl. Die komplette Bildersammlung erhalten Sie demnächst.



Energetische Modernisierung, Balkonanbauten und Dachausbau in Ostfildern-Ruit

Unser 4-Familien-Wohnhaus in der Straße Am Klebwald in Ostfildern-Ruit (Baujahr 1930) wurde bis Anfang März 2017 saniert. Gleichzeitig wurde durch den Ausbau des Dachgeschosses neuer Wohnraum geschaffen. Es wurden zudem Dachgaupen und eine Loggia eingebaut und damit das Dach komplett erneuert.



Am Klebwald: Vor der Modernisierung



Am Klebwald: Nach der Modernisierung

Wir konnten das Dach innerhalb einer Woche abbauen und einen regensicheren Dachstuhl aufstellen. Das war notwendig, da alle Maßnahmen im bewohnten Zustand durchgeführt wurden: Insbesondere damit die obersten Geschosse nicht zu lange ohne dichte Hülle auskommen mussten.

Die energetische Sanierung beinhaltet das Dämmen der Außenfassade und der Kellerdecke, den Einbau von dreifach verglasten Fenstern und einer innovativen Zentralheizung als eine

gekoppelte Kombination aus Gasbrennwert-Therme (konventionelle Technik) mit einer Luft-Wasser-Wärmepumpe (erneuerbare Energie). Zusätzlich wurden in den Wohnungen dezentrale Frischwasserstationen eingebaut, damit die Energieverluste durch den Transport der Wärme vom Keller bis in die Wohnungen minimiert und das Entstehen von Legionellen verhindert werden.

Darüber hinaus wurden an vier Wohnungen große Balkone angebaut, das

Eingangsvordach, die Hauseingangstür, die Außenbeleuchtung und die Briefkastenanlage erneuert. Mit den hier ausgeführten Modernisierungsmaßnahmen ist das Haus energetisch auf einen Stand gebracht worden, der konventionelle Neubauten sogar noch übertrifft.

An dieser Stelle bedanken wir uns herzlich für die Geduld der Mieter. Eine solche Maßnahme kostet immer viel Kraft und Nerven. Am Ende wird man aber mit dem gelungenen Ergebnis belohnt.

Herzlichen Glückwunsch!

Unsere Gewinnerin der letzten WeitBlick-Ausgabe ist Sibylle Günther aus dem Ehrlichweg in Stuttgart-Fasanenhof. Sie setzte das Lösungswort BILANZ richtig zusammen und darf sich über einen Müller-Gutschein im Wert von 100 Euro freuen.

Glück hatte auch Simon Dengler aus der Kelterstraße in Stuttgart-Heslach. Er fand die Lieblingsspeise des Eichhörnchens heraus (HASELNUSS) und wurde mit einem Media-Markt-Gutschein über 30 Euro belohnt.

Winter-Grillen in der Libanonstraße

Am 4. Februar feierten unsere Mieter in der Libanonstraße 37 – 41 ein winterliches Grillfest. Eine schöne Gelegenheit, Nachbarn bei Glühwein und gegrillten Würstle besser kennenzulernen und gemeinsam zu feiern.



Wenn Sie ein Mieterfest organisieren möchten – ob im Sommer oder Winter: Sprechen Sie uns an!

Die GWF beteiligt sich gern mit einem Zuschuss an der kulinarischen Versorgung. Schließlich liegt uns an einem guten Zusammenleben in den Nachbarschaften – und was trägt dazu mehr bei als ein kleiner Plausch in entspannter Runde? Rufen Sie einfach an.





Die GWf ist nun elektrisch mobil

Auf unserer Internetseite haben wir Sie bereits informiert: Unser neuestes Poolfahrzeug ist ein Elektroauto. Damit sind wir ohne CO₂-Ausstoß unterwegs und auch Fahrverbote bei hoher Feinstaubbelastung können uns jetzt nicht mehr aufhalten.

Mit unserem neuen Renault ZOE wollen wir testen, ob und inwieweit sich die Elektromobilität in der Praxis bewährt. Da unser Bestand sich auf mehrere Regionen in Baden-Württemberg ver-

teilt, ist es uns wichtig, dass wir mit den Reichweiten und dem Ladestationsnetz zurechtkommen.

