



BAUGENOSSENSCHAFT
FAMILIENHEIM
HEIDELBERG eG

Naturkosmetik selbst gemacht

Mit Zutaten,
Rezepten und
Buchverlosung

aktuell

Dezember | 17 Unser Magazin



Mit vielen
Dezember-
VERLOSUNGEN!



- Personelles · Familienheim Heidelberg „4.0“ · Seniorenausflug
- Jubilare 2017 · Online-Plattform "Nebenan" · Ansprechpartner
- Vorsorge mit der Patientenverfügung · Häuser für Handwerker
- Codes knacken gegen die Zeit · Naturkosmetik selbst gemacht
- Sudokus und Kreuzworträtsel · Lese-, Hör- und Sehanregungen



© Trefoto: DearPhotografie, Fotoba

Liebe Leserinnen und Leser,

Weihnachten steht vor der Tür. Haben Sie bereits alle Präsente beisammen? Und wie viele Geschenke davon sind selbstgemacht, was in der Regel besonders gut ankommt? Werfen Sie einen Blick auf die Seiten 12/13, hier warten tolle Anregungen aus der Naturkosmetik auf Sie!

Vergessen Sie dabei nicht, sich selbst zu beschenken – vielleicht auch mit einem neuen Buch oder Musik für besinnliche Stunden? Tipps finden Sie auf Seite 15 in diesem Magazin – passend für unterschiedlichste Geschmäcker und Altersklassen.

Apropos Alter: Ob Sie nun 30, 50, 70 oder mehr Jahre zählen – für eine Patientenverfügung ist es nie zu früh oder zu spät. Unter Patientenverfügung versteht man ein schriftliches Dokument, das eigenhändig unterschrieben werden muss. Darin legen Sie fest, in welchen Situationen Sie bestimmten medizinischen Maßnahmen zustimmen oder diese ablehnen. Die Verfügung wird angewandt, wenn Sie Ihren eigenen Willen nicht mehr äußern können, z.B. im Falle eines Komas. Umso wichtiger sind genaue Angaben. So zum Beispiel sollte Themen wie künstliche Ernährung bzw. Beatmung, Schmerzbehandlung und Organspende konkret benannt werden, damit Ihre Wünsche Berücksichtigung finden. Mehr zu diesem wichtigen Thema finden Sie ab Seite 6.

Eine spannende Lektüre, frohe Festtage und einen guten Rutsch in ein gesundes, erfolgreiches 2018 wünscht Ihre Redaktion.

INHALT



Seite 4



Seite 4



Seite 5

- 2 Editorial - Inhalt - Impressum
- 3 Familienheim - Weihnachtswünsche
- 3 Familienheim - Wann wähle ich den 24h-Notruf?
- 3 Familienheim - Feiertage: Geschäftsstelle geschlossen
- 4 Familienheim - Personelles
- 4 Familienheim - Familienheim Heidelberg „4.0“
- 4 Familienheim - Seniorenausflug
- 5 Familienheim - Jubilare 2017
- 5 Familienheim - Online-Plattform "Nebenan"
- 5 Familienheim - Wir sind für Sie da!
- 6 Praktisches - Vorsorge mit der Patientenverfügung
- 8 Reportage - Häuser für Handwerker
- 10 Aktuelles - Codes knacken gegen die Zeit
- 12 Kreatives - Naturkosmetik selbst gemacht
- 14 Unterhaltung - Sudokus und Kreuzworträtsel
- 15 Tipps - Lese-, Hör- und Sehanregungen



Seite 10



Seite 12



Seite 15

IMPRESSUM

UNSER MAGAZIN

Mitglieder- und Mietermagazin für Wohnungsunternehmen

KAHLKÖPFE

Agentur mit Wachstumsaussicht GbR
Gutenbergring 69a | 22848 Norderstedt

Telefon: 040 | 609 265 - 68
Fax: 040 | 609 265 - 69
E-Mail: info@kahloepfe.com

© Alle Rechte beim Herausgeber.
Nachdruck nur mit Genehmigung der Agentur Kahlköpfe.

REDAKTION:

Julia Chiandone (V.i.S.d.P.)
Dr. Flora Peschek-Böhrer, Ute Hansen-Andresen,
Matthias Klüwer, Janine Schönfeld.
Für Beiträge, Fotos und Anzeigen der Unternehmensseiten
sind die jeweiligen Wohnungsunternehmen verantwortlich.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR VERLOSUNGEN:

Die Verlosung der Bücher und Preise erfolgt durch ein Losverfahren, die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Einsendeschluss ist der 31.12.2017 wenn nicht anders im Sternchen angegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Stichwort bitte per E-Mail an: gewinnspiel@kahloepfe.com - oder per Post an: Kahlköpfe GbR, Julia Chiandone, Gutenbergring 69a, 22848 Norderstedt.



Ein Kind - von einem Schiefertafel-Schwämmchen
Umhüpft - rennt froh durch mein Gemüt.

Bald ist es Weihnacht! - Wenn der Christbaum blüht,
Dann blüht er Flämmchen.
Und Flämmchen heizen. Und die Wärme stimmt
Uns mild. - Es werden Lieder, Düfte lächeln. -

Wer nicht mehr Flämmchen hat, wem nur noch Fünkchen glimmt,
Wird dann doch gütig lächeln.

Wenn wir im Traume eines ewigen Traumes
Alle unfeindlich sind - einmal im Jahr! -
Uns alle Kinder fühlen eines Baumes.

Wie es sein soll, wie's allen einmal war.

Von Joachim Ringelnatz

Die Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG wünscht Ihnen ein frohes Weihnachtsfest voller schöner Augenblicke. Für das neue Jahr wünschen wir Ihnen Glück, Erfolg und vor allem Gesundheit und bedanken uns bei Ihnen für das angenehme Miteinander, Ihre Treue und die vertrauensvolle Zusammenarbeit im vergangene Jahr.

Ab
27. Dezember 2017
bis einschließlich
05. Januar 2018
geschlossen!

Wann wähle ich den 24h-Notruf der Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG?

Die Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG bietet Ihren Mietern durch einen 24h-Notruf die Möglichkeit, außerhalb der Geschäftszeiten bei dringenden Notfällen Schäden zu melden um kurzfristig Hilfe zu erhalten. Doch was ist ein „dringender Notfall“? Ein **dringender Notfall** besteht dann, wenn der Schaden

einer **sofortigen Beseitigung** bedarf, so dass Folgeschäden ausgeschlossen werden können, wie **z.B. bei einem Wasserrohrbruch** oder bei einem **Heizungsausfall** in Ihrer Wohnung. Kleinere Schäden, wie ein defekter Rollladengurt oder ein tropfender Wasserhahn, können Sie uns gerne während unserer Öffnungszeiten oder über unsere Online-Schadensmeldung auf unserer Homepage melden.

