

lebe 

Dein Zuhause.

Magazin für aktive Mitglieder  
Herbst 2023



Spaß am Sport:

## Gemeinsam in Bewegung

Klimafreundliche  
Wärmepumpen

Neu & nachhaltig:  
Der Grüne Sparbrief

  
**spar+bau**

lebe  Dein Zuhause.



# HANNOVER ERLEBEN

Teilnehmen + gewinnen! 

STÖBERN, SHOPPEN, SCHLEMMEN –  
DEUTSCHLANDS GRÖSSTE  
ERLEBNIS- UND EINKAUFSMESSE  
ÖFFNET WIEDER IHRE TORE.  
WIR VERLOSEN:

**20 X 2 TICKETS**  
FÜR DIE INFA 2023 IN HANNOVER



Inspiration pur: Vom 14. bis zum 22. Oktober präsentieren zahlreiche Aussteller auf dem Messegelände in Hannover neue Trends und Produkte. Die Themenwelten in diesem Jahr reichen von Bauen und Wohnen über Mode und Kosmetik bis hin zu Kunsthandwerk und Weihnachtsdeko. In der Markthalle gibt es praktische Küchenhelfer und es werden allerlei internationale Leckereien angeboten. Drumherum findet ein buntes Unterhaltungsprogramm mit Musik-Acts, Workshops und Vorträgen statt.

Lassen Sie sich überraschen und gewinnen Sie mit etwas Glück 2 von 20 Karten.

Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Infa“ an [gewinnspiel@spar-bau.de](mailto:gewinnspiel@spar-bau.de) senden. Teilnahmeschluss ist der 10.10.2023.

Mehr zu den Teilnahmebedingungen und zum Datenschutz auf S. 32.

## Leben

- Vorwort  
Ein gutes Zusammenspiel **4**
- Ich freu mich auf:  
... den Laternenherbst! **5**
- Vielfältige Erlebnisse  
Lesen, Genießen, Tanzen ... **6**

**Reportage**  
Gemeinsam in Bewegung **8**



## Menschen

- Herzlichen Glückwunsch  
Die Prüfung bestanden **14**
- Alles Gute  
Unsere neuen Azubis **14**

**Ausbildung**  
mit Perspektive **15**

- Treffpunkte  
Schere, Stift, Papier **16**
- Tag des Blechkuchens **16**
- Afrikanische Community **17**
- Kreativ-Wochenende **17**
- Laternenlauf **18**
- Ehrenamtlicher Einsatz **19**

Präventionsrat  
Engagement für gute  
Nachbarschaft **20**



15

## Wissen

- Jubiläum  
Wir gratulieren! **29**
- Aufsichtsrat**  
Zeitenwende – Wärmewende **30**
- Grüner Sparbrief  
Neu & nachhaltig **32**
- Aktuelles  
Zinskonditionen und Impressum **33**
- Wichtige Kontakte  
Unser Service für Sie **34**
- Das Beste zum Schluss  
Schoko-Brownies **35**



30



24

## Wohnen

Umwelt  
Essbares Unkraut **22**

**Klimafreundliche  
Wärmepumpen**  
in Vahrenwald **24**

Wilde Wiesen  
für Insekten **26**

Kolumne  
Gemischtes Doppel **27**

Kabel-TV  
wird Mietersache! **28**

GENDER-HINWEIS: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Magazin entweder die maskuline oder die feminine Form von Bezeichnungen gewählt. Dies impliziert keine Benachteiligung eines anderen Geschlechts.

# EIN GUTES Zusammenspiel



## Liebe Mitglieder,

kennen Sie das: Es wäre mal wieder an der Zeit, etwas für die körperliche Fitness zu tun, aber ständig kommt etwas dazwischen? Oder der innere Schweinehund will nicht überwunden werden?

Sport in der Gemeinschaft motiviert und macht Spaß. Daher wirft die Reportage dieser Ausgabe den Blick auf eine weitere Form der Solidargemeinschaft: die hannoversche Sportvereinskultur. Hier zeigt sich ein vielfältiges Angebot, das selbst für Bewegungsmuffel interessant ist – es zeigt sich aber auch, dass ohne Ehrenamt viele Vereine nicht überleben könnten. Ein großer Dank geht daher auch an unsere Ehrenamtlichen, die mit großem Engagement und viel Spaß zu einem bunten Freizeitprogramm in den spar+bau-Treffpunkten beitragen. Außer für das „gute Klima“ in den Quartieren engagieren wir uns bei spar+bau für das Erreichen der Klimaziele. Bis 2045 wollen wir unabhängig von fossilen Energieträgern werden. Einen Beitrag leisten Wärmepumpen. Über das erste Wärmepumpen-Projekt in unserem Bestand berichten wir ab Seite 24.

Über 5.000 sogenannte Gasetagenheizungen wird spar+bau in den nächsten 20 Jahren jedoch noch ersetzen müssen – eine große finanzielle Herausforderung, die ohne Fördermittel kaum zu bewältigen ist (ab Seite 30). Eine Maßnahme, um klimaneutralen, bezahlbaren Wohnraum zu schaffen, ist unser Angebot zur nächsten Sparwoche: Mit dem Grünen Sparbrief können Mitglieder einen Finanzierungsbeitrag für unser emissionsfreies Neubauprojekt in Oberricklingen leisten. So müssen wir keine teuren Fremdfinanzierungen in Anspruch nehmen – und Sie können sich obendrein auf eine attraktive Rendite freuen.

**Mit diesen und weiteren Themen wünschen wir Ihnen wieder gute Unterhaltung auf den folgenden Seiten!**

Mit genossenschaftlichen Grüßen  
Ihr Vorstandsteam von spar+bau

Udo Frommann

Rainer Detjen



ICH FREU MICH AUF:

# den Laternen- herbst!

Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne: Herbstzeit ist die Zeit der Laternenumzüge. Wenn die Tage immer kürzer und kälter werden, bringen die bunten Papierlaternen heimeliges Licht in die herbstliche Dunkelheit. Dabei dürfen die klassischen Lieder wie „Ich geh’ mit meiner Laterne“ natürlich nicht fehlen. Dick eingemummelt ist so ein abendlicher Lichtbummel durch die Straßen nicht nur für Kinder eine helle Freude, sondern für alle Generationen. Mütze, Schal und gegebenenfalls Handschuhe nicht vergessen. Rabimmel, Rabammel, Rabumm!

*Tipp: Am 4. November findet der traditionelle spar+bau-Laternenlauf in Vahrenwald statt – mit Glühwein, Punsch, Schmalzbrotten und Fanfarenzug (s. S. 18).*



David Safier & Oliver Kurth  
Der kleine Ritter Kackebart  
Rowohlt  
32 Seiten, 13,00 Euro

## Held der Herzen

„Es ist gut, anders zu sein“, steht auf dem Buchtitel, und dass der kleine Ritter Kackebart ein ungewöhnlicher Held ist, verrät bereits sein Name. Obwohl er und sein treues Einhorn Windelpups ausgelacht werden, gibt er nicht auf, seinen Traum zu verfolgen: Er will ein echter Ritter sein. Der Bestsellerautor David Safier schrieb diese schräge Geschichte mit viel Wortwitz, der Hannoveraner Oliver Kurth illustrierte die sympathischen Charaktere, über deren Namen sich wohl nicht nur Kinder schlappachen: „Lackaffe, Flitzepiep oder Klohocker“ bereiten echten Lesespaß, der einfach anders ist!

# vielfältige ERLEBNISSE

## Cream Patisserie & Café

Kaffee und Kuchen gibt es in vielen Cafés – die 23-jährige Konditorin Alina Krens weiß das mit ihrer Handwerkskunst zu toppen: In ihrer liebevoll eingerichteten, rosaroten Patisserie „Cream“ an der Lister Meile kreiert sie kleine und große Köstlichkeiten. Ob klassische Macarons und Tartelettes, fluffige French Croissants, trendige Choux (gefüllte Windbeutel), mit feinen Cremes gefüllte Cruffins (Mischung aus Croissant und Muffin) oder einzigartige Hochzeitstorten – die angehende Meisterin verwöhnt ihre Gäste mit hausgemachtem Feingebäck und Kuchenspezialitäten, die ihresgleichen suchen. Die süßen Träume bietet sie auch zum Mitnehmen an.

Café Cream  
Celler Straße 83 (in der Oststadt)  
Dienstag – Sonntag: 11.00 – 18.00 Uhr



## Fruchtige Marmeladenträume



Der gelernte Koch und studierte Betriebswirtschaftler Wolfgang K. Buck aus Wunstorf machte seine Leidenschaft für heimische Gartenfrüchte und Gemüsesorten zum Beruf: Er ist Marmeladeur. Über 200 Sorten und über 500 Rezepte für besondere Fruchtaufstriche und Gelees kreierte er bisher. In seinen Kochbüchern beschreibt er, wie einfach es ist, ganzjährig regionale Bio-Produkte zu verarbeiten – zum Teil wächst alles in seinem 700 Quadratmeter großen Garten. Seine exotischen saisonalen Variationen würzt er auch mit „untypischen“ Zutaten: Die reine Blüte entfaltet sich in dem Gelee „Wunstorfer Wildrose Classic“, Sommerorangen aus Sölller verfeinern die „Pfirsich-Mallorca-Orangen“-Kreation und die „Senfkönigin“ gibt der Gra-pfruit-Paprika-Marmelade mit Senfkörnern und Pfeffer eine würzige Note. Zu erwerben sind die köstlichen Marmeladen telefonisch, per Mail und online unter.

[DERMARMELADENKOCHER.DE](http://DERMARMELADENKOCHER.DE)



## Seniorentanz mit Live-Musik

Beim Seniorentanz im Pavillon wird Spaß an der Bewegung und der Begegnung großgeschrieben. Hier genießen junggebliebene Senioren einen rundum unterhaltsamen Nachmittag bei Live-Musik, Kaffee und Kuchen und kleinem Entertainment. Einmal im Monat findet jeweils mittwochs das gesellige Beisammensein statt, der nächste Termin ist am 18.10. Eintrittskarten gibt es nur im Pavillon an der Kasse.

Das Gute ist: Alle, die gern tanzen, klönen und Geselligkeit genießen, sind willkommen, auch ohne Tanzpartner

Kulturzentrum Pavillon  
Seniorentanz von 14:00 bis 18:00  
Eintritt & Kaffee & Kuchen: 6 Euro  
Lister Meile 4



[PAVILLON-HANNOVER.DE](http://PAVILLON-HANNOVER.DE)



# Gemeinsam in Bewegung

Endlich mal wieder mehr Bewegung ins Leben bringen? Stadt und Region Hannover glänzen durch eine ausgeprägte Sportvereinskultur. Rund 1.000 Sportvereine bieten hier vielfältige Möglichkeiten, um sportlich aktiv zu werden und die Gesundheit sowie die Solidargemeinschaft zu stärken.



# Bewegung tut gut!

Nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele. So sorgt Sport unter anderem für eine effektive Stressbewältigung, einen besseren Schlaf und ein gestärktes Selbstwertgefühl – und das besonders durch Team sport in Vereinen, ergab eine Studie der Österreichischen Bundes-Sportorganisation: Viele Sportvereinsmitglieder sind mit ihrem Leben zufriedener als Nicht-Vereinsmitglieder (Quelle: Österreichische Bundes-Sportorganisation: Effekte der Mitgliedschaft im Sportverein auf die Gesundheit, www.sportaustria.at). Während der Corona-Pandemie war Vereinssport vielerorts nicht mehr möglich. Mittlerweile sieht es anders aus: Es wird wieder trainiert – **UND ZWAR GEMEINSAM.**

Reportage +



**Headcoach Rafael Pyrasch** analysiert mit Co-Trainer Christian Doebling das Viertelfinale-Spiel der Saison.

## Wie Rugby nach Hannover kam

Wie viel Spaß das machen kann, zeigt sich beim Rugby-Training von Hannover 78 am Maschsee: 25 Männer spielen hier zum Warm-up gerade eine Art Fangen auf dem Spielfeld. Dabei hat jeder Spieler einen Gürtel mit zwei Bändern um. Alle versuchen dem Spieler mit dem Ball die Bänder abzureißen, um ihn aus dem Spiel zu kriegen. Es wird gerempelt, gefallen und gelacht.