Für unsere Mitarbeiter ist die Umstellung noch etwas ungewohnt („Wo sind die Ladestationen? Reicht die Restladung?“). Doch die Angst davor, dass die Stromladung nicht ausreicht, ist eine reine Kopfsache. Liegegeblieben sind wir jedenfalls noch nie und insgesamt sind wir bisher ausgesprochen zufrieden mit dem Fahrzeug.



Unser neuer ZOE gegenüber der Geschäftsstelle in der Albstraße 60 in Degerloch

Schlagerparty im Wohncafé Fasanenhof

Für die Besucher unseres Wohncafés im Fasanenhof gab es Ende des letzten Jahres ein besonderes Schmankerl: Peter Anders hat bei unserer Schlagerparty live gesungen. Hits wie „Aber bitte mit Sahne“, „Ein ehrenwertes Haus“ und „Ich will immer wieder dieses Fieber spür'n“ erfüllten das



Wohncafé im Ehrlichweg 21 D. Passend zur Siebzigerjahre-Musik gab es Toast Hawaii, Eiersalat, Eierlikörbowl und Götterspeise. Die Stimmung war so gut, dass die Besucher sogar Polonäse durchs Wohncafé tanzten. Es wird bestimmt eine Wiederholung geben. Wir freuen uns darauf!

10

Neues aus der GWf



Mitmachen und gewinnen!

Nutzen Sie Ihre Chance auf zwei exklusive Karten für „Transformers – The Last Knight“: Senden Sie einfach die beiliegende Postkarte an unsere Geschäftsstelle oder schicken Sie eine E-Mail mit dem Stichwort „Transformers“ an info@gwf-stuttgart.de. Weitere Informationen auf Seite 3.

Lebendiger Adventskalender im Wohncafé

Am 1. Dezember 2016 war das Wohncafé der GWf für das Adventsfenster des „Lebendigen Adventskalenders“ zuständig. Dafür haben Ehrenamtliche sowie Mitarbeiter der Quartiersarbeit von Pasodi kräftig gebastelt. Das Ergebnis konnte sich sehen lassen. Die Enthüllung des Fensters mit Apfelpunsch und Zwiebelkuchen war gut besucht.





Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper

Insbesondere in der zweiten Lebenshälfte ist es wichtig, seinen Körper gesund und fit zu halten. Mit dem speziell für ältere Menschen entwickelten Programm „Fünf Esslinger“ gelingt das spielend und ohne großen Aufwand. Was man dazu benötigt? Lust an der Bewegung!

Sportübungen gibt es zahlreiche und jede soll stets neuer, schneller und besser sein, dabei geht es auch bedeutend einfacher, wie die sogenannten „Fünf Esslinger“ zeigen. Die speziell für ältere Menschen entwickelten Übungen zielen auf die bekannten Altersproblematiken ab. Daher steht der Erhalt von Muskeln und Knochen im Vordergrund, auch um Stürze und Knochenbrüche zu vermeiden.

Entwickelt wurde das Programm in den Aerpah-Kliniken Esslingen-Kennenburg und Ilshofen. In den vor allem auf Altersmedizin spezialisierten Kliniken erarbeitete man gemeinsam mit zahlreichen Mitarbeitern die „Fünf Esslinger“ und erforschte ihre Effekte in wissenschaftlichen Studien mit Freiwilligen von 50 bis 88 Jahren.

Ein besonderer Vorteil der Übungen ist, dass sie individuell an die unterschiedlichen Bedürfnisse angepasst werden können. Die Anzahl der Wiederholungen kann beispielsweise vorsichtig gesteigert oder auch herabgesetzt werden. Wer seinem Körper etwas Gutes tun will, sollte sich unbedingt an die Anleitungen halten und die einzelnen Übungen sauber ausführen. Dabei muss man immer auch auf die Signale des eigenen Körpers achten und bei Schmerzen einen Arzt aufsuchen. Die „Fünf Esslinger“ sind ein muskuläres Programm, das durch weitere Maßnahmen für eine bessere Ausdauer ergänzt werden kann und sollte.

Integrieren Sie diese Übungen in Ihren Alltag und haben Sie Spaß an der Bewegung – denn ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper!

Fit und mobil mit den „Fünf Esslingern“



1. Balance zur Seite und auf einem Bein

Zunächst mit Festhalten, anschließend freihändig, wird ein Fuß hochgehoben und mit zunehmender Balance bis zu zehn Sekunden lang gehalten. Danach Wechsel auf das andere Bein.



2. Dehnung

Die Füße stehen hüftbreit. Sie beugen sich langsam seitwärts, so dass die Hand am Oberschenkel entlang gleitet. Etwa acht Sekunden halten und zur anderen Seite wechseln.