Geschäftsstelle geschlossen

Über die Weihnachtsfeiertage und den Jahreswechsel ist unsere Geschäftsstelle vom 27. Dezember 2017 bis einschließlich 05. Januar 2018 geschlossen. Ab dem 08. Januar 2018 sind wir wieder zu den gewohnten Zeiten für Sie da. Unseren Notruf erreichen Sie in dieser Zeit unter der bekannten Rufnummer 06221/ 53 73 19.



Personelles

Neue Auszubildende: Laura Banspach

Frau Laura Banspach begann am 01. August 2017 eine dreijährige Ausbildung zur „Immobilienkauffrau“. Parallel zur praktischen Ausbildung vor Ort besucht sie das EBZ Berufskolleg Immobilienwirtschaft in Bochum. Wir wünschen Frau Banspach für ihren eingeschlagenen Berufsweg viel Erfolg.

Familienheim Heidelberg „4.0“

Die Digitalisierung in der Immobilienwirtschaft war im vergangenen Jahr für die Baugenossenschaft Familienheim Heidelberg eG ein großes Thema. Begonnen haben wir im August 2016 mit der Umstellung unserer Wohnungswirtschaftssoftware. Diese Umstellung legte den Grundstein für die Vernetzung und Einführung unseres digitalen Archives. Seit dem 01. September 2017 befinden sich über 1.000 Mieterakten eingescannt in unserem System und können von jedem Arbeitsplatz zentral abgerufen werden. Ziel war und ist es, zeitaufwändige Bürotätigkeiten wie die Aktenablage zugunsten einer flexibleren, serviceorientierteren Kundenbetreuung einzusparen. Bei der Digitalisierung wurden die strengen Richtlinien hinsichtlich des Datenschutzes eingehalten. So wurde darauf geachtet, dass sämtliche Daten revisionssicher archiviert wurden. Dies bedeutet, die Daten können nicht verloren gehen und sind nachvollziehbar, unveränderbar sowie fälschungssicher gespeichert. Im Oktober haben wir mit einer Prozessoptimierung bei der Wohnungsabnahme und Übergabe begonnen. Mit der Einführung weiterer Module, möchten wir mit Blick auf die Zukunft eine kundengerechte und dauerhafte Qualität sichern.

Seniorenflug

Unser diesjähriger Seniorenflug führte uns zum schönen Kloster in Maulbronn. Die eindrucksvollen alten Gebäude beherbergen eine Ausstellung zur Geschichte in der ehemaligen Küferei, ein Museum im „Frühmesserhaus“ und eine spannende Ausstellung über das Steinmetzhandwerk des Mittelalters. Das gemeinsame Mittagessen fand in schöner Atmosphäre im Klosterhof statt. Auf der Heimreise gab es einen Zwischenstopp in Odenheim. Dort wurden unsere Mitglieder zum Abschluss mit einem leckeren Eisbecher verwöhnt. Besonders freuen wir uns darüber, immer wieder neue Mieter bei unseren Ausflügen begrüßen zu dürfen und sehen dem nächsten Ausflug freudig entgegen.





Jubilare 2017

Im Rahmen unserer diesjährigen Mitgliederversammlung konnten traditionell langjährige Mieter und Mitglieder für Ihre 40, 45, 50 und 60jährige Mitgliedschaft ehren und für Ihre langjährige Treue zu unserer Genossenschaft auszeichnen. Zeigt uns dies doch, dass wir mit unserer Geschäftspolitik doch eine gewisse Zufriedenheit bei unseren Mietern und Mitgliedern erzeugen. Für dieses langjährige Vertrauen möchten wir uns ganz herzlich bedanken.

Von links: Karin Heil, Dr. Klaus Schrode, Katharina Kainer, Wolfgang Burkhart, Gisela Neureither, Gerhard Schmitt, Erika Zühlke, Konrad Hofmeister, Ruth Janke, Horst Zimmer, Ingrid Götz, Dieter Krämer, Heidi Krämer, Maria Luise Korgel, Peter Stammer, Maria Siegel, Heinrich Siegel, Brigitte Kather, Vassiliki Venieris



Wir sind für Sie da:

Haben Sie Fragen zu Ihrer Wohnung, zu einer Abrechnung oder eine technische Frage? Hier gelangen Sie direkt zu Ihrem persönlichen Sachbearbeiter:

Ihr Ansprechpartner rund um die Mitgliedschaft, bei Fragen zur Abrechnung oder zum Mahnwesen:

Frau Michelle Gunkel,
Tel. 06221/ 53 73 16

Ihr Objektbetreuer für alle Fragen zu Ihrer Wohnung und dem Mietvertrag:

Herr Jamie Forsyth,
Tel. 06221/ 53 73 27

Ihre Ansprechpartnerinnen bei Reparaturmeldungen:

Frau Tamara Rebscher,
Tel. 06221/ 53 73 26
Frau Karin Mörixbauer,
Tel. 06221 / 53 73 11

Auf der Online-Plattform Nebenan.de hat Ihre Nachbarschaft einen Namen und definierte Grenzen. Als Anwohner haben Sie die Möglichkeit, sich für Ihre Nachbarschaft auf nebenan.de anzumelden. Sobald Sie sich erfolgreich registriert haben, finden Sie auf der Startseite Ihrer Nachbarschaft immer alle Neuigkeiten in Ihrer Nachbarschaft auf einen Blick. Sie können ganz einfach mit Ihrer

Hausgemeinschaft, Ihrer Nachbarschaft oder den angrenzenden Nachbarschaften kommunizieren. All das geschieht immer geschützt vor Blicken von außen oder Suchmaschinen. Mit den verschiedenen Rubriken „Beiträge“, „Marktplatz“, „Veranstaltungen“ oder „Gruppen“ finden Sie immer das richtige Umfeld für Ihre Ideen oder Fragen.





Vorsorge mit der Patientenverfügung

Schicksalsschläge wie Schlaganfall, Demenz oder unheilbare Krebserkrankungen können das Leben schlagartig verändern. Was aber passiert mit uns, wenn die Krankheit uns bewusstlos macht, so dass wir nicht mehr über uns selbst bestimmen können? Damit die behandelnden Ärzte im Ernstfall eine Entscheidung in unserem Sinne treffen, kann eine vorsorgliche Patientenverfügung sinnvoll sein.

Fallstricke bei der Patientenverfügung

Die richtigen Formulierungen für eine Patientenverfügung zu finden, ist knifflig. Selbst wenn dieses Dokument vorliegt, sind Angehörige, Betreuer und Mediziner in der Extremsituation oft verunsichert. Das liegt auch daran, dass die Gerichte die Verbindlichkeit einer Patientenverfügung seit vierzehn Jahren immer wieder einschränken oder aufheben.