Hier, bei Hannover 78, ging es vor 145 Jahren so richtig los mit dem Rasensport in unserer Republik: Der älteste Rugby- und gleichzeitig älteste Rasensportverein Deutschlands wurde von Ferdinand-Wilhelm Fricke gegründet. Aus dem Verein ging 18 Jahre später auch Hannover 96 hervor. Fußball – ja, klar! Aber Rugby? „Rugby wurde Anfang des 19. Jahrhunderts in der gleichnamigen englischen Stadt erfunden“, erklärt der am Spielfeldrand stehende Rafael Pyrasch. Der ehemalige deutsche Rugby-Bundesligaspieler und Union-Nationalspieler ist heute Headcoach für die Bundesligisten bei Hannover 78: „Durch das Königshaus waren Großbritannien und Hannover historisch eng miteinander verbunden. So kamen viele britische Studenten hierher und brachten ihren Sport mit, zum Beispiel auch Cricket.“ Im Laufe der Jahrzehnte etablierte sich der Breitensport zusehends und damit eine Kultur, die neben der Ansprache von Sportinteressierten aller Generationen und kultureller Hintergründe auch den Fairplay-Gedanken großschreibt.



**Benjamin Chatton,** Präsident des Stadtsportbundes Hannover (SSB)

## Hier zählt das Wir-Gefühl

Klar im Vorteil sind Vereinsmitglieder im Hinblick auf das Sozialleben: „Digitale Sportangebote ersetzen nicht die soziale Heimat von Vereinen“, sagt Chatton. Head-Coach Pyrasch stimmt ihm zu: „Neben dem professionellen, persönlichen Training, das auf die persönliche Leistungsfähigkeit eingeht, wird durch die Verbindlichkeit und den Spaßfaktor in der Gruppe das Wir-Gefühl gestärkt.“ Das ist vor allem für all diejenigen interessant, die ihren Schweinehund für regelmäßige sportliche Einlagen schwer überwinden können. Und dann gibt es natürlich noch alles, was neben dem eigentlichen Sport stattfindet, wie gemeinsame Grill-Events oder Vereinsarbeit.



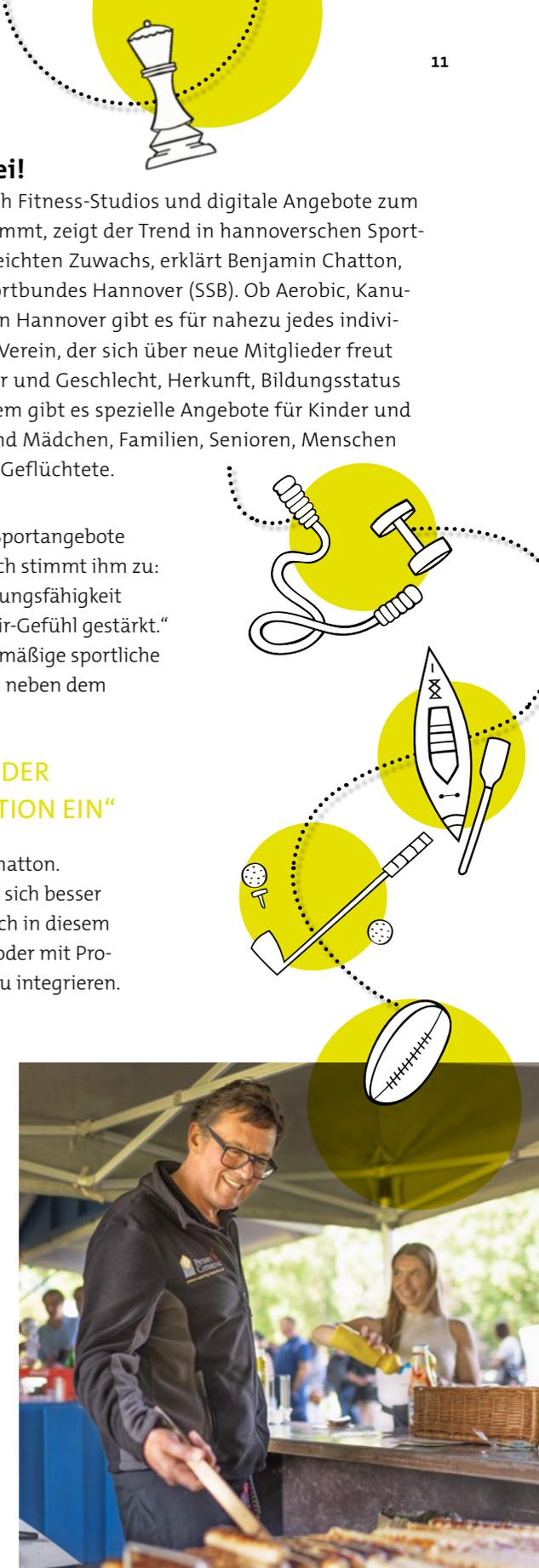
„SPORTVEREINE NEHMEN AUCH BEI DER INTEGRATION EINE WICHTIGE FUNKTION EIN“

„Sportvereine nehmen auch bei der Integration eine wichtige Funktion ein“, so Chatton. „Gemeinsame Trainings, Erfolge und Misserfolge helfen dabei, sich zu begegnen, sich besser kennenzulernen und Berührungsängste abzubauen.“ Hannover 78 engagierte sich in diesem Zusammenhang etwa mit einem Sportangebot für Geflüchtete aus der Ukraine oder mit Programmen, um benachteiligte und gefährdete Kinder und Jugendliche sportlich zu integrieren.

Die jungen Sportler entwickeln mit der Zeit Stabilität, Orientierung, Konfliktfähigkeit und Selbstbewusstsein. Denn neben den sportlichen Aspekten vermitteln die Trainer wichtige Werte wie Durchhaltewillen und Respekt anderen Menschen und Regeln gegenüber. „Rugby eignet sich für jeden“, meint Pyrasch. Ob klein, groß, schwächling oder kräftig: In jeder Position ließen sich Menschen mit unterschiedlichen physischen Voraussetzungen einsetzen. „Natürlich gibt es – vom Spaßfaktor in der Regional-Liga bis hin zum hochprofessionellen Sport – auch unterschiedliche Ansprüche, auf die beim Training individuell eingegangen wird.“ Pyrasch selbst fing bei Hannover 78 mit 16 Jahren an, Rugby zu spielen. Was anfangs wegen der Regeln, die von anderen Ballsportarten deutlich abweichen, überforderte, faszinierte ihn später umso mehr: „Bei jedem Training gab es Neues zu lernen. Das machte schon allein deshalb riesigen Spaß.“ Er trainierte täglich mehrere Stunden, reiste mit der Mannschaft durch die Welt und spielte in Stadien mit 50.000 Zuschauern. Nach seiner Karriere als Spitzensportler absolvierte der heute 36-Jährige ein Studium zum Diplom-Trainer. Erst trainierte er die deutsche Nationalmannschaft und jetzt die Bundesliga-Mannschaft.

## Für alle was dabei!

Wo es andernorts durch Fitness-Studios und digitale Angebote zum Mitgliederschwund kommt, zeigt der Trend in hannoverschen Sportvereinen sogar einen leichten Zuwachs, erklärt Benjamin Chatton, Präsident des Stadtsportbundes Hannover (SSB). Ob Aerobic, Kanufahren oder Minigolf: In Hannover gibt es für nahezu jedes individuelle Interesse einen Verein, der sich über neue Mitglieder freut – unabhängig von Alter und Geschlecht, Herkunft, Bildungsstatus oder Einkommen. Zudem gibt es spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche, Frauen und Mädchen, Familien, Senioren, Menschen mit Behinderung oder Geflüchtete.





### Neue Mitglieder willkommen

Um den Nachwuchs zu motivieren und neue Mitglieder zu werben, bieten sich heute Social-Media-Portale an, so der Coach: „Das gedruckte Vereinsmagazin ist natürlich weiterhin wichtig, um die Gemeinschaft im Verein zu informieren, aber heute muss man auch andere Wege gehen.“ Den größten Teil des Nachwuchses gewinne der rund 1.000-Mitglieder starke Verein, der auch Tennis, Hockey und Freizeitsport anbietet, jedoch nach wie vor durch Kinder und Jugendliche, die ihre Freunde mitbringen. Die Voraussetzung dafür sei immer die gute Betreuung im Verein. Hier liegt allerdings auch die Herausforderung: „Das große Problem für die meisten Vereine ist, Übungsleiter und Ehrenamtliche zu finden, die sich engagieren. Wir brauchen Leute, die die Kinder und Jugendlichen vernünftig betreuen, damit sie sich wohlfühlen und hierbleiben.“ Zwar erfordert die Mitgliedschaft lediglich eine Vereinsarbeit von vier Stunden pro Jahr, aber viele engagieren sich weit darüber hinaus. Dafür wiederum braucht es das Engagement des Vereins: „Man muss nicht nur sagen, dass man das Ehrenamt wertschätzt, sondern man muss die Leute wirklich als Teil des Teams mit einbeziehen.“

### Trends und Bewegungs(t)räume

Ob Minigolf, Schach oder Fechten: Wer sich in der hannoverschen Sportwelt umschaute, findet vielfältige Sportarten. „Klassische Angebote wird es weiterhin überwiegend geben, aber es ist jetzt schon so, dass die Vereine neue Trendsportarten integrieren“, erklärt Chatton.

Von Beach-Volleyball und Padel-Tennis über das Einradhockey bis hin zum Mannschaftssport Quidditch, seit 2022 Quadball genannt, der von dem gleichnamigen fiktiven Spiel aus den Harry-Potter-Büchern inspiriert wurde. Junge Leute werden auch selbst aktiv und schließen sich zusammen, wie zum Beispiel beim Projekt Gleis D vom Verein zur Förderung von Jugendkultur und Sport e.V. Hier wurde eine Skate- und BMX-Halle nahe des S-Bahnhofs Hannover-Nordstadt errichtet. „Wir engagieren uns sehr dafür, dass Hannover eine aktive Stadt ist“, so Chatton. Als Träger des Nachmittagsangebotes an Ganztagschulen werbe der Stadtsportbund für Vereine und führe so schon Kinder an den Sport heran. Zudem initiiert der Stadtsportbund mit Beteiligung zahlreicher Sportvereine Aktionen. Am zweiten Sonntag im September beispielsweise begeistern die SportRegion-Bühne und die Mitmachstationen auf dem zentralen Entdeckerfest der Region Hannover regelmäßig zigtausend Menschen. Auch der Fachbereich Sport der Stadt Hannover setzt sich unter Beteiligung der Sportvereine mit kostenlosen Bewegungs-, Spiel- und Sportmöglichkeiten an öffentlichen Plätzen wie „Bewegungs(T)räume Innenstadt“ oder „Sport im Park goes City“ für den Sport ein.