3. Auf der Stelle wippen

Sie stehen aufrecht, die Füße schulterbreit auseinander und wippen hundertmal locker und gleichmäßig in den Knien.



4. Kraft von Beinen, Hüfte und Rumpf

Langsames Hinsetzen und Aufstehen (je vier Sekunden) aus einem Stuhl mit der Standardhöhe 45 cm – wenn möglich ohne Armeinsatz. Anfangs fünfmal, dann auf zehnmal steigern.



5. Kraft von Armen und Rumpf

Die Fußspitzen stehen rutschfest auf dem Boden. Sie lehnen sich schräg vorwärts gegen eine Wand und beugen und strecken die Arme langsam.



Die Schwaben. Zwischen Mythos und Marke

Schwaben sind sparsam, ordnungsliebend und erfinderisch – so lauten einige gängige Klischees. Doch stimmt das überhaupt? Die Große Landesausstellung „Die Schwaben. Zwischen Mythos und Marke“ im Alten Schloss Stuttgart geht diesen und weiteren Vorurteilen auf den Grund. Noch bis zum 23. April können Sie die Bewohner des Ländles in all ihren Facetten erleben.

Bewundert, gefürchtet und manchmal auch verspottet: Seit fast 2.000 Jahren sorgen die Schwaben für reichlich Gesprächsstoff. Daher widmet das Landesmuseum Württemberg den berühmtesten Schwaben nun eine Sonderausstellung im Alten Schloss. Über 300 faszinierende Objekte vermitteln die Vielfalt der schwäbischen Kunstgeschichte und Alltagskultur.

Vom Stammesvolk zum modernen Trendsetter

Die Geschichte der Schwaben geht zurück auf eine alte germanische Stammesgruppe: die Sueben. Viele hundert Jahre später läuteten die Stauer eine kulturelle Blütezeit im Schwabenland ein. Unter der Dynastie, die mehrere Kaiser stellte, wuchsen viele schwäbische Städte zu bedeutenden Metro-

polen heran – mancher spricht gar vom „schwäbischen Zeitalter“. In den Augen von einigen ist dieses noch nicht vorbei: Die Region hat seit der Industrialisierung zahlreiche Innovationen in Technik und Kultur hervorgebracht, die die Welt bis heute bewegen.

Spätzle, Kehrwoche und Kommissar Bienzle

In der Sonderausstellung „Die Schwaben. Zwischen Mythos und Marke“ können Sie all diese Epochen hautnah erleben. Bedeutende, mittelalterliche Kunstwerke, feine Goldschmiedearbeiten und Industrieprodukte demonstrieren die Entwicklung des Ländles und seiner Bewohner. Doch auch der Alltag und wohlbekannte Klischees werden berücksichtigt. Sind die Schwaben tatsächlich so fleißig, ordnungsliebend

und putzwütig wie häufig vermutet? Sind Spätzle und Kehrwoche wirklich schwäbische Erfindungen? Die Große Landesausstellung untersucht die Vorurteile auf ihren Wahrheitsgehalt – mit teils überraschenden Antworten. So viel sei verraten: Viele Klischees entstanden erst durch die Medien und pfiffige Geschäftsleute!

Schauen Sie vorbei!

Durch einen Besuch im Alten Schloss werden Sie zum Schwaben-Experten. Die Ausstellung ist bis zum 23. April dienstags bis donnerstags von 10 bis 17 Uhr und freitags bis sonntags von 10 bis 19 Uhr geöffnet. Der Eintritt beträgt 13 Euro für Erwachsene und 3,50 Euro für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 18 Jahren. Weitere Informationen unter www.landmuseum-stuttgart.de.



Das Welthaus Stuttgart – Projekte für eine bessere Welt

Als 2013 am Charlottenplatz 17, im Alten Waisenhaus, Flächen frei wurden, gründeten mehrere zivilgesellschaftliche Akteure den Verein Welthaus Stuttgart e. V. Sie wollten den Raum für Projekte im Sinne der globalen Gerechtigkeit nutzen. Seit gut drei Jahren finden dort Workshops und Info-Veranstaltungen statt.

Gelegenheitsbesucher dürften vor allem die kulinarischen Angebote interessieren.



Das Welthaus und seine Angebote im Überblick.