Erst im Juli 2016 hatte der Bundesgerichtshof die Patientenverfügung einer Frau für unwirksam erklärt, weil deren Inhalt zu ungenau war. Trotz der Ablehnung „lebenserhaltenden Maßnahmen“ wurde die künstliche Ernährung einer 72-jährigen Schwerkranken fortgesetzt. Zuvor hatten sich die Töchter über die angemessene Weiterbehandlung der Mutter gestritten. „Was genau soll gemeint sein, wenn in einer Patientenverfügung von lebensverlängernden Maßnahmen gesprochen wird?“, fragt Paul Brandenburg, Der Mediziner und Gründer des Onlineunternehmens DIPAT hält bereits das Trinken eines Glases Wassers für eine lebensverlängernde Maßnahme und nicht nur die „künstliche Ernährung“ über eine Magensonde. Wenig Aussagekraft haben Begriffe wie „qualvolles Leiden“, „Apparatemedi-

zin“ oder „unwürdiges Dahinvegetieren“. Auch die Aufforderung, ein „würdevolles Sterben zu ermöglichen, wenn ein Therapieerfolg nicht mehr zu erwarten ist“, ist nach Auffassung der Justiz zu pauschal. Stattdessen sollte die Patientenverfügung möglichst konkrete Äußerungen zu künstlicher Ernährung, künstlicher Beatmung, Schmerzbehandlung, Wiederbelebung und Organspende beinhalten.

Welche Patientenverfügung passt zu mir?

Die konkrete Aufzählung einzelner Situationen und Maßnahmen ist anspruchsvoll und umfangreich – und für medizinische Laien ohne Hilfe nicht zu leisten. Deshalb ist die Beratung durch den Hausarzt oder Hospizvereine ratsam. So kann der überwiegende Teil möglicher Krankheiten und Behandlungen abgedeckt werden.

Anregungen und Formulierungshilfen, wie eine Patientenverfügung aussehen kann, finden sich in einer Broschüre des Bundesjustizministeriums. Da die Vorstellungen über Leben und Sterben aber sehr unterschiedlich sind, sollte die Patientenverfügung an individuelle Überlegungen angepasst sein.

Sich eigenes Leiden und Sterben auszumalen, ist schwer, wenn man aktuell bei

guter Gesundheit ist. Ebenso unvorstellbar ist der Gedanke über längere Zeit das Bewusstsein zu verlieren. Dennoch kann es beruhigend sein, Ärzten und Angehörigen eine Richtung vorzugeben, wie die mögliche Behandlung im Ernstfall aussehen könnte. Neben konkreten medizinischen Anweisungen kann eine Patientenverfügung auch durch persönliche Wertvorstellungen, religiöse Anschauungen und die Einstellung zum eigenen Leben und Sterben ergänzt werden.

Folgende Überlegungen können dabei helfen:

- Möchte ich möglichst lange leben? Oder ist mir die Qualität des Lebens wichtiger als die Lebensdauer, wenn beides nicht in gleichem Umfang zu haben ist?
- Welche Rolle spielen Familie oder Freunde für mich? Kann ich fremde Hilfe gut annehmen? Oder habe ich Angst, anderen zur Last zu fallen?
- Wie habe ich Leid, Behinderung oder Sterben anderer erlebt?
- Wie bin ich mit eigenen Schicksalsschlägen oder Krankheiten fertig geworden?

Im Fall einer schweren Erkrankung empfiehlt es sich, die Patientenverfügung vor allem auf die konkrete Situation abzu-



stimmen. Dabei spielen der Krankheitsverlauf, mögliche Komplikationen und verschiedene Behandlungsmöglichkeiten eine Rolle. Die Patientenverfügung kommt aber nur zur Anwendung, wenn der Patient nicht mehr in der Lage ist, einer Behandlung zuzustimmen oder sie abzulehnen. Falls der Patient eine Entscheidung treffen kann, ist die Patientenverfügung hinfällig.

Die Vorsorgevollmacht

Im Zusammenhang mit der Patientenverfügung empfiehlt sich auch eine Vorsorgevollmacht. Mit diesem Dokument beauftragen Patienten eine vertraute Person, in ihrem Sinne zu entscheiden – nicht nur in medizinischen Fragen. Sie erledigt Bankgeschäfte und verwaltet das Vermögen, trifft Entscheidungen über die medizinische Behandlung oder kündigt die Wohnung, wenn ein Umzug ins Pflegeheim ansteht. Ebenso wie bei der Patientenverfügung gibt es aber auch für die Vollmacht kein allgemein gültiges Standardformular. Sie sollten also selber festlegen, ob der Bevollmächtigte lediglich die vermögensrechtlichen Angelegenheiten regeln oder auch über persönliche Dinge entscheiden soll.

„Als gesunder Mensch eine konkrete Patientenverfügung zu verfassen, ist oft

schwierig“, erläutert der Medizinethiker Ralf Jox vom Institut für Ethik an der Universität München. „Eine Vorsorgevollmacht dagegen macht immer Sinn, weil jeder Mensch, auch vorübergehend, nicht entscheidungsfähig sein kann.“ Es können auch mehrere Bevollmächtigte eingesetzt werden. Um Kompetenzgerangel zu vermeiden, sollten die Zuständigkeitsbereiche aber klar voneinander abgegrenzt sein.

Möglich ist auch einen Ersatzbevollmächtigten zu bestimmen, falls der Bevollmächtigte seiner Aufgabe nicht nachkommen kann.

Sowohl Vollmacht als auch Patientenverfügung müssen nicht zwingend notariell beurkundet sein. Beide können mit der Hand oder am Computer verfasst sein. Wichtig ist die eigenhändige Unterschrift mit Datum und Ort.

Eine kostenlose Beratung bekommen Sie beispielsweise bei der Bundeszentralstelle Patientenverfügung, Hospizvereinen sowie kirchlichen Einrichtungen.

Der Humanistische Verband Deutschland (HVD) bietet die Möglichkeit, eine Patientenverfügung und bei Bedarf auch Vorsorgedokumente gegen Gebühr zu hinterlegen (www.patientenverfuegung.de).