**WER SICH MOTIVIERT FÜHLT, AKTIV ZU WERDEN, UND EINFACH MAL REINSCHNUPPERN WILL: IN NAHEZU JEDEM STADTTEIL, IN DEM SPAR+BAU-WOHNRAUM VERMIETET, GIBT ES INTERESSANTE SPORTVEREINE. BEI DER WAHL EINER SPORTART ODER BEI DER SUCHE NACH EINEM BESTIMMTEN VEREIN HELFEN DIE DATENBANKEN AUF DER WEBSITE DES STADTSPOBTBUNDES: WWW.SSB-HANNOVER.DE**



### Die Weltgesundheitsorganisation (WHO)

empfehlte Kindern und Jugendlichen im Alter von fünf bis 17 Jahren mindestens eine Stunde Sport pro Tag mit moderater bis hoher Intensität. Menschen ab dem 18. Lebensjahr sollten pro Woche 2,5 Stunden Sport mit mittlerer Intensität oder 1,15 Stunden mit hoher Intensität im Ausdauerbereich treiben.



### HannoverAktivPass

Kinder und Jugendliche, die im Stadtgebiet Hannover leben und deren Familien Sozialleistungen erhalten, bekommen mit dem HannoverAktivPass Vereinsbeiträge bis zu zehn Euro pro Monat (bei höheren Beiträgen anteilig) erlassen. Einfach den HannoverAktivPass beim Verein (Geschäftsstelle, Vorstand, Kassenwart) vorlegen.

Der Beitrag wird dann vom Verein direkt mit der Landeshauptstadt abgerechnet.



HANNOVERAKTIVPASS.DE



*Mitfiebert und mitjubelt:*  
**Dauerkarten gewinnen!**

WIR VERLOSEN 2 DAUERKARTEN IM WERT VON 150 EUR FÜR RUGBY-, TENNIS- ODER HOCKEY-SPIELE IM SPORTVEREIN HANNOVER 78!

EINFACH EINE E-MAIL MIT DEM BETREFF „GEWINNSPIEL HANNOVER 78“ SCHREIBEN AN: GEWINNSPIEL@SPAR-BAU.DE

## DIE PRÜFUNG BESTANDEN

Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Prüfung: Antonia Kreuzer, Sina Wadas und Björn Karzauninkat haben ihre Ausbildung zum Immobilienkaufmann/zur Immobilienkauffrau abgeschlossen. Drei Jahre Ausbildungszeit vergingen für sie wie im Fluge. Mit viel Freude haben sie die umfangreichen Seiten des Ausbildungsberufes kennengelernt. Nun schlagen die drei beruflich neue Wege ein.

**Björn Karzauninkat** stolz mit seinem Abschlusszeugnis in den Händen - herzlichen Glückwunsch.



## ALLES GUTE ZUM ANFANG

Ein **herzliches Willkommen** an unsere neuen Auszubildenden Naomi Najda, Joelina Brünig und Ben Stange!



**Naomi** sieht im Beruf der Immobilienkauffrau einen Job mit Zukunft. Für spar+bau hat sie sich entschieden, „weil mir die Menschen beim Vorstellungsgespräch sofort sympathisch waren.“ In ihrer Freizeit lernt die 18-Jährige auf Reisen gerne neue Kulturen kennen und kümmert sich zu Hause um die Katze, die sie mit ihrer Schwester adoptiert hat.

**Joelina** konnte bei einem Praktikum bereits hinter die Kulissen von spar+bau schauen: „Die Ausbildung reizt mich, da ich in diesem Beruf den perfekten Ausgleich zwischen Außendienst und Büroarbeit habe.“ Ihre Freizeit verbringt die 16-Jährige beim Leistungsschwimmen und am Wochenende feuert sie im Fußballstadion Hannover 96 an.

**Bens** Interesse an der Ausbildung haben Urlaube an der Nordsee geweckt, in denen er von der angespannten Immobiliensituation erfuhr: „Mich hat die soziale Einstellung, die mit einer Genossenschaft verbunden ist, sehr angesprochen.“ In seiner Freizeit ist der 20-Jährige sportlich beim Schwimmen, Radfahren oder Fitnessstraining unterwegs.

## Ausbildung mit Perspektive

Auf der Suche nach einem abwechslungsreichen, spannenden Beruf?

**Die Bewerbungsphase für eine Ausbildung zum Immobilienkaufmann/zur Immobilienkauffrau ab dem 1.8.2024 bei spar+bau hat begonnen. Ein Interview mit Ausbildungsleiterin Catalina Seidel.**

**Frau Seidel, was macht die Ausbildung bei spar+bau so attraktiv?**

Im Vergleich zum freien Wohnungsmarkt basiert unser genossenschaftliches Konzept auf sozialen Grundpfeilern, z. B. bezahlbaren Wohnraum anzubieten. Das spiegelt sich auch in unserem Miteinander wider. Die seit Jahren steigenden Mitgliederzahlen bestätigen unseren Erfolg. Eine Ausbildung bei uns bietet eine spannende Mischung aus Theorie und Praxis. Unsere Azubis durchlaufen alle Abteilungen einer Wohnungsgenossenschaft: Sie besichtigen Wohnungen und Baustellen, führen Vermietungsgespräche und betreuen unsere Mieter. Für die Bereiche „Makler“ und „Wohnungseigentümergebarung“ gibt es zudem einen Austausch mit anderen Unternehmen, um einen ganzheitlichen Einblick in den Beruf zu bieten. In unserem jungen Team haben die Azubis außerdem die Möglichkeit, sich intern auszutauschen, gemeinsame Projekte durchzuführen sowie an internen Schulungen teilzunehmen.

**Welche beruflichen Möglichkeiten ergeben sich nach dem Abschluss?**

Die Azubis können nach dem Abschluss entweder bei einem Wohnungsunternehmen direkt in den Beruf einsteigen oder sie schließen eine Weiter-

bildung zum Immobilienfachwirt beziehungsweise ein Studium an, etwa in den Bereichen „Immobilienwirtschaft“ oder „Nachhaltiges Energie- und Immobilienmanagement“.

**Welche Voraussetzungen oder Kenntnisse sollten Bewerber mitbringen?**

Interessierte sollten das Abitur oder einen guten Realschulabschluss haben. Sie sollten freundlich, aufgeschlossen und kontaktfreudig sein, keine Angst vor Zahlen und natürlich Lust auf diesen Beruf haben. Alles Weitere lernen sie bei uns.

Interessiert  
an einem Job mit  
Zukunft?

Bewerbungsunterlagen  
(Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse)  
einfach als PDF-Dokument an:  
[Catalina.Seidel@spar-bau.de](mailto:Catalina.Seidel@spar-bau.de)



# Schere, Stift, Papier



DER „GESTALTUNGS-SPIEL-RAUM“  
IN BUCHHOLZ

Basteln ist nur etwas für Kinder? Von wegen! Der Kreativität freien Lauf lassen und mit Papier, Textil und anderen Materialien etwas Schönes zaubern kann in jedem Alter entspannend sein. Ab Oktober gibt es im Treffpunkt Buchholz ein neues Angebot: den „Gestaltungs-Spiel-Raum“ von Juliane Herrmann. Die Kommunikationsdesignerin gibt Anregungen für Kreatives zum Verschenken oder Dekorieren. Im Oktober dreht sich alles um herbstlich-florale Objekte aus Papier und Textil. Im November werden Adventskalender selbstgemacht und im Dezember entstehen weihnachtliche Grußkarten. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Mitbringen sollten Sie einen Klebestift und, wenn vorhanden, altes Papier.

**TREFFPUNKT BUCHHOLZ**  
Käthe-Steinitz-Straße 9\_30655 Hannover  
jeden zweiten Freitag\_15 bis 18 Uhr



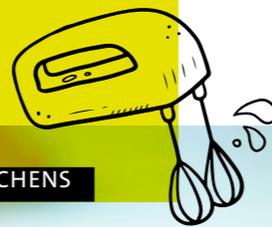
# Ankommen und Austauschen

**TREFFPUNKT FÜR DIE AFRIKANISCHE  
COMMUNITY IN RICKLINGEN**

Gleichgesinnte treffen und Unterstützung erhalten: Jeden ersten und dritten Sonntag im Monat öffnet der Treffpunkt Ricklingen für Menschen, die aus afrikanischen Ländern nach Hannover gezogen sind – gerade eben oder schon vor längerer Zeit. Bei einer Tasse Tee können Sie Erfahrungen teilen, sich über Hürden austauschen und sich gegenseitig unterstützen. Außerdem bietet die engagierte ehrenamtliche Leiterin Seyoum Tedros, Hilfe an bei der Übersetzung von Formularen und beim Schreiben.

**TREFFPUNKT RICKLINGEN**  
Friedrich-Ebert-Platz 7\_30459 Hannover  
jeden ersten und dritten Sonntag im Monat\_12 bis 17 Uhr

# Schlemmen und schnackeln



**TAG DES BLECHKUCHENS**

Es gibt den Tag der Poesie, den Tag des Radios ... warum also nicht auch den Tag des Blechkuchens? Den rufen wir ins Leben und laden am 10. Oktober dazu ein, in den Treffpunkten vorbeizukommen. Dort können Sie Nachbarn treffen, einen Plausch halten und die Angebote der Treffpunkte kennenlernen. Und natürlich Blechkuchen essen – Pflaume, Apfel oder Bienenstich? Backen Sie auch gern und möchten einen Kuchen beisteuern? Dann sprechen Sie dazu gerne die jeweiligen Koordinatorinnen an.

**TREFFPUNKTE RICKLINGEN  
VAHRENWALD, LIMMER UND BUCHHOLZ**  
Dienstag\_10. Oktober\_15 Uhr

**Buchholz:** Jeanette Kießling 0511 21978-1274  
**Limmer:** Silke Oppenhausen 0511 21978-126  
**Ricklingen:** Stephanie Böhm 0511 21978-173  
**Vahrenwald:** Kaja Tippenhauer: 0511 21978-174

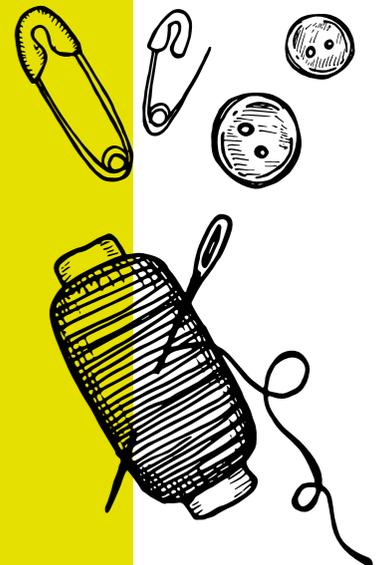


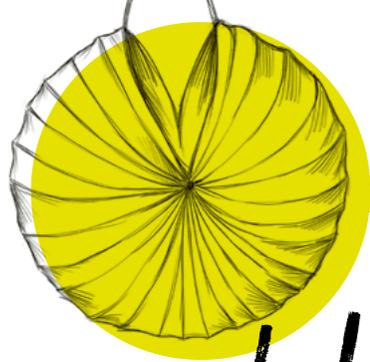
# Kunstvoll austoben

**KREATIV-WOCHENENDE IM  
TREFFPUNKT VAHRENWALD**

An diesem Wochenende stehen die Türen des Treffpunkts allen offen, die in geselliger Runde kreativ werden wollen. Aus der Nachbarschaft und darüber hinaus – Interessierte jeden Alters sind willkommen! Vor Ort arbeitet jeder am eigenen Projekt, ist dabei aber keinesfalls auf sich allein gestellt: Die Teilnehmenden lernen voneinander und unterstützen sich gegenseitig. Wer Häkeln und Stricken ausprobieren möchte, nimmt sich einfache Projekte wie Abschminkpads oder Socken vor, Geübtere bekommen neue Ideen und Kniffe mit auf den Weg. Ihrer Kreativität freien Lauf lassen können Sie auch mit Makramee oder Mandalas. Oder Sie bringen eigene Projekte mit und inspirieren andere. Mitbringen sollten Sie außerdem Verpflegung und Getränke, ebenso wie Material, das Sie aber auch vor Ort erwerben können.

