

WohnWert

Titelthema:
Die Heilkraft von
Kräutern und Co.

Bienen- und Insektenhotels:
Wichtiger Beitrag zum
Naturschutz

Modernisierung:
Neue Spielgeräte
auf unseren Spielplätzen

Klimapfad:
CO₂-Ausstoß unter dem
Durchschnitt bei der BGN





Liebe Mieterinnen und Mieter, liebe Mitglieder und Freunde der BGN,

ich freue mich, Sie zu einer neuen Ausgabe unserer **WohnWert** zu begrüßen. Der Sommer naht – und mit ihm die Aussicht auf viele warme Stunden an der frischen Luft, die sich positiv auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden auswirken. Passend dazu werfen wir auch in unserem Titelthema einen Blick auf die Kraft der Natur: Denn nicht nur Sonnenstrahlen haben einen positiven Effekt, auch Heilpflanzen können uns helfen, indem sie unser Immunsystem stärken, entzündungshemmend wirken oder den Magen beruhigen.

Außerdem berichten wir auf Seite 03 über unser Modernisierungsprojekt in der Wohnanlage Unterer Eickeshagen 41 in Velbert Langenberg. Durch den Einbau von Wärmepumpen sowie weiteren energetischen Maßnahmen leisten wir hier einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz – und erhöhen gleichzeitig den Wohnkomfort für unsere Mieterinnen und Mieter.

Wer sich mit Klima- und Umweltschutz auseinandersetzt, dem wird auch in diesem Frühling wieder aufgefallen sein, dass Wildbienen und Insekten immer seltener unterwegs sind. Um Bienen und andere gefährdete Insekten zu schützen, haben wir deshalb in Zusammenarbeit mit der Imkerei Paletta Insektenhotels entwickelt. Wie Sie dieses Projekt als Pate unterstützen können, erfahren Sie auf Seite 08.

Die Sommerzeit ist gleichzeitig auch wieder Urlaubszeit. Wenn Sie dieses Jahr keine große Reise geplant haben und lieber die Region erkunden möchten, finden Sie auf Seite 10 zwei interessante Ausflugsziele für Kinder und Erwachsene. Darüber hinaus erfahren Sie in dieser Ausgabe mehr über die Erneuerung unserer Spielplätze (Seite 03), Veränderungen bei der Grundsteuer (Seite 06) und den richtigen Umgang mit E-Bike-Akkus (Seite 07).

Nun wünsche ich Ihnen eine angenehme Lektüre und einen guten Start in den Sommer 2025!

Dominic Johannknecht
Vorstandsvorsitzender

WohnWert Nr. 19

Ausgabe Mai 2025

Herausgeber:
Baugenossenschaft Niederberg eG
Heidestraße 191
42549 Velbert
Telefon 02051 9651-0
Fax 02051 9651-44
wohnen@bg-niederberg.de
www.bg-niederberg.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Dominic Johannknecht

Bildnachweis: BGN,
Shutterstock.com:
Tatevosian Yana, LiliGraphie,
agusyonok, Brooke Becker,
Andrey_Popov, Golden Sikorka,
KarolGajewski, Nick Beer,
IULIA NOVIKOVA, JorgeOrtiz_1976,
Mickis-Fotowelt, Stepanek
Photography, kinako_mochi,
Monkey Business Images, Coosh448

Text und Gestaltung:
stolp+friends
Marketinggesellschaft mbH
www.stolpandfriends.de

Auflage: 1.700 Stück
Erscheinungsweise: 2x jährlich

Druck: Günter Druck GmbH
Schauenroth 13
49124 Georgsmarienhütte

Diese Zeitschrift
wurde auf 100 %
recyceltem Papier
umweltgerecht gedruckt.



**Zufrieden
mit der BGN?**

Dann zeigt es der Welt –
bewertet uns bei Google!