Tipp: Das Vorsorge-Set: Patientenverfügung, Testament, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht

Der Ratgeber führt Schritt für Schritt durch alle wichtigen Formulare: die Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung. Alle Formulare sind im Buch enthalten und lassen sich ganz leicht heraustrennen und abheften. Es wird auch erklärt, wie Sie ein Testament verfassen und Ihren „Digitalen Nachlass“ organisieren. Im „Digitalen Nachlass“ wird festgelegt, wie mit Online-Konten und weiteren Daten im Internet nach dem Tod umgegangen werden soll. Stiftung Warentest, 12,90 Euro



3x zu verlosen!
Stichwort: „Vorsorge“

Weitere Informationen zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht:

Broschüren des Bundesjustizministeriums: www.bmjv.de
Informationen der Bundesärztekammer: vorsorgeregister.de
Privater Onlinedienst: www.dipat.de





Häuser für Handwerker

Gregor Peter ist seit November 2016 neuer Mitarbeiter bei der DESWOS Deutsche Entwicklungshilfe für soziales Wohnungs- und Siedlungswesen und betreut Projekte in Afrika und Asien. Er hat in den vergangenen Jahren als Entwicklungshelfer in Ruanda gearbeitet und war als selbständiger Berater in verschiedenen afrikanischen Ländern im Bereich der Entwicklungszusammenarbeit tätig. Im Februar 2017 hat Gregor Peter über zwei Wochen die Projekte der DESWOS in Tansania und Uganda besucht. Über das Projekt Häuser für Handwerker am Stadtrand von Arusha, im Nordosten Tansanias, schildert er seine Eindrücke.

Obwohl mir Afrika durch meine verschiedenen Aufenthalte vertraut ist, war ich gespannt, was mich in Tansania auf meiner ersten Projektbetreuungsreise für die DESWOS erwarten würde. Wie sieht ein verdichtetes Wohnhausprojekt für Handwerkerfamilien in einem Land aus, wo der Bau von Reihenhäusern doch eher unbekannt ist? Wie bringen sich die Handwerkerfamilien bei der Umsetzung dieses gemeinschaftlichen Wohnprojektes ein? Und wer sind die Menschen, die künftig gemeinschaftlich hier leben werden?

Gemeinsam mit der deutschstämmigen Monika Caspary fuhr ich an meinem ersten Tag vor Ort zur neuen Wohnsiedlung. Monika arbeitet als Projektkoordinatorin für die Diözese der Evangelisch-Lutherischen Kirche (ELCT NCD) in Arusha, mit der die DESWOS in der Vergangenheit bereits mehrere Wohnbau-

projekte umgesetzt hat. Zusammen mit ihrem Ehemann Thomas, der als Architekt ebenfalls für die ELCT arbeitet, hat sie den größten Teil ihres Lebens in Tansania verbracht.

Reihenhäuser sind ungewöhnlich in Tansania

Unser Ziel, die neue Wohnsiedlung, war aus der Entfernung bereits gut zu erkennen, da sie so anders ist, als das Bild, das ich von afrikanischen Siedlungen bisher hatte: keine einzeln stehenden Häuser mit oftmals ausladenden und mit Wellblech gedeckten Satteldächern, sondern dicht an dicht stehende, zweigeschossige, etwa 57 m² große und mit Dachziegeln belegte Reihenhäuser. Fünf 5er-Reihen waren bis auf den Innenausbau bereits fertig. Für die fünf verbleibenden der insgesamt 30 geplanten Häuser wurden bei meiner Ankunft gerade die Fundamente erstellt. 3.364 Euro beträgt der Anteil für



Fotos: DESWOS
DESWOS-Projektbetreuer Gregor Peter auf seiner Betreuungsreise in Uganda.



DESWOS Mehr unter www.deswos.de



ein Haus, den die DESWOS für das Baumaterial und die Arbeitskräfte finanzieren muss. Das entspricht 25 Prozent der Gesamtkosten pro Haus. Die übrigen 75 Prozent werden vom Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ) gefördert.

Monika erzählte, dass im November 2015 der erste Spatenstich erfolgt sei und dass 2018 alle noch anstehenden Arbeiten abgeschlossen sein würden. Als ich auf der Baustelle ankam, herrschte rege Betriebsamkeit. Einige Frauen trugen Steine für das Fundament. Eine Gruppe von Männern und Frauen verputzte die Rahmen der bereits installierten Türen und Fenster.

Gemeinsam planen und bauen ist etwas Besonderes

Monika erklärte mir, dass sich jede der 30 Handwerkerfamilien verpflichtet, unentgeltlich auf der Baustelle zu arbeiten und auch ein Drittel der Baukosten über maximal 10 Jahre zurückzuzahlen. Es sei wichtig, dass sie einen Eigenbeitrag leisten, denn dies fördere das Verantwortungsbewusstsein für das Projekt und senke natürlich auch die Baukosten. Der Eigenbeitrag dürfe jedoch auch nicht zu hoch sein, da die Handwerker auch noch genügend Zeit für ihre eigentliche Arbeit haben müssten. Außerdem sollte die monatliche Belastung nicht mehr als etwa 35 Prozent des Monatslohns ausmachen, da sonst die Wahrscheinlichkeit steige, dass die Familien vor allem an Lebensmitteln und Schulausbildung sparen würden.



Auf der Baustelle packen nicht nur die Handwerker, sondern auch ihre Frauen kräftig an.

Klare Kriterien für die richtige Auswahl

Man kann sich fragen, warum das Projekt ausgerechnet auf diese Zielgruppe ausgerichtet ist und warum gerade diese Handwerker für das gemeinschaftliche Wohnprojekt ausgewählt worden sind? Ich erfuhr von Monika, dass es Handwerker in Tansania sehr schwer ha-



Grace Noel und ihr Ehemann Noel vor ihrem Lehmhaus. Ohne Strom und Wasser leben sie hier mit ihren vier Kindern auf etwa 30 m².

ben, jemals in ihren eigenen vier Wänden zu wohnen. Sie bauen in der Regel zwar Häuser für Dritte. Selber verdienen sie jedoch zu wenig, um bei Banken ei-

nen Kredit für den Kauf eines Grundstücks und den Bau eines kleinen Hauses zu bekommen. So ist es ihnen im Grunde nicht möglich, ihre Wohn- und Lebenssituation eigenständig zu verbessern.

Quantensprung in der Lebensqualität

Am nächsten Morgen besuchten wir eine bereits ausgewählte Handwerkerfamilie zu Hause. Grace Noel und ihr Ehemann Noel Anamwkyra Nyeri, empfingen uns mit einem großen Lächeln und baten uns in ihr etwa 30 m² großes Lehmhaus, in dem sie zur Miete wohnen. „Wir leben hier zusammen mit unseren vier Kindern“, erzählte Grace. „Nein, Strom und fließend Wasser haben wir nicht. Unsere Toilette ist ein einfaches Plumpsklo. Und bei Regen werden schon einmal Teile der Hauswand weggespült“, erklärte sie uns. „Wir zahlen hier umgerechnet rund 25 Euro Miete. Das ist knapp ein Fünftel unseres Monatslohns. Mein Mann arbeitet als Maurer. Sein Gehalt schwankt jedoch, je nach Auftragslage. Und um unser Gehalt aufzubessern, habe ich mir selber sticken und nähen beigebracht.“ Während Grace von ihrem Leben erzählte und ich mich auf dem einfachen Stuhl sitzend umschaute, verstand ich, dass das Handwerkerprojekt für Familien wie die von Grace und ihrem Mann einen Quantensprung in der Lebensqualität bedeutet. Und als ich zum Schluss fragte, was für sie das Wohnhausprojekt bedeutet, überlegte Grace nicht lange: „Wir sind so unglaublich dankbar. Dankbar, dass einmal jemand in unserem Leben an uns gedacht hat.“



Stellt Euch vor, Ihr befindet euch gemeinsam mit Freunden, Familie oder Kollegen in einem mysteriösen Raum. Plötzlich schließt sich die Tür und eine Uhr fängt an zu ticken. Jetzt zählt nur Eins: "Löst alle Rätsel, um aus dem Raum zu entkommen!"