**TREFFPUNKT VAHRENWALD**  
Moorkamp 18\_30165 Hannover  
30. September bis 2. Oktober  
Samstag\_von 15 bis 18 Uhr  
Sonntag und Montag\_von 10 bis 18 Uhr





Treffpunkte +

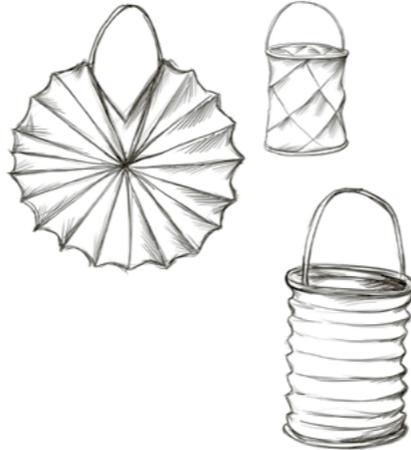
# Ich geh' mit meiner Laterne

Am Samstag, den 4. November, wartet in Vahrenwald wieder ein besonders stimmungsvolles Erlebnis auf Sie: unser traditioneller Laternenlauf.

Auch in diesem Jahr konnten wir als musikalisches Highlight für den Laternenlauf den Fanfarenzug der Schreberjugend Hannover gewinnen, der uns bereits im vergangenen Jahr begeistert hat. Mit der kräftigen Unterstützung der rund 20 Bläser, Trommler und Cheerleader und natürlich mit unseren Laternen laufen wir durch den Stadtteil und bringen Vahrenwald zum Klingen und zum Leuchten.

Um 18 Uhr und zum Abschluss des Laternenlaufs geben die Musiker jeweils ein kleines Platzkonzert. Um die kalten Stimmbänder in Schwung zu bringen, lädt die Kita „Erdenkinder“ schon um 17.30 Uhr zum gemeinsamen „Warm-singen“ auf dem Jahnplatz ein. Nach dem Laternenlauf gibt es im Treffpunkt Vahrenwald (Moorkamp 18) Glühwein und Kinderpunsch auf Spendenbasis zum Aufwärmen und gemütlichen Beisammensein. Laternen inklusive Kerzen werden vor Ort von spar+bau kostenfrei ausgegeben. Aber auch ohne Laterne und Kinder oder Enkelkinder lohnt es sich, die ganz besondere, fröhliche Stimmung zu erleben. Seien Sie dabei!

**JAHNPLATZ, VAHRENWALD**  
**Samstag\_4. November\_ab 17.30 Uhr**



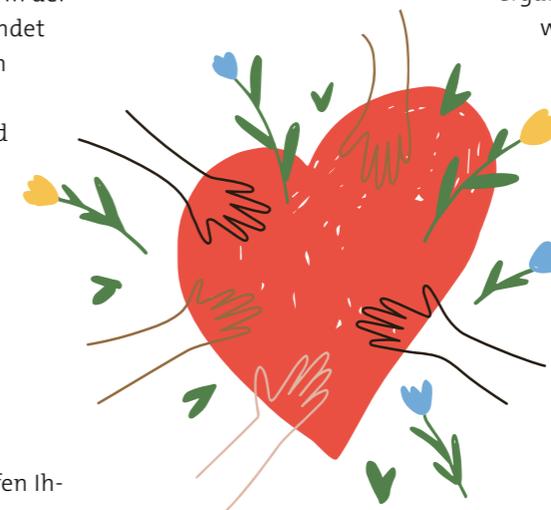
# Gemeinsam-Leiten

Die spar+bau-Treffpunkte leben von Miteinander und ehrenamtlichem Einsatz. Dabei gibt es vielfältige Möglichkeiten, sich einzubringen. Auch eigene Ideen sind herzlich willkommen.

Wer in der Freizeit nach Beschäftigung und netter Gesellschaft in der Nachbarschaft sucht, findet in unseren Treffpunkten einen bunten Strauß an Angeboten für Jung und Alt – dank zahlreicher Ehrenamtlicher, die sich mit Herzblut und tollen Ideen engagieren. Sie haben ebenfalls Lust, in einem Treffpunkt aktiv zu werden? Wir freuen uns über Unterstützung und helfen Ihnen gerne, eine neue Gruppe zu gründen. Dafür brauchen Sie keinen ausgefeilten Plan, sondern können klein anfangen – mit einer ersten Idee oder einem Hobby beispielsweise, für das Sie Gleichgesinnte suchen. Aber auch die Teams unserer bestehenden Angebote freuen sich selbstverständlich über regelmäßige oder sporadische Unterstützung. Mit Ideen für ein fröhliches Gedächtnistraining können Sie in Limmer beispielsweise das Team

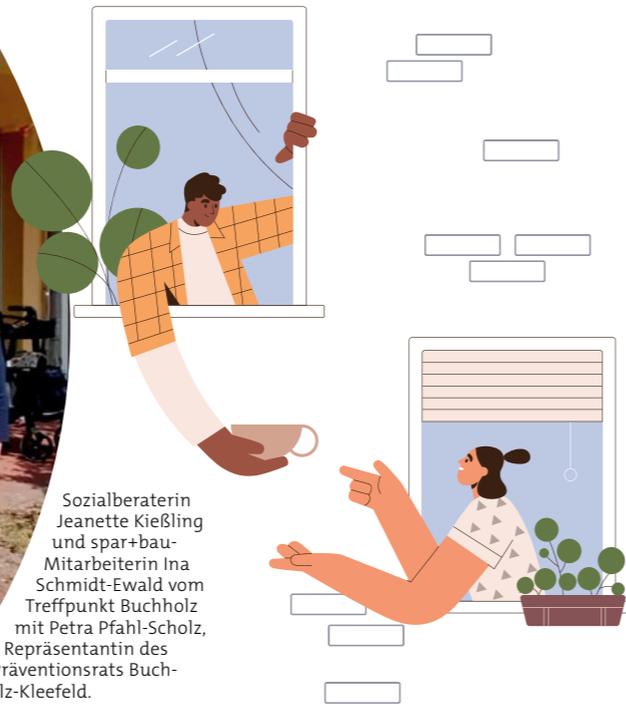
der Gruppe „Schwung für graue Zellen“ ergänzen. Oder Sie bauen eine weitere Gruppe in einem anderen Stadtteil auf. Wir unterstützen gerne mit Material und geben Hilfestellungen. Sie wollen lieber den Körper beim Gärtnern in Schwung bringen, haben aber keinen eigenen Garten? Ebenfalls am Treffpunkt Limmer freuen sich zwei Hochbeete über grüne Daumen und gelegentlich eine Gießkanne Wasser. Das Miteinander macht unsere Treffpunkte lebendig. Die Ehrenamtlichen sind untereinander vernetzt, tauschen sich aus und planen gemeinsame Aktivitäten. spar+bau organisiert dafür unter anderem einen Ausflug am Tag der Ehrenamtlichen.

**Kennenlernen können Sie die spar+bau-Treffpunkte zum Beispiel am Tag des Blechkuchens am 10. Oktober.**





Sozialberaterin Jeanette Kießling und spar+bau-Mitarbeiterin Ina Schmidt-Ewald vom Treffpunkt Buchholz mit Petra Pfahl-Scholz, Repräsentantin des Präventionsrats Buchholz-Kleefeld.



# Engagement FÜR GUTE NACHBARSCHAFT

Neben unseren spar+bau-Treffpunkten setzen sich für ein gutes nachbarschaftliches Miteinander Institutionen wie der Präventionsrat Buchholz-Kleefeld ein. Was macht dieser und wer sind die Akteure?

Präventionsrat +

**2012 entschied sich der Bezirksrat Buchholz-Kleefeld, einen Präventionsrat auf Stadtbezirksebene einzurichten: „Zu dieser Zeit hatten wir hier große Probleme mit einer Personengruppe aus der rechten Szene“, erklärt Sven Martin, Mitglied der Vertreterversammlung bei spar+bau und stellvertretender Sprecher der AG Wohnen des Präventionsrats Buchholz-Kleefeld (PBK). 2013 war es dann so weit: Das Gremium wurde gegründet.**

## Engagiert im Ehrenamt

Heute engagieren sich im PBK rund 20 ehrenamtliche Mitglieder in drei Arbeitsgruppen: AG Demokratie, AG Wohnen sowie AG Bildung und Gesundheit. „Die Beteiligung aller Akteure ist der Beginn für einen Aktivierungsprozess, um die Menschen vor Ort in den Dialog über ihr Zusammenleben in der Nachbarschaft zu bringen“, so die Repräsentantin des PBK, Petra Pfahl-Scholz. Das sei vor allem angesichts wachsender Herausforderungen wie Integration, demografischer Wandel und Gefährdung der Demokratie bedeutend für unsere Gesellschaft. Jede der drei AGs arbeitet autonom, bringt Ideen in die Lenkungsgruppe des PBK ein, die, sofern Konsens besteht, die Vorschläge weiterreicht an den Bezirksrat oder weitere zuständige Stellen.



Mit der Foto-Ausstellung „Gute Nachbarschaft ist ...“ beteiligte sich der Präventionsrat Buchholz-Kleefeld am Nachbarschaftstag im spar+bau-Treffpunkt in der Käthe-Steinitz-Straße.



Die Bilder sind Teil einer Niedersachsen-weiten Wanderausstellung der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) Soziale Brennpunkte Niedersachsen e.V.

## Vielfältige Wirkungsbereiche

Das Themenspektrum der einzelnen AGs ist groß. In der AG Wohnen etwa reicht das Bürgerengagement von der Wegesicherheit über die Wohnumfeld-Gestaltung bis hin zu Aktionen für ein gutes Miteinander in der Nachbarschaft. Zum Europäischen Nachbarschaftstag 2023 rief der PBK etwa zum Mitmachen bei der Foto-Ausstellung „Gute Nachbarschaft ist ...“ auf. Ein voller Erfolg! Insgesamt 93 Bilder wurden eingereicht und auf Stadtteilstellen ausgestellt – wie beim Nachbarschaftsfest im spar+bau-Treffpunkt Buchholz. Ein Foto zeigte zum Beispiel ein Ohr mit dem Text: „... dem Nachbarn Gehör schenken.“

## Häusliche Gewalt gegen Frauen

Neben diesen erfreulichen Aktionen nimmt sich der Präventionsrat auch schwerer Themen an, wie die der häuslichen Gewalt gegen Frauen. Als die Stadtbezirksmanagerin Kathrin Rembecki 2022 eine Arbeitsgruppe aus ehrenamtlichen und hauptamtlich tätigen Fachleuten ins Leben rief, war der Präventionsrat mit dabei: „Bereits im Herbst gab es einen Fachtag, der sich an Fachkräfte und interessierte Einwohner richtete. Anlässlich des ‚Aktions-tages gegen häusliche Gewalt‘ im November soll noch in diesem Jahr, und zwar am 28. September 2023, ein weiterer Fachtag nur für Experten im Hölderlin 1 – dem Kulturhaus in Kleefeld – stattfinden.“ Aktuell setzt sich der PBK für die Einrichtung von „Roten Bänken“ im Stadtbezirk ein. Die aus Italien stammende Idee, eine rote Bank auf einem öffentlichen Platz aufzustellen, um deutlich zu machen, dass Gewalt an Frauen ein Thema ist, das aus der Tabuzone heraus in die Öffentlichkeit gehört, setzt sich seit 2016 europaweit durch: „Die Bänke sind ein Zeichen dafür, dass Plätze frei

bleiben, wenn Frauen Opfer häuslicher Gewalt werden. Sie sind mit einem QR-Code versehen, der zu Hilfsangeboten weiterleitet.“

Hilfsangebote vermittelt auch der PBK: „Spricht uns ein Mitbürger zu diesem Thema an, leiten wir seinen Gesprächsbedarf entsprechend weiter, ohne die Anonymität zu verletzen.“ Betroffene werden zum Beispiel an die Koordinierungs- und Beratungsstelle für Frauen bei häuslicher Gewalt der Arbeiterwohlfahrt Region Hannover e.V. (AWO) vermittelt.