Der Mitte 2013 gegründete Welthaus Stuttgart e. V. ist ein Zusammenschluss aus über 20 Vereinen und Organisationen aus den Bereichen Völkerverständigung, Umwelt- und Entwicklungspolitik. Gemeinsam setzen sie sich für globale Gerechtigkeit, nachhaltige Entwicklung und friedliches interkulturelles Zusammenleben ein.

Das Welthaus Stuttgart in den Räumen des Alten Waisenhauses dient als Treffpunkt, Lernort und Forum für Fragen der globalen Entwicklung. Die Räumlichkeiten am Charlottenplatz sind nicht zufällig gewählt: Sie befinden sich im ehemaligen „Haus des Deutschtums“ und in unmittelbarer Nähe zum ehemaligen Gestapo-Hauptquartier.

Weltcafé, Globales Klassenzimmer und Weltladen

Das Weltcafé dient als Treffpunkt und bietet ein breites Veranstaltungsangebot von Weltmusik bis hin zu Ausstellungen. Für das leibliche Wohl sorgen Kuchen, herzhaftes Kleinigkeiten und internationale Tagesangebote, dazu gibt es öko-

logisch angebaute und fair gehandelte Getränke aus der Region.

Im Globalen Klassenzimmer können Schulklassen und Gruppen aller Altersklassen verschiedenste Bildungsangebote in Anspruch nehmen. Beispielsweise geben ehemalige Fachkräfte aus der Entwicklungszusammenarbeit Antworten auf Fragen wie: „Welchen Weg hat meine Jeans zurückgelegt?“ „Wie meistern Kinder in Kriegsgebieten ihren Alltag?“ oder „Wie kann ich meinen ökologischen Fußabdruck verringern?“ Zum globalen Klassenzimmer gehören auch zwei Büros für zivilgesellschaftliche Initiativen („WeltWerkstatt“).

Der Weltladen ist die dritte Säule des Welthauses. Dieser versteht sich als Angebot an die Besucher des Hauses, fairer zu konsumieren. Der Weltladen wird als gGmbH (gemeinnützige GmbH) geführt – ist also nicht profitorientiert. Weitere Informationen zum Welthaus Stuttgart und das Veranstaltungsprogramm finden Sie unter www.welthaus-stuttgart.de.

Termine und Tipps für die Freizeit

22.04.2017, 15.00 – 17.30 Uhr

„Dichter und Gärten“, ein literarischer Streifzug durch Stuttgarter Dichtergärten um 1800, Treffpunkt: Hohenheimer Straße, U-Bahn-Haltestelle „Dobelstraße“ (stadtauswärts), Stuttgart

25.04. und 20.06.2017,
10.30 – 11.15 Uhr



„Banane und Peperoni auf dem Weg zum Zirkus“, Clownstheater zum Mitmachen und Mitlachen, Kulturkabinett KKT Kissinger Straße 66, Stuttgart

06.05.2017

„Run up & AOK-StäffeleWalk 2017“, der Run up und der StäffeleWalk werden zeitgleich und im Rahmen einer Kooperation des Amts für Sport und Bewegung der Landeshauptstadt Stuttgart und der AOK Stuttgart-Böblingen veranstaltet, Gastgeber ist der ASV Botnang, Furtwänglerstraße 122, Stuttgart

20.05. und 17.06.2017

„Improvisationstheater Ohne Gewähr“, nichts ist geprobt, alles ist möglich – Impro-Theater ist Mitmachtheater: spontan, witzig, schnell. Das Publikum ist der Regisseur. Gastspiel im ABV-Zimmertheater, Heusteigstraße 45, Stuttgart

02. – 05.06.2017

„SWR Sommerfestival 2017“, alle SWR-Programme präsentieren sich bei freiem Eintritt mit Workshops, Mitmach-Aktionen und Live-Musik. Abends geht die Party auf der großen Festivalbühne weiter, Schlossplatz, Stuttgart

bis 28.12.2017,
jeweils freitags 14.00 – 18.00 Uhr



„ComputerSpielSchule Stuttgart“ bietet ein Angebot zur Erhöhung der Medienkompetenz, Kinder, Jugendliche und Erwachsene können Erfahrungen in der Welt der Online-, Computer- und Videospiele sammeln und reflektieren, Landesmedienzentrum Baden-Württemberg (LMZ), Stadtmedienzentrum Stuttgart, Rotenbergstraße 111, Stuttgart



GE|LO|TO|LO|GIE, die; <griech.>

Und warum ist Lachen so gesund?