Nur 60 Minuten: Codes knacken gegen die Zeit



Tipp:

Ein Raum, ein Team, ein Ziel. Bei TeamEscape muss man manchmal Dinge auf den Kopf stellen und Alltägliches mit anderen Augen betrachten, um das Escape Game zu lösen. Mit Liebe zum Detail und einem spannenden Mix aus Action, Spaß und kniffligen Rätseln. 38 Escape Rooms in 17 Städten auf der ganzen Welt. www.teamescape.com

3x
Eintritt für
zwei Personen
zu verlosen!
Stichwort:
„TeamEscape“
+Standort

TEAMESCAPE
ANNO MMXIII
LIVE ADVENTURE

In Live Escape Games geht es um das gemeinsame Lösen von Rätseln, die ganz unterschiedlicher Natur sein können.

Gerätselt wird in der Gruppe, meist in einer Größe von 2 bis 6 Personen. Der Clou: Man wird in einen Raum gesperrt und muss in einer vorgegebenen Zeit den Schlüssel finden, der die Tür öffnet, sodass man dem Raum entfliehen kann. Wie man an den Schlüssel gelangt? Hinweise erhält man durch die Rätsel, die es in der Gruppe zu lösen gilt. Die Live Escape Games erfreuen sich zunehmender Beliebtheit und mittlerweile gibt es vielerorts die Möglichkeit, sich aus einem verschlossenen Raum zu rätseln.

Live Escape Games sind ein neuer Markt,

der weltweit für Spannung und Begeisterung sorgt. Der Ursprung der Idee liegt im Bereich der Computerspiele. In „Escape Games“ oder „Point and Click Adventures“ bewegen sich die Spieler durch virtuelle Welten, kombinieren Hinweise und lösen Rätsel. Dieses Prinzip wurde zunächst in Asien in die reale Welt übertragen.

"Als eingeschworene „Drei Fragezeichen“ Fans und aufgrund der Tatsache, dass Menschen scheinbar seit jeher eine Affinität zu Rätseln und Knobeleyen haben, ließ uns der Gedanke nicht mehr los, daraus etwas umzusetzen." so Sebastian Gerding und Fabian Hecht, Gründer von TeamEscape.

So schnell wie das Konzept weltweit Fuß gefasst hat und auf unglaubliches Interesse stößt, ist es fast einmalig in der Geschichte des Freizeitmarktes.

TeamEscape® ist das erste deutschlandweite Live Escape Game. Die meisten

Standorte und Stories befinden sich deshalb naturgemäß in Deutschland. Aber auch international ist TeamEscape® vertreten, z.B. in Oslo, in Kairo und in Kuwait.



Diesen Trend hat der KOSMOS Verlag aufgegriffen und daraus eine Brettspiel-Variante entwickelt. „EXIT – Das Spiel“ holt die Stimmung der Live Escape Games ins heimische Wohnzimmer. Das innovative Spielprinzip funktioniert bei „EXIT – Das Spiel“ genau wie in realen Räumen – nur eben ohne Raum, denn der steckt in der Spieleschachtel. Zu Beginn stehen den Spielern lediglich eine Decodier-Scheibe und ein geheimnisvolles Buch inklusive Abbildung eines Raumes zur Verfügung. Mit etwas Kombinationsgabe, Teamgeist und Kreativität entdecken die Spieler nach und nach immer mehr Hinweise, knacken Codes, lösen Rätsel und kommen der Freiheit jedes Mal ein Stück näher. Seit diesem Herbst gibt es auch Einstiegerspiele, die das Team vor etwas leichtere Rätsel stellen und auch etwas mehr Story als die bisherigen Spiele enthalten. Die Rätselabfolge ist komplett linear gestaltet, das Hilfssystem vereinfacht. So weiß das Team immer, an welchem Punkt im Spiel es steht.

Inka und Markus Brand heißen die Autoren von EXIT – Das Spiel. Vor der Entwicklung der EXIT-Reihe und später zu Recherchezwecken besuchten sie viele Live Escape Räume und waren fasziniert von dem Teamgefühl, das sich einstellt,

wenn alle gemeinsam versuchen, dem Raum zu entkommen. Im Interview sprechen sie darüber, was ihnen bei der Entwicklung des Spiels besonders wichtig war und was das Besondere an den EXIT-Spielen ist.

Was war Euch bei der Entwicklung der Event-Spiele besonders wichtig? Und was war besonders knifflig?

Wir wollten in erster Linie natürlich das spannungsgeladene Teamgefühl an den Spieltisch holen. Auch bei unseren Exit-Spielen muss die Gruppe gemeinsam verschiedene Rätsel lösen. Wir haben schnell festgestellt, dass unsere Testspieler ähnlich tief in das Spiel eintauchten, wie es unsere Mitstreiter in den Räumen taten – und dazu musste man sie gar nicht einsperren. Der größte Erfolg für das Team liegt tatsächlich im Lösen der Rätsel, nicht im Öffnen von realen Schränken, Türen oder Tresoren. Und so ist es wirklich möglich, ein ganz ähnliches Gefühl wie in den Räumen auch daheim am Tisch zu erzeugen.

Was unterscheidet die EXIT Spiele von anderen Spielen – sowohl in der Entwicklung als auch im Spielgefühl?

Die EXIT-Spiele können – wie ihre Vorbilder, die Live-Räume – nur einmal gespielt werden. Danach kennt man die Lösung und darf sich auf ein neues, anderes Abenteuer freuen. Besonders hervorzuheben ist, dass das Spielmaterial zum Lösen von Rätseln gefaltet, beschriftet und zerrissen werden darf, soll und manchmal sogar muss. Während der Entwick-

lung der Rätsel merkten wir schnell, dass sich hierdurch ganz neue Möglichkeiten für uns boten. Wenn beispielsweise eine Spielkarte am Ende des Spiels gar keine Karte mehr sein muss, kann man deutlich mehr mit ihr anstellen und die Rätsel sind so deutlich vielfältiger.

Welche Strategie empfiehlt Ihr Spielern, die EXIT zum ersten Mal spielen?