Schließlich seien die Mitglieder des Präventionsrats Mitbürger, die sich „entschieden haben, hinzusehen, zuzuhören und einzuwirken im Sinne aller Einwohnerinnen und Einwohner im Stadtbezirk Buchholz Kleefeld da zu sein, die unsere Unterstützung und unser Einwirken brauchen“.

**Sie leben in Buchholz-Kleefeld und haben ein Anliegen, für das Sie Unterstützung suchen? Sie möchten Ihren Stadtbezirk aktiv mitgestalten?** „Alle Mitglieder von spar+bau sind herzlich eingeladen, sich im Präventionsrat einzubringen“, so Pfahl-Scholz: „**Rufen Sie uns an: 0511 5497920!**“



# Essbares UNKRAUT



Viele vermeintliche Unkräuter landen im Kompost. Dabei machen sie sich eigentlich viel besser auf dem Teller. Ungemähte Grünflächen werden damit zum wilden Kräuterbeet.

Neben Blumen, Obst und Gemüse sprießt im Sommer auch das Unkraut. Lästig, finden die meisten. Also werden Löwenzahn, Spitzwegerich und Co. abgemäht oder ausgerissen. Schade eigentlich, denn in Wahrheit sind sie echte Superfoods. Eine spar+bau-Mieterin schickte uns im Frühjahr eine Nachricht, in der sie uns mitteilte, dass sie den Spitzwegerich der nur am Rand gemähten Wiese vor ihrer Terrasse zu Pesto verarbeitet hat. Das brachte uns auf die Idee, hier ein paar essbare Un-Kräuter vorzustellen: „Unkraut nennt man die Pflanzen, deren Vorzüge noch nicht erkannt worden sind“, sagte einst bereits der amerikanische Philosoph und Schriftsteller Ralph Waldo Emerson. Recht hatte er.

## Kostenlose Vitaminbomben

Viele vermeintliche Unkräuter liefern mehr Vitamine und Mineralstoffe als herkömmliches Gemüse. Im Gegensatz zum Gemüse wachsen die Wildkräuter aber von ganz allein, brauchen keine Pflege und sind vollkommen kostenlos. Wenn wir Teile unserer Grünflächen für mehr Artenvielfalt seltener mähen, freut das also nicht nur Insekten, sondern auch die Menschen.

## Tipps für die Unkrauternte

Ernten sollte man allerdings nur die Wildkräuter, die man kennt. Es gibt nämlich – ähnlich wie bei Pilzen – auch giftige Vertreter. Beim Bestimmen helfen Sachbücher, Apps oder Experten auf Wildkräuter-Wanderungen. Pflanzen am Straßenrand sollten ebenfalls stehenbleiben, da sie mit Schadstoffen belastet sein können. Köstliche Kräuter gefunden? Dann die Pflanzen nicht ausreißen, sondern mit einem kleinen Messer vorsichtig abschneiden, damit sie nachwachsen können.



## BRENNNESSEL

Um die gezackten Blätter machen viele Menschen einen Bogen, schließlich lösen sie auf der Haut ein Brennen aus. Dabei ist die Brennnessel mit ihrem hohen Gehalt an Vitamin C, Magnesium und Calcium ein echtes Superfood. Gekaut lassen sich die Blätter als Spinatersatz verwenden, geschnitten dienen sie als Suppenkraut, püriert als Brotbelag oder Zutat in Smoothies und getrocknet als Tee. Die Brennhaare verlieren bei der Zubereitung ihre unangenehme Wirkung.



## LÖWENZAHN

Die langen Blätter und die gelben Blüten sind nicht nur ein beliebtes Kaninchenfutter, sie bereichern mit viel Vitamin C, Kalium, Magnesium und Zink auch den menschlichen Speiseplan. Löwenzahnblätter schmecken im Salat, lassen sich wie Spinat dünsten oder wie Rucola auf Pizza und Pasta verwenden. Die Knospen eignen sich als Kapern-Ersatz. Und die Blüten ergeben einen leckeren Sirup.

## SCHAFGARBE

Die weißen Blüten sind auf Wiesen ebenso ein Hingucker wie auf dem Teller. Auch die inneren Werte können sich sehen lassen: Schafgarbe enthält viele Mineralstoffe wie Kalium und Kupfer. Besonders aromatisch schmecken die jungen Blätter. Kleingeschnitten sind sie eine leckere Zutat im Salat. Getrocknet verleihen sie Kräutersalz, Butter oder Brotaufstrichen Würze.



## SPITZWEGERICH

Von der Wurzel bis zur Blüte darf das gesamte Kraut auf dem Teller landen. Besonders intensiv ist das Aroma der Knospen. Roh schmecken sie nussig, gedünstet entfalten sie ein pilzähnliches Aroma. Zum Einsatz kommt der Spitzwegerich in Suppen, Salaten und Smoothies. Oder man verarbeitet ihn zu einem Pesto, wie unsere Mieterin Jutta Langheineken, die das leckere Unkraut auf der Wiese vor ihrer Haustür geerntet hat.



VIER  
leckere und gesunde  
KRÄUTER:



## REZEPT FÜR SPITZWEGERICH- PESTO

50 g junge Spitzwegerich-Blätter  
5 EL Olivenöl  
20 g Pinienkerne  
20 g geriebener Parmesan  
oder Pecorino  
1 Knoblauchzehe nach Belieben  
Salz und Pfeffer

Wegerichblätter in kleine Stücke schneiden. Alle Zutaten in den Mixer geben und zerkleinern. Eventuell noch etwas Öl zugeben, bis eine sämige Konsistenz entsteht.

In Gläser füllen und für längere Haltbarkeit mit einem weiteren Esslöffel Olivenöl überdecken. Kühl aufbewahren.

Guten  
Appetit!

## Wärmepumpen +

**Klimafreundlich in Vahrenwald:** Die Mehrfamilienhäuser mit 18 Wohneinheiten in der Parsevalstraße und der Eulerstraße wurden 2022 energetisch saniert. Bis November 2023 soll hier die neue Wärmepumpe in Betrieb gehen – als Pilotprojekt für weitere spar+bau-Bestandsgebäude.

# Klimafreundliche WÄRMEPUMPEN!

Was spar+bau bislang nur in den Neubauten umsetzte, wird von jetzt an auch in den Bestandsgebäuden realisiert: Die Energieversorgung durch emissionsfreie Wärmepumpen in der Parseval- und Eulerstraße in Vahrenwald. Ein Interview mit Vorstand Rainer Detjen.

**Herr Detjen, wann und warum wurde die Installation von Wärmepumpen in den Vahrenwalder Bestandsgebäuden entschieden? Die Gasetagenheizungen funktionierten doch noch?**

Vor dem Hintergrund, dass spar+bau bis 2045 klimaneutral werden will, fiel die Entscheidung im Herbst 2022 als Alternative zur Fernwärme. Beide Gebäude liegen in einem Satzungsgebiet, in dem wir seit dem 1.1.2023 theoretisch verpflichtet wären, an die Fernwärme anzuschließen. Laut Satzung dürfen wir aber eine Alternative wählen, die in puncto CO<sub>2</sub>-Belastung gleich schlecht oder besser ist. Das ist aktuell nur die emissionsfreie Wärmepumpe. Mit der Wärmepumpe und einer Photovoltaik-Anlage sind wir für die nächsten Jahrzehnte unabhängiger von Energieversorgern.

**Womit müssen die Mieter während der Umbauzeit rechnen?**

Sie werden schriftlich von uns informiert, wann wir planen, die Umstellung durchzuführen. Sie können in ihrer Wohnung bleiben, müssen aber etwa eine Woche lang mit Einschränkungen, auch Staub, Dreck und Lärm, rechnen. Das lässt sich leider nicht vermeiden. Die Maßnahmen werden aber immer von Mitte/Ende Mai bis in den September hinein durchgeführt, also außerhalb der Heizperiode.



**Was für Veränderungen ergeben sich durch die Wärmepumpe?**

Die Gasheizung hat einen Vorlauf von 70–80 Grad. Sie kennen das, wenn Ihr Heizkörper oben innerhalb kürzester Zeit richtig heiß wird. Bei der Wärmepumpe liegt der Vorlauf bei 40–45 Grad. Das erweckt den Eindruck, als sei der Heizkörper kaputt, weil er nicht mehr so schnell hochfährt. Er erwärmt den Raum aber trotzdem. Zudem haben wir in den beiden Gebäuden die Fassaden neu gedämmt und die Fenster ausgetauscht. Dadurch gibt es kaum noch Verluste durch die Außenwand.

**Woher kommt der Strom, um die Wärmepumpe zu betreiben?**

Der Strom dafür kommt zum Teil aus der Photovoltaik-Anlage auf dem Dach sowie aus dem öffentlichen Netz. Dieser gelieferte Strom wird ebenfalls regenerativ erzeugt.

**Wie funktionieren die Wärmepumpen in Vahrenwald?**

Die Luft-Wasser-Wärmepumpe nutzt die Umgebungsluft als Wärmequelle. Dabei saugt ein eingebauter Ventilator die Luft an und leitet sie weiter an einen Verdampfer, in dem ein Kältemittel zirkuliert. Das Kältemittel erwärmt sich und wird zu Dampf, der zu einem elektrisch angetriebenen Verdichter strömt. Dieser lässt die Temperatur ansteigen, bis der Kältemitteldampf zu einem Verflüssiger geleitet wird. Hier überträgt er seine Wärme auf das Heizsystem und kondensiert. Die gewonnene Wärme lässt sich zum Heizen oder zur Warmwasserbereitung nutzen.

**Was für Herausforderungen gibt es dabei im Bestand?**

Die Herausforderung ist, dass sich eine Wärmepumpe nicht überall einbauen lässt. Wenn die Grundstücke zu klein sind, ist es schwer, dafür einen geeigneten Standort zu finden. Müssen viele Wohnungen versorgt werden, müssen mehre-

re Wärmepumpen installiert werden. Es ist natürlich auch immer die Schallbelastung zu überprüfen. Zudem ist die Frage, ob das Gebäude energetisch dafür ausgelegt ist oder ob energetische Maßnahmen, wie eine zusätzliche Wärmedämmung, notwendig sind. Generelle Herausforderungen reichen von aktuell noch fehlenden Förderungen über lange Genehmigungsverfahren bis hin zu Wartezeiten für die Lieferung einer Wärmepumpe von bis zu einem Jahr.

**Welche weiteren Projekte für den Einbau von Wärmepumpen sind als nächstes in Planung?**

Alle Neubauten von spar+bau sollen in Zukunft mit Wärmepumpen ausgestattet werden. Im Bestand planen wir für das kommende Jahr den Beginn der Umrüstung von zwei Quartieren: In der Rehr/Rudolfstraße in Wettbergen wollen wir 104 Wohneinheiten in den Jahren 2024/25 auf Wärmepumpe umstellen und drei Gebäude in der Springerstraße in Oberricklingen. Von unseren 8.000 spar+bau-Wohnungen sind noch über 5.000 mit Gasetagenheizungen ausgestattet. Die müssen bis 2045 auf fossilfreie Beheizung umgestellt sein.