14

Lachen ist die beste Medizin

Wie bereits das Sprichwort „Lachen ist gesund“ zeigt, gilt das Lachen als heilend und gesundheitsfördernd – doch warum ist das so? Nicht verwunderlich, dass sich aus dieser Frage eine ganze Forschungsrichtung entwickelt hat: die Gelotologie.

Die Wissenschaft des Lachens, die Gelotologie, gibt es schon länger als so mancher denkt. Bereits Platon und Aristoteles philosophierten im alten Griechenland über Auswirkungen von Gelächter. Sie kamen jedoch zu dem Ergebnis, dass Lachen der Inbegriff des Bösen sei und nur auf Kosten des Unglücks anderer zustande käme.

Die Meinung der alten Griechen in allen Ehren, doch sie übersahen, dass Lachen noch vieles mehr sein kann als bloßes Auslachen. Der Volksmund weiß das schon längst und besagt „Lachen ist die beste Medizin.“ Nicht verwunderlich, dass sich diese Ansicht auch in der Wissenschaft etablieren konnte: Der Psychiater William F. Fry rief 1964 die Gelotologie ins Leben, als er an der Stanford University die körperlichen Auswirkungen des Lachens erforschte.

Die Gelotologen sind sich sicher, dass Lachen einen positiven Effekt auf das menschliche Wohlbefinden hat. Zum

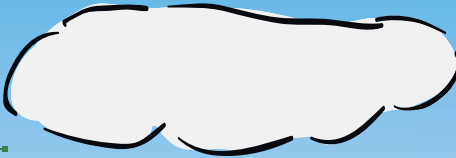
einen fand man heraus, dass sich die Ausschüttung der Stresshormone Adrenalin und Kortison verringert. Zum anderen konnte gezeigt werden, dass sich die Produktion des Glückshormons Serotonin beim Lachen erhöht. Dieser Effekt ist besonders für depressive oder gestresste Menschen nicht zu unterschätzen. Untersuchungen aus den USA lassen außerdem vermuten, dass regelmäßiges Lachen das Immunsystem des Körpers stärkt. Belege für das Aktivieren von Tumorabwehrmechanismen stehen noch aus, aber auch hier lassen sich positive Beispiele aus dem Klinikalltag finden.

Daneben sind es aber auch eine gesteigerte Sauerstoffaufnahme, eine verbesserte Durchblutung sowie ein angeregter Stoffwechsel, die das Lachen zu einem wahren Gesundheits- und Energiekick machen. Nicht zu vergessen sind natürlich auch die positiven Effekte, die Lachen in der Kommunikation hat. Ein nettes Lächeln zur Begrüßung

oder das herzliche gemeinsame Lachen verfehlen im zwischenmenschlichen Austausch nur selten ihren Zweck.