Alle Rätsel sind logisch aufgebaut. Wenn ihr anfangt, zu sehr um die Ecke zu denken, dann läuft das garantiert in die falsche Richtung. Also immer einen kühlen Kopf bewahren und wenn es mal nicht läuft, ruhig eine Hilfskarte nehmen! Vielleicht hilft es auch zu wissen, dass keiner der Autoren in Mathe jemals über eine vier hinaus gekommen ist.

TIPP:

Das Spiel: "Die verlassene Hütte"

Eine stürmische Nacht, eine Autopanne und eine verlassene Hütte im Wald, in der die Spieler Unterschlupf suchen. Am nächsten Morgen sind alle Türen und Fenster mit Zahlenschlössern verriegelt. Einziges Anhaltspunkt: ein Buch und eine merkwürdige Drehscheibe. Werden sie es schaffen, dem perfiden Spiel eines geheimnisvollen Unbekannten zu entkommen?

Kosmos Verlag, Spieleranzahl 1 bis 6,
Altersempfehlung ab 12 Jahren
Dauer ca. 45 bis 90 Minuten
Preis ca. 13 Euro.

**3x
zu verlosen!**
Stichwort:
„EXIT“



Naturkosmetik

selbst gemacht



Der Kaminabend, die kuschelige Wolldecke, der heiße Tee, ein gutes Buch. Es gibt genug Gründe sich auf gemütliche Winterabende in den eigenen vier Wänden zu freuen. Warm eingepackt kann auch der Winterspaziergang in eisiger Kälte zum Genuss werden. Für unsere Haut ist der Wechsel von Heizungsluft und Minusgraden allerdings eine Herausforderung. Wir merken es vor allem im Gesicht: Wenn die Haut zu trocken wird, spannt und juckt sie. Cremes, Lotions und Masken sind dann oft eine Wohltat.

Statt Fertigprodukte im Drogeriemarkt einzukaufen, können wir auch selber kreativ werden. Die eigenen Kosmetika selbst herzustellen, ist weniger kompliziert als man denkt und kann ebenso viel Spaß machen wie Kochen. Zutaten, eigene Vorlieben und die Arbeitsweise entscheiden darüber, was am Ende herauskommt. Der Vorteil der selbstgemachte Mixtur liegt auf der Hand: Man kennt die Inhaltsstoffe und genießt Duft und Textur intensiver als beim gekauften Produkt. Mit wenig Aufwand lassen sich Badesalze, Körperöle oder Peeling herstellen, die nach Zitrus, Rose oder Lavendel duften.

Auch zum Verschenken sind selbst angerührte Cremes und Lotions eine tolle Idee. Einfache Rezepte, die jeder umsetzen kann, verspricht Christina Krauss in

ihrem Buch „Natürlich schön im Winter“.

DIE WICHTIGSTEN ZUTATEN:

Kräuter, Bäume und Blüten

In der Naturkosmetik sind Pflanzen oder Pflanzenteile die Hauptakteure. Basilikum, Rosmarin oder Minze finden wir entweder auf dem eigenen Fensterbrett oder im Supermarkt. Die Blätter der Kräuter werden getrocknet oder als gemahlenes Pulver verwendet. Wer Wald, Wiese oder Garten vor der Tür hat, kann auch Tannen-, Fichten- Kiefernadeln oder Birkenknospen sammeln. Am besten werden die Nadeln und Knospen bei trockenem Wetter gesammelt. Zusätzlich sollten sie über Nacht auf einem Stück Zeitungspapier austrocknen, bevor sie weiterverarbeitet werden.

Beim Aufguss werden die Pflanzenteile wie Tee mit kochendem Wasser übergossen. Nach 10 bis 15 Minuten werden die Pflanzen abgeseiht. Verwendet wird aber die Flüssigkeit, welche die Inhaltsstoffe aus Kiefer oder Rosmarin aufgenommen hat. Aufgüsse werden für Bäder, Gesichtswasser und Haarpflege verwendet. Nachteil ist, dass sie nur wenige Tage im Kühlschrank haltbar sind.

Länger haltbar sind Ölauszüge. Sie brau-

chen allerdings mehr Zeit. Die frischen Kräuter werden zerkleinert, kurz getrocknet und anschließend in Öl getränkt. Oliven-, Mandel- und Jojobaöl eignen sich gut dazu. Die Flasche mit dem Kräuteröl sollte dann zwei Wochen ruhen und zweimal täglich geschwenkt werden. Nachdem die Pflanzenteile durch ein Tuch oder einen Teefilter gefiltert werden, füllt man das Öl am besten in dunkle Vorratsflaschen.

Die Öle kann man pur als Körper- und Massage verwenden, als auch als Zutat für Cremes, Butter und Lotionen.

Honig und Wasser

Honig wirkt beruhigend auf die Haut, bindet Feuchtigkeit, glättet und fördert die Durchblutung. Naturbelassener Honig aus dem Bioladen ist am besten für die Herstellung von Kosmetik geeignet. Auch Wasser ist eine kostbare Zutat. Zu viel davon kann allerdings Bakterien oder Schimmel verursachen. Am besten sollte es abgekocht und durch einen Kaffeefilter gegossen werden.

Milchprodukte

Joghurt, Sahne oder Milch enthalten Fette, die unseren eigenen natürlichen Hautfetten sehr ähnlich sind. Milchsäure wirkt wie ein sanftes mildes Peeling und löst Verhornungen. Die Haut wird

belebt und bekommt ein frisches gesundes Aussehen. Die Vitamine A, D, E und viele B- Vitamine machen Milchprodukte zu wichtigen Bestandteilen in der Anti-Aging-Pflege. Sahne und Milch sorgen außerdem dafür, dass sich beispielsweise Wasser und Öl vermischen. Ein Schuss Milch im Badeöl lässt das Öl von der Wasseroberfläche verschwinden.

Salze

Meersalz enthält 97 Prozent Natriumchlorid und unterscheidet sich damit so gut wie gar nicht von Kochsalz. Das Salz aus dem Toten Meer besteht dagegen hauptsächlich aus Magnesiumchlorid. Außerdem finden sich weitere Mineralstoffe wie Kalzium, Kalium und Jod darin. Seine pflegende Wirkung ist seit der Antike bekannt.

Himalaya Salz ist ein Steinsalz aus Pakistan, das etwas mehr Eisenverbindungen als Kochsalz enthält. Daher auch die zartrosa Farbe, die es für das Badezimmer attraktiv macht. Etwas exotischer wirkt das schwarze Hawaiiisalz. Ein weiteres Spezialsalz ist Epsomsalz. Es wird gern für muskelrelaxierende oder reinigende Detox-Bäder genutzt.

Erden

Erden sind feine Gesteinspulverchen und bestehen hauptsächlich aus Quarz und Silikaten. Alle Erden sind reich an Mineralien und Spurenelementen. Sie besitzen eine große Oberfläche und nehmen Schmutz und Fette auf. Die Haut wird gereinigt. Es gibt weiße, blaue, gelbe, rote und grüne Tonerde. Welche Erde am besten passt, richtet sich nach dem Hauttyp. Die grüne Tonerde ist für alle Hauttypen geeignet.