## Wilde Wiesen FÜR INSEKTEN

Auf einer Brachfläche in Oberricklingen soll ein Neubau errichtet werden. In der Zwischenzeit lässt spar+bau eine **Blühwiese** entstehen – und leistet damit einen **wichtigen Beitrag** zur biologischen Vielfalt.



Seitdem die Gebäude in der Springer Straße 5–7 abgerissen wurden, liegt das etwa 1000 Quadratmeter große Grundstück brach. Zweimal im Jahr wird die Fläche gemäht, ansonsten bleibt sie sich selbst überlassen. Nach und nach haben sich hier Wildpflanzen ausgebreitet, die mit der geringen Bodenfeuchte gut zurechtkommen.

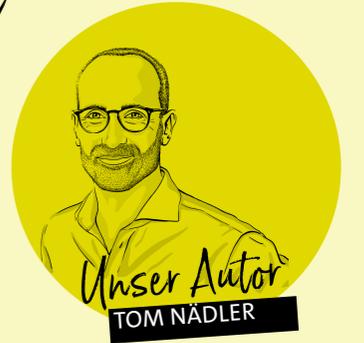
### Neuer Wohnraum für Insekten

Bis das Grundstück neu bebaut wird, haben wir uns dazu entschieden, Wohnraum für Insekten zu schaffen: Anfang des Sommers wurden Samen für eine Blühwiese ausgesät. Damit fördern wir die biologische Vielfalt. Die Wiese bietet Insekten Unterschlupf und Nahrung. Und: „Sollte die Fläche komplett zuwuchern, würde sie auch in Hinblick auf die Speicherkapazität von Wasser einen wertvollen Beitrag leisten“, sagt unser Klimaschutzbeauftragter Stefan Huck. Unsere Mieter profitieren ebenfalls von der wilden Wiese: „Die Fläche ist trotz ihrer ‚Unordnung‘ sehr schön anzusehen – auch durch den vorhandenen Baumbestand und die hohen Grassäume zur Straße hin.“

### Wassersparende Wildblumen

Die Wildblumen wurden während einer heißen und trockenen Phase ausgebracht. Daher haben wir die Fläche einmalig bewässert. So nützlich eine Blühwiese ist: Angesichts der Wasserknappheit sollte sie nicht um jeden Preis erzeugt werden. Zukünftig wird die Fläche nicht mehr gegossen. „Die Unkräuter und Blumen, die sich unter diesen Bedingungen durchsetzen, sind langfristig auch ohne Wasserzugabe überlebensfähiger“, so Stefan Huck. Noch steckt die Blühwiese in den Kinderschuhen. Gute Ergebnisse erwartet der Klimaschutzbeauftragte gegen Ende des Sommers.

# GEMISCHTES Doppel



... schreibt an dieser Stelle regelmäßig über den alltäglichen Wahnsinn – zu Hause, im Job und unterwegs.

Seit Jahren geht es hier fast nur um Theo und nur ein wenig um Tanja. Diesmal nicht, dachte sich Tom Nädler und machte sich Gedanken über die kleinen Unterschiede ...

Da meine Frau grundsätzlich nie liest, was ich schreibe, kann diese Kolumne erscheinen, ohne dass ich am Ende beim Scheidungsanwalt sitze. Ich „mag“ sie wirklich sehr. Mir war vor Jahren in Windeseile klar: „Große Sache hier“ – und der Weg ins Standesamt war dann nicht mehr weit.

Wenn der Kitt einer guten Ehe aber die kleinen Unterschiede sind, dann hält unsere ganz sicher bombenfest. Eine vollständige Übereinstimmung in allen nur erdenklichen Fragen wäre ja auch total langweilig, 70 Prozent an Gemeinsamkeiten, das passt wohl perfekt, das habe ich mal irgendwo gelesen.

Meine Frau hält sich zum Beispiel für sportlich, macht aber immer nur sehr wohldosiert Sport. Mal ein bisschen joggen, mal ein wenig Pilates, hier und da mal Fahrrad fahren, okay, mehr sollte es nicht sein. Ich halte mich für völlig unsportlich, weil ich mir zwischen den Trainingsphasen durchaus größere Pausen gönne, mich dann nicht aufraffen kann und der innere Schweinehund ein langjähriger Freund meines sportlichen Ichs ist.

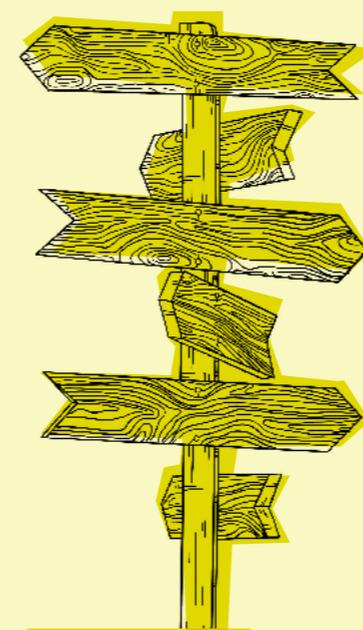
Ich geh' für mein Leben gerne shoppen. Und zwar in der City. Klar, was es dort nicht gibt, das kaufe ich online, das hat sich etabliert. Tanja hingegen kauft alles im Netz. Ich kann da nur den Kopf schütteln, angesichts der Dichte an Drogerie- und Fachmärkten in der Stadt. Okay, sie arbeitet viel und dann ist da ja noch Theo. Aber so ein Bummel durch Shops und Boutiquen, der kann ja durchaus inspirierend sein.

Zum Thema Essen und Trinken oder auch Kochen. Tanja mag es gesund, was zur Folge hat, dass ich

das Essen oft spaßbefreit finde. Wenn sie meint, Dinkelpasta wäre eine gute Idee, muss für mich dann aber bitte eine Sahnesauce drüber, so viel Geschmack sollte es schon sein. Ich esse lieber nur eine halbe Portion, die mir schmeckt, als mich ohne Spaß satt zu essen. Und dann immer dieser grüne Salat dazu ...

Aber kommen wir mal zu den 70 Prozent, die uns vereinen und in denen wir ein richtig gutes Team sind. Wir verreisen beide sehr gerne. Sie zwar gerne noch öfter als ich, aber wenn wir zusammen unterwegs sind, dann brennen wir beide für jedes Abenteuer. Auch gutes Design und zeitlose Möbel gehören für uns zum Leben dazu.

Und dann ist da noch Theo. Den finden wir beide zum Glück auch 100-prozentig toll.



# KABEL-TV wird Mietersache!

Mit dem 2021 novellierten Telekommunikationsgesetz ist das Kabelfernsehen bald nicht mehr in den Nebenkosten enthalten. Wer es weiterhin nutzen möchte, muss einen eigenen Vertrag abschließen.

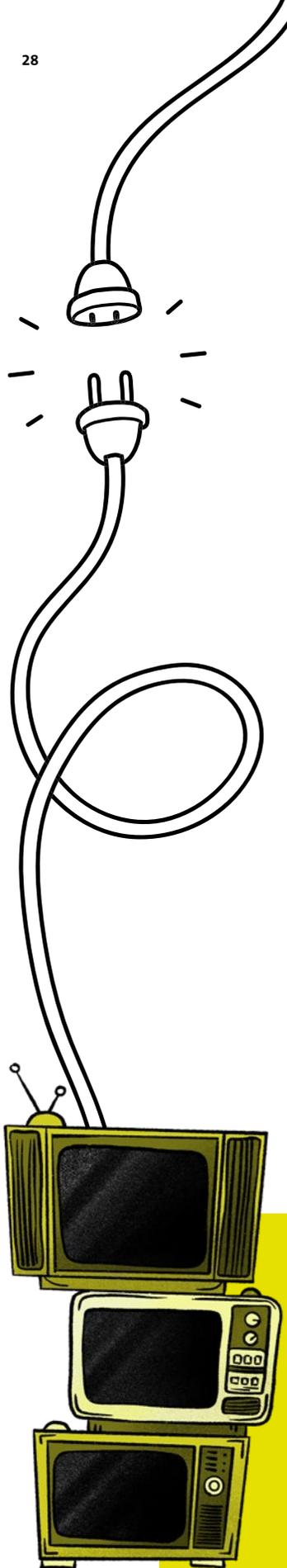
**B**islang haben Mieter mit den Nebenkosten auch die TV-Kabelgebühren bezahlt. Künftig können sie selbst entscheiden, ob sie das Kabelfernsehen nutzen möchten oder nicht. So sieht es das neue Telekommunikationsgesetz (TKG) vor. Bereits am 1. Dezember 2021 ist es in Kraft getreten, bis zum 30. Juni 2024 läuft noch eine Übergangsfrist.

Mit der sogenannten TKG-Novelle dürfen die Kosten für TV-Kabelverträge dann nicht mehr über die Betriebskosten auf die Mieter umgelegt werden. Für Mieter bedeutet das: Wer ab 1. Juli 2024 weiterhin Kabelfernsehen nutzen möchte, muss selbst Einzelverträge mit einem Telekommunikationsanbieter abschließen.

Bislang konnten wir unseren Mietern über einen Rahmenvertrag mit der Firma htp günstige Konditionen, zukunftsorientierte Lösungen und einen umfassenden Service bieten. Um auch weiterhin ein attraktives Angebot zur Verfügung zu stellen, haben wir mit verschiedenen Anbietern intensive Gespräche geführt. Unter allen Mitbewerbern hat htp das beste Angebot unterbreitet.

## Wichtig für Sie:

**Ab 1. Juli 2024 bekommen Sie kein TV-Signal mehr über spar+bau. Wenn Sie weiterhin Ihr Fernsehen über Kabel empfangen möchten, müssen Sie einen eigenen Vertrag mit htp abschließen.** Über das weitere Vorgehen klären wir Sie in der nächsten „lebe“ auf. Außerdem wird htp Sie in den kommenden Wochen ausführlich informieren.



# Wir gratulieren!



**VERÖFFENTLICHUNGSWÜNSCHE:**  
Wir weisen darauf hin, dass wir Glückwünsche aus Datenschutzgründen nur veröffentlichen, wenn sie uns telefonisch oder schriftlich gemeldet werden oder Sie sich ausdrücklich mit der Bekanntgabe einverstanden erklären.

Kontakt über:  
Petra Lips\_T 0511-9114-141  
petra.lips@spar-bau.de

Herzlichen Glückwunsch zum Ehren- tag – spar+bau gratuliert den Mitgliedern.

**95. Geburtstag**  
Franz Burbach,  
Groß-Buchholz

**85. Geburtstag**  
Johannes Kelch,  
Oberricklingen

**80. Geburtstag**  
Dietmar Baum, Groß-Buchholz  
Georg Christmann, Vahrenwald  
Wolfgang Janke, Oberricklingen  
Ingrid Schenk, Ricklingen  
Renate Sommer, Kronsberg  
Heide-Marie Trettin, Oberricklingen  
Berend Wolf, Oberricklingen  
Ursula Ziesemer, Groß-Buchholz

## Datenschutz

**Teilnahmebedingungen für die Gewinnspiele (§. 2 und 13):** Jeder Gewinner ist nur zu einem Gewinn berechtigt. Teilnahmeberechtigt sind nur Privatpersonen. Mitarbeiter von spar+bau und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Die Gewinner werden per E-Mail benachrichtigt. Der Rechtsweg und Barauszahlungen sind ausgeschlossen.