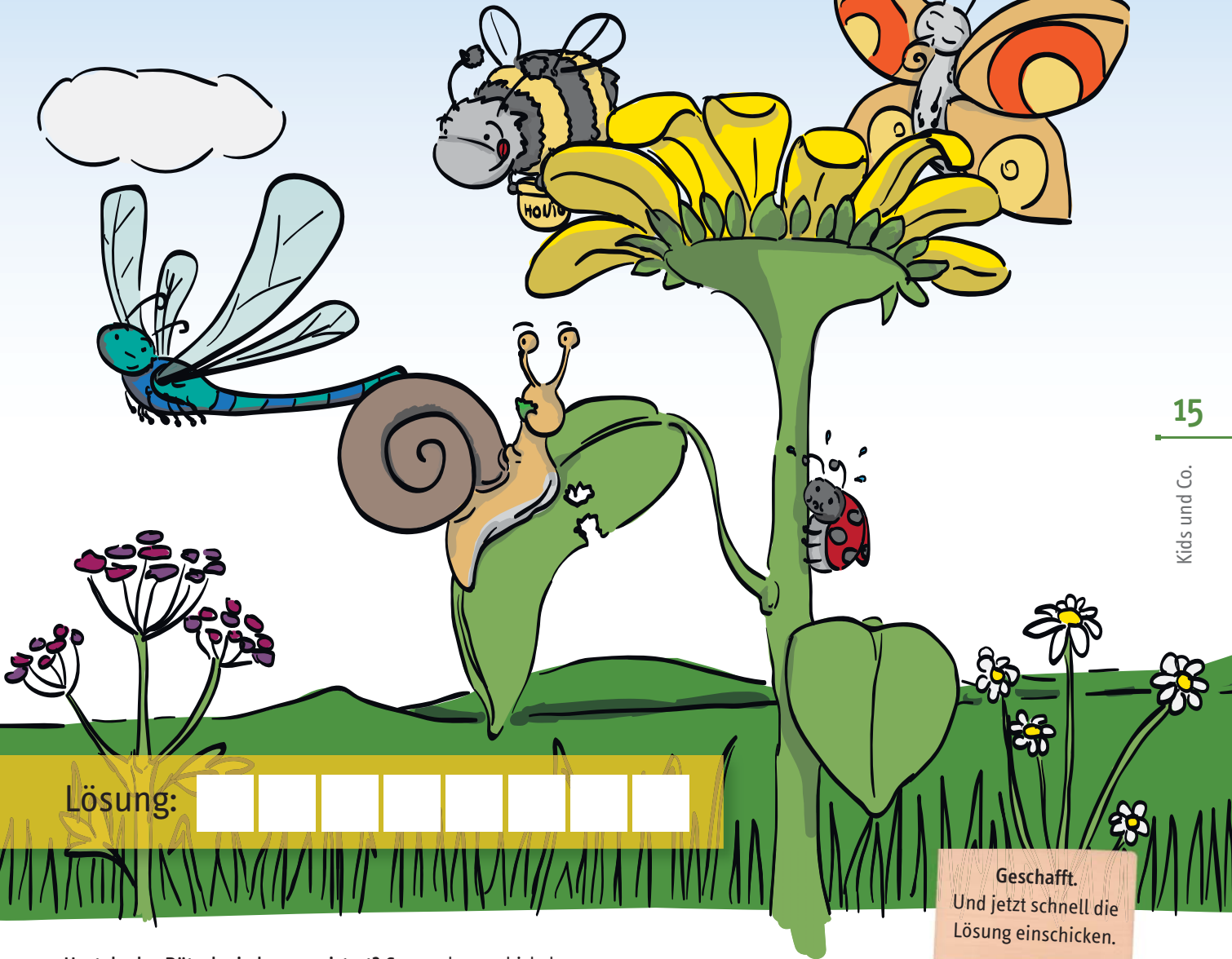
Liest man all diese positiven Auswirkungen des Lachens, wird schnell klar, warum sich inzwischen schon regionale Lachclubs oder spezielle Institute für Lachyoga etabliert haben, wo gemeinschaftlich an der heilenden Technik des Lachens gearbeitet werden kann. Zudem haben verschiedene Krankenhäuser – insbesondere Kinderstationen – die Wirkung des Lachens für sich entdeckt und ausgebildete Klinikclowns engagiert, die auch schwer kranken Menschen wieder zu einem Lachen verhelfen sollen.

Weitere Infos rund ums gesundheitsfördernde Lachen gibt es beispielsweise beim „Europäischen Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e. V.“ auf www.hoho-haha.de oder bei der Stiftung „HUMOR HILFT HEILEN“ auf www.humorhilftheilen.de.



Was passt hier nicht?

Vier der Tiere haben etwas gemeinsam. Nur eines unterscheidet sich von den anderen. Welches ist es? Schreib seinen Namen einfach in das Lösungsfeld.



Lösung:

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

Hast du das Rätsel wieder gemeistert? Super, dann schick das Lösungswort 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 Gutscheine für den Media Markt.

Teilnahmebedingungen: Alle Kinder von 5 bis 14 Jahren. Bitte alle Einsendungen mit Namen, Adresse und Altersangabe versehen. Einsendeschluss: 5. Mai 2017.



Geschafft.
Und jetzt schnell die
Lösung einschicken.



Rätsel

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 sechs ausgewählten Buchstaben das Lösungswort. Unter allen Teilnehmern mit der richtigen Lösung verlosen alle WeitBlick-Unternehmen zusammen insgesamt zwölf Gutscheine in Höhe von je 100 Euro für den Drogeriemarkt Müller.

[1] Welche Landsleute beleuchtet die aktuelle Große Landesausstellung?

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

[2] Wie heißt die zweite der vorgestellten Übungen der „Fünf Esslinger“?

9	10	11	12	13	14	15
---	----	----	----	----	----	----

[3] Wie heißt die Wissenschaft der Auswirkungen des Lachens?

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

[4] Auf welche Insel führt uns die aktuelle Leserreise?