Ätherische Öle

Ätherische Öle sind Mischungen aus flüchtigen und fettlöslichen Substanzen. Sie werden meist durch Wasserdampfdestillation aus Blüten, Blättern und Wurzeln, aber auch aus Samen und Harzen gewonnen. Sie wirken anregend, ausgleichend, oder entspannend.

Ihre Duftstoffe sind vielfältig. Orangen-duft soll im Winter gegen trübe Stimmung helfen. Durch den Duft wird die Produktion des lichtabhängigen Hormons Melatonin aktiviert. Rosmarinöl bringt den Kreislauf in Schwung und Lavendel entspannt.

Cutie Lemon Pie Oil

Unsere Nagelhaut schützt die Nagelplatte gegen das Eindringen von Keimen. Wird sie verletzt, können schmerzhafte Entzündungen entstehen. Umso wichtiger, dass wir die zarte Haut geschmeidig halten – zum Beispiel mit wunderbaren Öl, das Winterhände pflegt.

Zutaten:

- 20 g Mandelöl
- 10 g Jojobaöl
- 10 g Avocadoöl
- 10 g Traubenkernöl
- 5 g Rizinusöl
- 2 Kapseln Vitamin E
- 3 TRP ätherisches Zitronenöl
- 2 TRP ätherisches Limettenöl
- 1 TRP ätherisches Kamillenöl

Zubereitung:

Mischen Sie alle Zutaten in einem Glasbecher (Vitaminskapseln einstechen) und füllen Sie das Öl in eine Flasche mit Pipette oder in eine Roll-on-Flasche.



Dark Diva

Zünden Sie Kerzen an und verwandeln Sie Ihr Badezimmer in eine Oase für alle Sinne: Die Blüten von „Dark Diva“ funkeln wie Juwelen auf dem samtigen, dunklen Wasser, sein Duft ist schwer und verführerisch – wie aus Tausendundeiner Nacht.

Zutaten:

- 900 g Black-Lava-Salz Hawaii
- 10 TRP ätherisches Ylang-Ylang-Öl
- 8 TRP ätherisches Sandelholzöl
- 6 TRP ätherisches Jasminöl
- 6 TRP ätherisches Neroliöl
- 5 TRP ätherisches Blutorangenöl
- 5 TRP ätherisches Rosenöl
- 5 TRP ätherisches Vanilleöl
- 1 TRP ätherisches Vetiveröl
- 1 TRP ätherisches Patchouliöl
- 3 g getrocknete Kornblüten
- 2 g getrocknete Goldmelisseblüten

In „Natürlich schön im Winter“ zeigt Apothekerin und Gründerin von Greenglam Dr. Christina Kraus aufregende Rezepte für Ihre individuelle Körperpflege. Mithilfe verständlich erklärter Anleitungen entstehen Schritt für Schritt Gesichtcreme, Bodylotion, Shampoo, Deo oder Peeling aus natürlichen Zutaten für die besonderen Bedürfnisse der Haut während der kalten Jahreszeit. Ein ausführlicher Grundagenteil informiert über die benötigten Komponenten für eine nachhaltig hergestellte Kosmetik, sodass der Einstieg auch ohne Vorkenntnisse gelingt. Verwöhnen Sie Haut und Seele mit sanften Pflegeprodukten zum Selbermachen und entdecken Sie die Kraft Ihrer natürlichen Schönheit! (EMF-Verlag, 15,99 Euro)

3x zu verlosen! Stichwort: „Winter“

Zubereitung:

1. Geben Sie das Salz in eine große Schüssel und fügen Sie die ätherischen Öle tropfenweise hinzu. Rühren Sie dabei alles mit einem Löffel gut um.
2. Fügen Sie die getrockneten Blüten hinzu und mischen Sie alles gut durch, bevor Sie das Salz in schöne Gläser umfüllen. Mit aufgelegtem Deckel 2 Wochen ruhen lassen, dann verschenken ... oder selbst genießen.



Passende Dosen, Fläschchen & Co. bestellen Sie einfach im Internet, z.B. hier: www.cosmopura.de/kosmetikbehaelter/

Unsere Sudokus

LEICHT

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

SCHWER

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

Unser Kreuzworträtsel

<p>Obergrenzen</p>	<p>UNO-Generalsekretär (Ki-moon)</p>	<p>Entführungsoffer</p>	<p>englisch: eins</p>	<p>Füchsin</p>	<p>Stadtteil von München</p>	<p>Merkwort</p>	<p>zuvor</p>	<p>Frauenkurzname</p>	<p>Serie</p>	<p>Notvorräte</p>	<p>mit Freude</p>	<p>niederländisch: eins</p>
<p>Autor von 'Peer Gynt'</p>			<p>Kapitalbringer, Investor</p>					<p>Turnerabteilung</p>				
<p>Vorname d. Ebner-Eschenbach</p>			<p>französisch: man</p>	<p>italienisch: Liebe</p>				<p>'Elfenkönig'</p>	<p>stehendes Gewässer</p>			
		<p>altrom. Philosoph †65</p>	<p>veraltet: Onkel</p>			<p>aus Fels</p>						
<p>verdorben</p>	<p>Teil des Pfeilbogens</p>			<p>Gipfel in den Walliser Alpen</p>							<p>Figur aus 'Kaufmann v. Venedig'</p>	
<p>kleine Deichschleuse</p>			<p>Blumengebinde aus Stein</p>	<p>Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir die ersten Aufstellbücher aus dem Hause Langenscheidt. Mit einer Mischung aus wunderschönen Bildern und inspirierenden Sprüchen und Zitaten. Für alle Liebhaber von Sprache und Kultur. Sie können wählen zwischen: Enjoy life!, J'aime la vie!, O dolce vita! und ¡Viva la vida! (Teilnahmebedingungen: Seite 2)</p> 				<p>französischer Artikel</p>	<p>ein Verkehrszeichen</p>	<p>ital. Rechtsgelehrter †1220</p>		
<p>enthalt-samer Lebensstil</p>	<p>Staat in Südosteuropa</p>	<p>Käuferin</p>	<p>katalanischer, mallorq. Artikel</p>					<p>romantisches Liebeserlebnis</p>	<p>Musikrichtung</p>			
<p>Vorname des Malers Cranach</p>												
			<p>histor. Reich in Westafrika</p>					<p>Fremdwortteil: zwischen</p>	<p>seelischer Schock</p>	<p>Teil des Krankenhauses (Abk.)</p>		
<p>Bild von da Vinci (... Lisa)</p>		<p>verwunderte Frage, wirklich?</p>										
<p>Schwermetall</p>				<p>Harnsäuresalz</p>	<p>oberster Gott Assyriens</p>	<p>Aufschlagverlust (Tennis)</p>	<p>Fremdwortteil: hinein</p>	<p>fertiggekocht</p>		<p>Schneehütte der Eskimos</p>		
		<p>Riesenschlange</p>	<p>Software-nutzer (engl.)</p>			<p>französischer unbest. Artikel</p>		<p>Spitzname Eisenhewers</p>		<p>künstliche Welt-sprache</p>		
<p>englischer Gasthof</p>	<p>Utensil zur Haar-pflege</p>					<p>Sänger der 60er (Billy) †</p>	<p>spanischer Artikel</p>	<p>das Ansehen einer Person</p>				
<p>das Ich (latein.)</p>		<p>weibliches Haustier</p>		<p>die neue Welt</p>						<p>deutsche Airline (Abk.)</p>		<p>Ausruf des Schau-derns</p>
<p>Erbauer der Arche</p>			<p>französische National-fahne</p>						<p>Buch der Bibel</p>			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