Sehr geehrte/r Teilnehmer/in, vielen Dank für die von Ihnen bereitgestellten Informationen. Um unseren datenschutzrechtlichen Pflichten nachzukommen, teilen wir Ihnen hiermit gemäß Artikel 13 der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) die erforderlichen Informationen mit:  
Verantwortlicher für die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten ist: **spar+bauverein eG · Arndtstr. 5 · 30167 Hannover**  
Sollten Sie Fragen haben oder eine Kontaktaufnahme zu unserem Datenschutzbeauftragten wünschen, so ist dies unter folgender E-Mail-Adresse möglich: **datenschutzteam@s-con.de**. Die von Ihnen übermittelten personenbezogenen Daten werden aufgrund der erteilten Einwilligung gemäß Art. 6 Abs. 1 U Abs. 1 lit. a) DSGVO erhoben, verarbeitet und genutzt. Die Bereitstellung Ihrer personenbezogenen Daten ist für die Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels, die Veröffentlichung des Gewinners sowie den Versand des Gewinns erforderlich. Bei Nichtbereitstellung ist es uns leider nicht möglich, Sie bei der Durchführung des Gewinnspiels zu berücksichtigen. Eine Weitergabe Ihrer personenbezogenen Daten an externe Dritte erfolgt nicht. Eine Übermittlung an ein Drittland oder eine internationale Organisation der von Ihnen bereitgestellten personenbezogenen Daten findet nicht statt und ist auch nicht in Planung. Ihre Daten werden bei uns für die Dauer und die anschließende Abwicklung des Gewinnspiels sowie entsprechend den gesetzlich geltenden Aufbewahrungsfristen gespeichert und nach Ablauf dieser Frist gelöscht. Gemäß Art. 15 DSGVO steht Ihnen ein Recht auf Auskunft über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu. Darüber hinaus steht es Ihnen frei, Ihre Rechte auf Berichtigung, Löschung oder, sofern das Löschen nicht möglich ist, auf Einschränkung der Verarbeitung und auf Datenübertragbarkeit gemäß der Artikel 16 – 18, 20 DSGVO geltend zu machen. Sollten Sie dieses Recht in Anspruch nehmen wollen, so wenden Sie sich bitte an unseren Datenschutzbeauftragten. Weiterhin steht Ihnen das Recht zu, sich jederzeit bei der zuständigen Aufsichtsbehörde zu beschweren. Sollten Sie der Meinung sein, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht unter Einhaltung der Datenschutzgesetze erfolgt, würden wir Sie höflich darum bitten, sich mit unserem Datenschutzbeauftragten in Kontakt zu setzen. Weiterhin haben Sie gemäß Art. 13 Abs. 2 lit. b) DSGVO das Recht, jederzeit der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu widersprechen.

Im Interview mit den spar+bau-Aufsichtsräten Susanne Liepelt (Wirtschaftsausschuss) und Stefan Winter (Bauausschuss).

# ZEITENWENDE WÄRMEWENDE

Aufsichtsrat +

Zukünftige Herausforderungen bei spar+bau erfordern flexibles Handeln. Die Zusammenarbeit zwischen dem Bauausschuss und dem Wirtschaftsausschuss ist dafür wichtiger denn je.

## Herr Winter, wofür stehen die Begriffe Zeitenwende und Wärmewende?

**S. W.:** Das Wort Zeitenwende bezeichnet die großen Umwälzungen in Politik und Gesellschaft – den Beginn einer neuen Zeit. Die hat auch für den Spar- und Bauverein mit der Klimastrategie begonnen. Die Wärmewende ist die Transformation der derzeit fossil dominierten Wärmeversorgung unserer Gebäude hin zu einer klimaneutralen Wärmeversorgung bis zum Jahr 2045.

## Frau Liepelt, was bedeutet das für spar+bau aktuell aus ökonomischer Sicht?

**S. L.:** Die Rahmenbedingungen, in denen die finanziellen Entscheidungen für die Wärmewende getroffen werden müssen, unterscheiden sich gegenüber denen der letzten Jahre enorm. Zinsänderungen am Kapitalmarkt, die hohe Inflation und wenig Verlässlichkeit bezüglich der Baukosten und der Förderrichtlinien sind einige Gründe. Das erfordert ganzheitliches Denken in Bezug auf wirtschaftliches, umweltbewusstes und soziales Handeln.

## Warum ist eine auf erneuerbaren Energien basierende Wärmeversorgung notwendig, um eine kostengünstigere und stabilere Versorgung zu gewährleisten?

**S. W.:** Ein Beibehalten der Gasnutzung würde aufgrund der Begrenztheit der fossilen Energieträger und deren Bedeutung in geopolitischen Konfliktsituationen immer wieder zu kaum kalkulierbaren Preissprüngen und damit zu erheblichen sozialen Verwerfungen führen. Diese können, wie in 2023, nur begrenzt und temporär durch staatliche Hilfsmaßnahmen abgefedert werden. Daher wird insbesondere der Nutzung der überall kostenlos verfügbaren erneuerbaren Umweltwärme mittels Wärmepumpen und Solarthermie eine entscheidende Rolle zukommen. Auch andere Möglichkeiten stehen zur Verfügung: Erdwärme, Fern- und Nahwärmeversorgung sowie erneuerbare und dekarbonisierte Gase.

## Welche Technologien und Maßnahmen sind am besten geeignet, um CO<sub>2</sub>-Emissionen schnell zu senken?

**S. W.:** Das hängt vom Alter sowie vom Sanierungsstand des Hauses ab. Fast 20 Prozent aller CO<sub>2</sub>-Emissionen in Deutschland entstehen durch das Heizen von Gebäuden. Große Einsparpotenziale sehen wir daher in der Änderung der Beheizung und der Warmwasserversorgung. Ein sehr gutes Beispiel zu einem klimaneutralen Gebäude ist der Neubau in der Springer Straße 10 A. Erstmals haben wir hier die Kombination von Solarthermie, Photovoltaik, Wärmespeicherung im Erdtank, Batteriezwischenspeicher und Wärmepumpe. Bei den anderen geplanten Neubauten in der Springer Straße 2–10 setzen wir auf Erdwärme aus 100 Metern Tiefe. Von unseren rund 8.000 bestehenden Wohnungen werden noch über 5.200 mit Gasetagenheizungen beheizt. Dort werden wir in den nächsten 20 Jahren die Wärmeerzeugungsanlagen ersetzen müssen: eine große – insbesondere finanzielle – Herausforderung.

## Dafür gibt es doch Fördermittel?

**S. L.:** Leider reicht die Förderlandschaft nicht mehr aus, um unsere Ziele zu erreichen. Zusätzlich müssen Sachverhalte bezüglich der Lebensdauer und der Wartungskosten, etwa bei Wärmepumpen, Berücksichtigung finden. Außerdem gibt es verzögernde Faktoren von außen, wie der Fachkräftemangel, Probleme bei den Lieferketten oder Anpassungen eines nicht ausreichenden Stromnetzes.

## Kann spar+bau bei den hohen Investitionen weiterhin für bezahlbaren Wohnraum sorgen?

**S. L.:** Als Genossenschaft stehen wir klar dafür ein, dass auch unter den genannten Bedingungen der Wärme-wende bezahlbarer Wohnraum für unsere Mitglieder geschaffen wird und erhalten bleibt. Die Investitionen in Wärmepumpen, dreifach verglaste Fenster und digitale Heizungssteuerung können die Mieten aber in die Höhe treiben. Daher brauchen wir finanziell gut ausgestattete Förderprogramme von Bund und Land.

## Auf welche Maßnahmen setzt spar+bau zusätzlich, um die Kosten für die Umsetzung des Klimapfads zu stemmen?

**S. L.:** Wir heben zum Beispiel die Begrenzung der zu zeichnenden freiwilligen Anteile auf: Jedes Mitglied kann, zusätzlich zum Pflichtanteil, bis zu 399 freiwillige Anteile an der Genossenschaft zeichnen. Damit müssen wir weniger teures Fremdkapital aufnehmen. spar+bau ist eine starke solidarische Gemeinschaft, die in den letzten 138 Jahren vieles überstanden hat. Ich bin überzeugt, dass wir auch diese Herausforderung gemeinsam meistern werden.

## Ein Kommentar

von Susanne Liepelt  
und Stefan Winter,  
Mitglieder  
des Aufsichtsrats  
von spar+bau



Klimaneutralen, bezahlbaren Wohnraum zu schaffen, dafür steht spar+bau. Mit dem Grünen Sparbrief leisten Sie einen nachhaltigen Beitrag für unsere Gemeinschaft.

#### UNSER NEUBAUPROJEKT SPRINGER STRASSE 2–10

Der Baubeginn ist, je nach Eingang der Baugenehmigung, für das 4. Quartal 2023 geplant. Zum Sommer 2025 soll das Bauprojekt mit 28 Genossenschaftswohnungen fertiggestellt sein. Lösungen für eine nachhaltige Wärme- und Stromgewinnung, die rein aus erneuerbaren Energien stammt, stehen hier im Fokus: von der Tiefengeothermie über eine Wärmepumpe bis hin zu einer Photovoltaik-Anlage mit Batteriespeicher. Das Neubauprojekt kommt zu 100 Prozent ohne den Einsatz fossiler Energieträger aus.

### Nachhaltiger Beitrag mit attraktiver Rendite

Unsere nächste Sparwoche ab dem 30. Oktober ist diesmal noch attraktiver, als Sie es aus der Vergangenheit bereits kennen. Mit dem Grünen Sparbrief bieten wir eine neue Sparform an, mit der unsere Mitglieder einen Finanzierungsbeitrag für unser emissionsfreies Neubauprojekt in Oberricklingen und somit einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten können.

#### Ohne teure Fremdfinanzierung

Die Spareinlagen unserer Mieter ermöglichen es uns, günstig zu bauen sowie attraktive Wohnungen zu fairen Preisen zu schaffen – ohne teure Fremdfinanzierungen in Anspruch zu nehmen. Die Spargelder für das Bauprojekt sind limitiert auf insgesamt 4 Millionen Euro. Wir bieten Grüne Sparbriefe an für insgesamt 2 Millionen Euro mit fünf Jahren Laufzeit und für 2 Millionen Euro mit insgesamt zehn Jahren Laufzeit. Das Angebot gilt mit Beginn der Sparwoche ab dem 30.10. – bis das Kontingent von 4 Millionen Euro erschöpft ist. So erreichen wir unsere Ziele für eine nachhaltige und soziale Wohnraumversorgung. Mit Ihrem Beitrag tragen Sie aktiv zur Reduzierung von CO<sub>2</sub>-Emissionen bei – es ist eine gemeinsame Investition in die Zukunft.

#### Attraktive Zinssätze in Aussicht

Natürlich möchten wir für Sie die Konditionen so lukrativ wie möglich gestalten. Deshalb legen wir sie erst kurz vor der Sparwoche fest und veröffentlichen die aktuellen Konditionen auf unserer Homepage. Wichtig für Sie: Bei spar+bau legen Sie Ihr Geld sicher und risikofrei an – freuen Sie sich auf eine attraktive Rendite!