27	28	29	30	31	32
----	----	----	----	----	----

[5] Wie heißt Stuttgarts Partnerstadt in Russland?

33	34	35	36	37	38
----	----	----	----	----	----

3	10	25	27	34	20
---	----	----	----	----	----

Schicken Sie Ihre Lösung bitte per Post auf nebenstehender Antwortkarte oder als E-Mail unter dem

Stichwort „Mitmachen und gewinnen“ an weitblick@gwf-stuttgart.de. Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder und Mieter der GWF Wohnungsgenossenschaft eG. Der Rechtsweg und die Teilnahme von Mitarbeitern der Genossenschaft sind ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 5. Mai 2017.



Ihre Ansprechpartner

Geschäftsführender Vorstand

Siegfried Lorenz Tel. 0711 76727-61 lorenz@gwf-stuttgart.de

Jürgen Roos Tel. 0711 76727-61 roos@gwf-stuttgart.de

Vermietung (Feuerbach/Zuffenhausen/Bad Cannstatt/außerhalb Stuttgart)/Mietverträge

Carmen Haaf Tel. 0711 76727-64 haaf@gwf-stuttgart.de

Vermietung (Stuttgart/Leinfelden-Echterdingen)/Schadensmeldungen/Mietzahlungen

Melanie Kaim Tel. 0711 76727-5 kaim@gwf-stuttgart.de

Hausordnung/Sekretariat/Mitgliedsbetreuung

Sonja Hoffmann Tel. 0711 76727-62 hoffmann@gwf-stuttgart.de

Hausverwaltung/Gartenpflege

Tiberiu König Tel. 0711 76727-70 koenig@gwf-stuttgart.de

Rechnungswesen/Betriebskosten

Sybille Staack Tel. 0711 76727-66 staack@gwf-stuttgart.de

Bauleitung

Stephan Schmitzer Tel. 0711 76727-72 schmitzer@gwf-stuttgart.de



Impressum

„WeitBlick“
Magazin der
GWF Wohnungsgenossenschaft eG

Herausgeber und Redaktion:
GWF Wohnungsgenossenschaft eG
Albstraße 60, 70597 Stuttgart
Tel. 0711 76727-5, Fax 0711 76727-71
weitblick@gwf-stuttgart.de
www.gwf-stuttgart.de

Ausgabe 22 | 2017
Auflage: 1.000 Stück

Verantwortlich für den Inhalt:
Siegfried Lorenz

Konzept, Text, Gestaltung und Realisation:
stolp + friends
Marketinggesellschaft mbH
Tel. 0541 800493-0
info@stolpundfriends.de
www.stolpundfriends.de

Druck: Günter Druck, Georgsmarienhütte

Diese Zeitschrift wurde auf FSC-zertifiziertem
Papier umweltgerecht gedruckt.



Gut und sicher wohnen

Albstraße 60, 70597 Stuttgart
Tel. 0711 76727-5, Fax 0711 76727-71
www.gwf-stuttgart.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 8 Uhr bis 16 Uhr
Freitag: 8 Uhr bis 12 Uhr

Ja – ich möchte dabei sein!

Ich nehme an der Verlosung der Kinokarten für die exklusive Aufführung von „Transformers – The Last Knight“ (FSK 12 Jahre) am 22. Juni im Kino Metropol teil.



in MICHAEL BAY'S
TRANSFORMERS
THE LAST KNIGHT
mit MICHAEL GOSSEL, JESSICA ROBERTSON & KEVIN CONROY & KEVIN CONROY & MICHAEL BAY
SOMMER 2017
TRANSFORMERS-FILME #TRANSFORMERS #TRANSFORMERS-DE
#PARAMOUNT_KINO @PARAMOUNT_PICTURES_GERMANY #PARAMOUNT_PICTURES_DE



Rätsel

Mitmachen
und
gewinnen!

Das Lösungswort aus den
fünf Rätselfragen lautet



Kids und Co.

Es ist die



Absender:

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon

Entgelt
zahlt
Empfänger

Absender:

Erwachsenenrätzel: Vorname, Name

Kinderrätzel: Vorname, Name

Alter

Straße

PLZ, Ort

Entgelt
zahlt
Empfänger



Antwort

GWF
Wohnungsgenossenschaft eG
Albstraße 60
70597 Stuttgart



Antwort

GWF
Wohnungsgenossenschaft eG
Albstraße 60
70597 Stuttgart