3x
zu verlosen!
Stichwort:
„Marx & Darwin“



HÖRBUCH: „Und Marx stand still in Darwins Garten“ von Ilona Jerger

Gott und soziale Gerechtigkeit

England 1881: Dr. Beckett hat zwei berühmte Patienten: Karl Marx, der in London im Exil lebt, und Charles Darwin, der in der Nähe seinen Landsitz hat. Darwin hat dem Schöpfer abgeschworen und liegt damit im Dauerzweist mit seiner geliebten Frau Emma. Marx grollt der Welt und wartet auf ein mutiges Proletariat und verzettelt sich dabei beim Schreiben.

In ihrem wunderbaren Roman verbindet Ilona Jerger Fabulierlust mit wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Erkenntnissen, die den Weltenlauf maßgeblich beeinflusst haben. Ein warmherziges und humorvolles Porträt zweier großer Männer, deren Disput zeitgemäßer nicht sein könnte.

Die Stimme von Peter Kaufmann kennt man aus zahlreichen Produktionen und er liebt diesen Roman hervorragend. Er gibt mit seinem warmen Timbre dem großbürgerliche Naturforscher und dem ewig klammen Revolutionär Respekt und einen kleinen Touch Humor. Wäre Bildung doch immer so unterhaltsam!

(6 CDs, 473 Minuten Laufzeit, Hörbuch Hamburg, 20,00 Euro)



FILM: „Bo und der Weihnachtsstern“, Sony

Ein lustiges Abenteuer für die ganze Familie

Der kleine Esel Bo wünscht sich nichts sehnlicher, als dem Alltagsrott und der kräftezehrenden Arbeit an der Dorfmühle zu entfliehen. So nimmt er eines Tages all seinen Mut zusammen und reißt aus. Endlich in der Freiheit trifft der kleine, aber tapfere Esel auf das Schaf Ruth, das seine Herde aus den Augen verloren hat, und die Taube Dave, die noch große Pläne hat. Gemeinsam mit drei äußerst humorvollen Kamelen und einem ganzen Haufen sehr außergewöhnlicher Stalltiere folgt das Trio einem großen, hellen Stern am Horizont. Dabei ahnen sie nicht, dass sie am Ende ihrer Reise Zeugen der Geburt Jesu und damit auch Teil des allerersten Weihnachten werden... Kinostart: 7.12.2017 (FSK unbekannt)

MUSIK: „Christmas Piano Chill“ mit Michael Förster und verschiedenen Komponisten und Dirigenten

Für besinnliche Stunden

Weihnachten, so entspannend wie nie zuvor! Die größten Weihnachtshits als reduzierte, gefühlvolle Klavierballaden. Ein Album für alle, die sich im Kreis der Liebsten oder für sich selbst eine Auszeit vom hektischen Weihnachtstrubel gönnen möchten. Stimmungsvoll-ruhige Pianocover der größten Weihnachtshits, von "Last Christmas", "All I Want For Christmas Is You" bis "Santa Clause Is Coming To Town", lassen wohlige Weihnachtsstimmung aufkommen. (Sony Music, 14,99 Euro)



3x
zu verlosen!
Stichwort:
„Piano“
HIER
Einsendeschluss
15.12.17

LITERATUR: „Früher war Weihnachten später“ von verschiedene Autoren

Scheinheilige Weihnachtsgeschichten

Die Blätter an den Bäumen sind noch nicht einmal gelb, geschweige denn welk, und schon hängt die Weihnachtsbeleuchtung in den Ästen. Immer früher stapeln sich die Schokoladen-Nikoläuse an den Kassen, beschallen elendig vertraute Weihnachtsmelodien die Fußgängerzonen und Supermarktgänge. ›Früher war Weihnachten später‹ versammelt herrlich hinterhältige Weihnachtsgeschichten als Gegenmittel zum immer länger währenden Weihnachtsterror – mit bissigen, witzigen und spannenden Geschichten von T. C. Boyle, Martin Suter, David Sedaris, Andrej Kurkow oder Daniel Glattauer. (288 Seiten, Diogenes Verlag, 10,00 Euro)



3x
zu verlosen!
Stichwort:
„Früher“
HIER
Einsendeschluss
15.12.17

LITERATUR:

„Let it snow – 24 Plätzchen und Kekse für dich“ von Agnes Prus

Hmmmm...

Alle Jahre wieder freuen wir uns auf die Weihnachtszeit und warten gespannt auf den ersten Schnee. Beim Blick aus dem Fenster träumen wir von langen Winterspaziergängen und tanzenden Flocken. Diese 24 Adventsnaschereien dürfen dabei auf keinen Fall fehlen! Sie versüßen uns die kalte Jahreszeit und erfüllen die Küche mit wunderbarem Duft. Leise rieselt der Puderzucker auf süßes Naschwerk, zarte Kokosflocken umhüllen köstliches Konfekt und schneeweißer Zuckerguss verziert die Leckereien aus dem Ofen – o du fröhliche Adventszeit! Ein kleines Backbuch mit neuen Keksideen und bezaubernden Fotos von Frauke Antholz. (Hölker Verlag, 12,95 Euro)



3x
zu verlosen!
Stichwort:
„Kekse“
HIER
Einsendeschluss
15.12.17

...Glückspilze &



...Schneegipfel



DESWOS



Familienfreundlich wohnen?

Indrani hat einen Traum - einen Traum von einem richtigen Zuhause. Wir bauen sichere Häuser. Sie können helfen. Mit uns!



Spendenkonto
IBAN: DE87 3705
0198 0006 6022 21



www.deswos.de
Deutsche Entwicklungshilfe
für soziales Wohnungs- und Siedlungswesen e.V.
DESWOS-Spendenkonto
IBAN: DE87 3705 0198 0006 6022 21