*Tipp*

Ab dem 30.10.: Klicken, Angebot entdecken und Termin vereinbaren:  
[www.spar-bau.de/sparwochen](http://www.spar-bau.de/sparwochen)



## Unsere aktuellen Zinskonditionen

Alle Infos zu unserem nachhaltigen Sparmodell Grüner Sparbrief erhalten Sie kurz vor der Sparwoche auf unserer Homepage oder bei unseren Mitarbeitern in der Spareinrichtung:  
T 0511 9114-0

#### Spareinlagen

mit 3-monatiger Kündigungsfrist	0,01 %
mit 12-monatiger Kündigungsfrist	0,01 %
mit 24-monatiger Kündigungsfrist	0,01 %
mit 48-monatiger Kündigungsfrist	0,01 %

#### Vermögenswirksame Leistungen

nach dem Vermögensbildungsgesetz	2,00 %
----------------------------------	--------

#### Jugend-Flexi\*

sowie eine zusätzliche Prämie auf die Jahressparleistung	0,25 %
ab dem 3. Sparjahr von	1,00 %
bis ab dem 15. Sparjahr von	15,00 %

#### Flexi\*

sowie eine zusätzliche Prämie auf die Jahressparleistung	0,10 %
ab dem 3. Sparjahr von	1,00 %
bis ab dem 15. Sparjahr von	15,00 %

#### Festzins

(ab 2.500 Euro)	
6 Monate Laufzeit	1,50 %
12 Monate Laufzeit	3,00 %
24 Monate Laufzeit	3,10 %
48 Monate Laufzeit	3,30 %

#### Extrazins (3 Jahre)

(ab 5.000 Euro)	
(15 Monate Kündigungssperrfrist)	
im 1. Jahr	3,10 %
im 2. Jahr	3,20 %
im 3. Jahr	3,30 %

#### Extrazins (5 Jahre)

(ab 5.000 Euro)	
(27 Monate Kündigungssperrfrist)	
im 1. Jahr	2,80 %
im 2. Jahr	3,00 %
im 3. Jahr	3,50 %
im 4. Jahr	3,70 %
im 5. Jahr	4,00 %

#### Sparbrief

(ab 5.000 Euro)	
10 Jahre fest	3,50 %
15 Jahre fest	3,75 %

STAND: 15. August 2023 / Zinsen sind freibleibend.  
Prozentangaben p. a. \* Der aktuelle Referenzzinssatz für die Verzinsung von Ratensparverträgen beträgt 0,74 %.

## Impressum

#### Herausgeber

Der Vorstand der Spar- und Bauverein eG  
Arndtstraße 5\_30167 Hannover  
T 0511-9114-0\_F 0511-9114-199  
[spar-bau-hannover.de](http://spar-bau-hannover.de)

#### Vertrieb

Die „lebe“ wird unentgeltlich an die Mitglieder des Spar- und Bauvereins abgegeben. Nachdruck und Vervielfältigung nur mit Genehmigung des Vorstands.

#### Konzept & Gestaltung

LOOK//one GmbH\_look-one.de  
Marieke Isleif, Anna Nuxoll

#### Redaktion

Swantje Puin, Iris Sturm, Luisa Ziegler, Rainer Detjen, Petra Fahl, Udo Frommann, Dr. Stefan Huck, Sandra Jost, Björn Karzauninkat, Petra Lips, Axel Mour, Ina Schmidt-Ewald, Andreas Wurm

#### Fotografie

Nick Neufeld (Titel, Seite 10, 11, 12, 15, 24, 25, 30); Daniel Möller (4); spar+bau Archiv (14, 16, 18, 20, 21, 26); LOOK//one (8/9, 11, 27, 28, 32); Florian Arp (2), Rowohlt (6), Benjamin Chatton (11), Sascha Wolters (12), BGC Hannover (12), Schreberjugend Hannover (18), Jutta Langheineken (23), Küchen Miezzen (35); AdobeStock: ifiStudio (26), calypso77 (32); shutterstock.com: Flaffy (4), Irina Wilhauk (5), Soho A Studio (6), beats1 (7), SpeedKingz (7), Tartila (13), GoodStudio (15, 20), asife (16), Lunarts Studio (17), Egor Shilov (17), Annika Gandelheid (18), Olga Strel (19), arxichtu4ki (22, 23), SvetaKhlivna (23), Regina Nogova (23), Margarita Sh (26), Lemonade Serenade (28), VICUSCHKA (29), Toasted Pictures (29), ESB Professional (36)

Erscheinungsweise 4 x jährlich, 53. Jahrgang

Auflage 20.200 Exemplare

#### Druck

Qubus media GmbH, Hannover



# Unser Service für Sie

## Kontakte +

### Allgemeine Informationen, Reparaturmeldungen Information

T 9114-0  
F 9114-199

Ellen Hildebrandt  
Kerstin Neumann  
Kerstin Scharnhorst

### Vorstand Sekretariat/Personalwesen

Michaela Gelfert -151  
Beatrix Hartmann -152

### Vorstand

Udo Frommann  
Rainer Detjen

### Marketing/Öffentlichkeitsarbeit

Petra Lips -141

### Vermietung

Ulrike Gilke (Leiterin) -205  
Ewa Hofesmann -201  
Eike Scharnhorst -202  
Christine Grupe -204  
Kerstin Schiller -206

### Planen und Bauen

**Neubau und Modernisierungen**  
Sven Thom (Leiter) -168  
Norbert Basner -162  
Klaus Dassow -164  
Imke Sperling -166  
Robert Brinkman -167

### Klimaschutz

Dr. Stefan Huck -301

### Spareinrichtung/Mitgliederverwaltung

Axel Mour (Leiter) -101  
Ramona Rabe -102  
Tobias Meyer -103  
Eva Heinelt -104  
Ditlind Pfalz -105

### Betriebskostenmanagement

Sandra Jost (Leiterin) -136  
Gaetano Diester -133  
Maren Biermann -135

### Leitung Wohnbetreuung

(Bitte mit Terminvereinbarung)  
Arndtstraße 5, 30167 Hannover

Claudia Helms (Leiterin) -332  
Andreas Wurm (stv. Leiter) -331

### Wohnbetreuung Nord

Helmholtzstraße 10, 30165 Hannover  
zuständig für Bothfeld, Groß-Buchholz,  
List, Nordstadt, Vahrenwald

Sandra Brömer -340  
Lucia Philipps -341  
Daniela Trebeck -345  
Jonas Zimmermann -342  
Ingo Bärtling -344

### Wohnbetreuung Süd

Wallensteinstraße 102 A, 30459 Hannover  
zuständig für Badenstedt, Davenstedt,  
Döhren, Kronsberg, Limmer, Linden-Nord,  
Oberricklingen, Ricklingen, Südstadt  
und Wettbergen

Martina Osaj -310  
Vitali Rothau -311  
Tabea Kröninger -312  
Maike Schaper -315  
Dirk Hannemann -313

### Mietersprechstunde in den Treffpunkten

Treffpunkt Buchholz  
Mittwoch, 10:00 – 11:00 Uhr

14-tägig, bitte Aushang beachten:

Treffpunkt Ricklingen  
Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr  
Treffpunkt Limmer  
Dienstag, 10:00 – 11:00 Uhr

### Quartiersentwicklung

Nachbarschaft, Ehrenamt,  
Treffpunkte, Wohnservice  
Petra Fahl (Leiterin) -810

### Wohnservice Vahrenwald/Gästewohnungen

Jahnplatz 13 A  
Sabine Klapproth, Heike Krause -811  
Öffnungszeiten:  
Mo. bis Do. 07:30 – 16:00 Uhr  
Fr. 07:30 – 13:00 Uhr

### Altersgerechtes Wohnen

Groß-Buchholz  
Käthe-Steinitz-Straße 7  
Ina Schmidt-Ewald -812

### TREFFPUNKTE

Treffpunkt Buchholz: Käthe-Steinitz-Straße 9  
Treffpunkt Limmer: Liepmannstraße 23  
Treffpunkt Ricklingen: Friedrich-Ebert-Platz 7  
Treffpunkt Vahrenwald: Moorkamp 18  
Treffpunkt Kronsberg: Papenkamp 3 A

### Gästewohnungen

Käthe-Steinitz-Straße 7, Groß-Buchholz  
Zimmermannstraße 10, Limmer  
Bebelstraße 11, Ricklingen

### HOTLINE

Mieter-Service  
(Mo – Fr, 8 – 12 Uhr) 9114-333

### Handwerker-Notdienst

(außerhalb der Geschäftszeiten) 9114-611

## UNSERE

# Öffnungszeiten

### Öffnungszeiten

Di. 8:30 bis 12:30 Uhr  
Mi. 14:00 bis 17:30 Uhr  
Do. 8:30 bis 12:30 Uhr

### Telefonische Sprechzeiten

Mo. – Fr. 8:30 bis 12:30 Uhr  
Mo. + Mi. 14:00 bis 17:30 Uhr  
Do. 14:00 bis 15:30 Uhr

Individuelle Terminvereinbarungen möglich.

Immer auf dem Laufenden bleiben? Abonnieren Sie unseren kostenlosen Newsletter auf:

[SPAR-BAU.DE/NEWSLETTER](https://www.spar-bau.de/newsletter)



**HOTLINE**  
Mieter-Service  
**0511 9114-333**  
Mo. – Fr.  
8 – 12 Uhr



KUECHEN-MIEZEN.DE

Im Food- und Back-Blog warten viele weitere Rezepte für Kuchen, Tartes & Torten, Bagels, Brote, Pizza und vieles mehr auf Sie:



# Schoko-Brownies

## Ohne Zucker, ohne Mehl

Das Beste zum Schluss +

### ZUTATEN

**260 g Kidneybohnen**  
(Abtropfgewicht)  
**5 steinlose Medjool-Datteln**  
**2 Eier**  
**70 ml Ahornsirup**  
**Mark einer Vanilleschote**  
**50 g Backkakao**  
**1 TL Backpulver**  
**120 g Butter**  
**Pecannüsse**  
(zum Dekorieren)

### AUSSERDEM

Backform 20 x 20 cm  
Backpapier

- Den Ofen auf 190° C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen und etwas auskühlen lassen.
- Kidneybohnen, Datteln, Mark der Vanilleschote, Eier, Salz, Kakao, Ahornsirup und Backpulver in eine Küchenmaschine (Mixer) geben und alles kleinpürieren.
- Die geschmolzene Butter während des Pürierens unter die Masse geben und die Maschine noch rund 2 Min. weiterlaufen lassen.
- Die Backform mit Backpapier auslegen. Den Brownie-Teig hineingeben, glattstreichen und mit den Pecannüssen belegen. Die Form für ca. 40 Min. auf die mittlere Stufe in den Ofen geben. Falls die Nüsse zu dunkel werden, die Form während des Backens mit Alufolie abdecken. Die Brownies sind fertig, wenn sie fest und etwas rissig sind.
- Die Brownies aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen. Dann in kleine Vierecke schneiden.

*Tipp*

Die Nüsse verleihen dem Teig einen schönen Crunch. Keine Pecannüsse zur Hand? Das Rezept funktioniert auch wunderbar mit Walnüssen.

1 Brownie-Form  
à 20 x 20 cm  
Zubereitung:  
ca. 10 Min.  
Backzeit:  
ca. 40 Min.

# Grüner SPARBRIEF AB 30.10.2023

NEU:

EINFACH MEHR FÜRS GELD –  
MIT EINEM GUTEN GEFÜHL!

**Sparwoche vormerken:**

Sichern Sie sich ab dem 30.10. Ihre attraktive Rendite mit der neuen Anlageform Grüner Sparbrief! Ihr Beitrag fließt in unser emissionsfreies Neubauprojekt in Oberricklingen – ohne dass wir teure Fremdfinanzierungen in Anspruch nehmen müssen. So leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz, zu bezahlbarem Wohnraum und für Ihre Zukunft!

Ab dem 30.10.:  
Klicken, Angebot  
entdecken und Termin  
vereinbaren!

[www.spar-bau.de/sparwochen](http://www.spar-bau.de/sparwochen)