Modern und umweltfreundlich Sanierung der Wohnanlage Unterer Eickeshagen 41

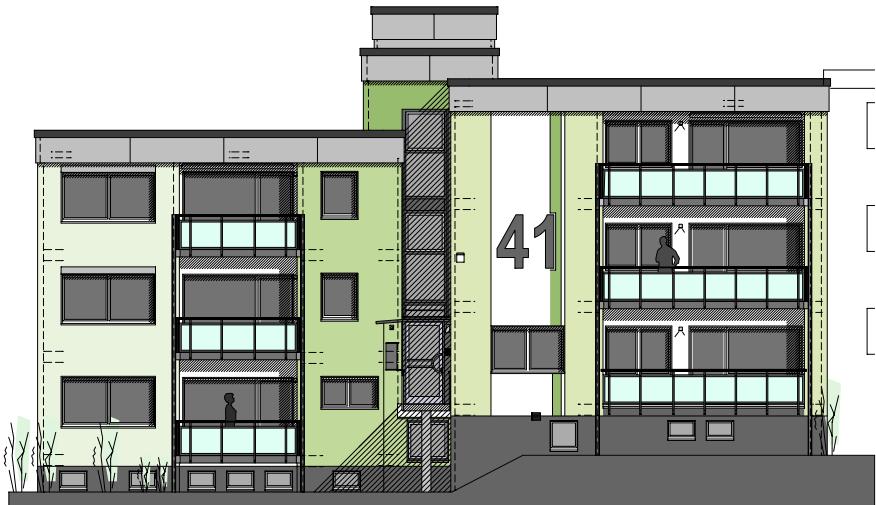
Anfang April haben wir mit den Sanierungsarbeiten in der Wohnanlage Unterer Eickeshagen 41 begonnen. Damit wollen wir nicht nur die Wohnqualität für unsere Mieter steigern, sondern auch der Dekarbonisierung unseres Gebäudebestandes einen erheblichen Schritt näherkommen.

Energieeffizienz und Umweltschutz

Um Energie sparen zu können, wird die Isolierung des Gebäudes verbessert. Dafür wird die Wärmedämmung auf dem Dach sowie die Dämmung der Fassaden und der Kellerdecken verbessert. In den Wohnungen werden außerdem Kunststofffenster und Balkontüren mit Wärmeschutzverglasung eingebaut. Auch die Strom- und Wärmeversorgung gestalten wir umweltfreundlicher durch die Installation von Wärmepumpen und einer Photovoltaikanlage.

Moderne Ausstattung für mehr Wohnkomfort

In den Wohnungen werden Video- und Audiosprechanlagen installiert. Zusätzlich werden die alten Balkone gegen neue Vorstellbalkone ausgetauscht. Diese bieten mehr Platz und erhalten eine Steckdose sowie Beleuchtung.



Wo möglich, werden schwellenfreie Balkontüren eingebaut, um auch Menschen mit Bewegungseinschränkungen den Zugang zu erleichtern.

Neue Spielgeräte auf unseren Spielplätzen

In der Birther Straße, der Von-Humboldt-Straße und dem Rolandsweg haben vor Kurzem die Vorarbeiten zur Erneuerung der Spielplätze begonnen.

Auf den drei Spielplätzen werden die alten Kunststoffgeräte durch neue umweltfreundliche, naturnahe Produkte aus Robinienholz ersetzt. Die Arbeiten werden voraussichtlich vor dem Beginn der Sommerferien beendet sein.



Wunder Naturapotheke Die Heilkraft von Kräutern und Co.

Zahlreiche Kräuter und Gewürze sorgen nicht nur am Mittagstisch für den richtigen Geschmack. Sie besitzen zudem auch häufig wenig bekannte Heilwirkungen, die man sich zunutze machen kann. Wir zeigen Ihnen, welche Pflanzen Ihrer Gesundheit auf die Sprünge helfen.

Heilkräuter und Gesundheitstees werden hierzulande leider oft unterschätzt und in eine Schublade mit zahlreichen alternativen Heilmethoden gesteckt, deren Wirkung oft wissenschaftlich nicht nachgewiesen ist. Dabei sind die Wirkstoffe in Heilkräutern mittlerweile sehr gut erforscht und Grundlage vieler Arzneien, die von Ärzten verschrieben werden. Es hat also nichts mit „Hokusokus“ zu tun, wenn Kräuter zur Gesundheitsförderung oder -wiederherstellung genutzt werden.

Wer Kräuter selbst anbaut beziehungsweise damit heilt, sollte beachten, dass die hier vorgestellten Tipps nur Anregungen darstellen und bei ernsten Erkrankungen keineswegs den Gang zum Arzt oder Apotheker ersetzen.

Drei Kräuter für den Hals

Wer an Halsschmerzen und Husten leidet, der sollte auf Kamille, Thymian und Salbei vertrauen, drei Kräuter, die bereits seit Jahrhunderten gegen Erkältungsbeschwerden eingesetzt werden. Kamille wirkt antibakteriell, entzündungshemmend und entkrampfend und kann als Tee oder als Sud zum Inhalieren eingesetzt werden. Thymian-Tee wirkt ähnlich und lindert zudem Verdauungsbeschwerden. Zerstoßene Thymian-Blätter können auch bei Entzündungen der Haut aufgelegt werden. Salbei ist nicht nur ein wertvolles Küchenkraut. Seine wohltuende Wirkung bei Heiserkeit und Halsschmerzen



ist wohlbekannt. Die antibakteriellen und entzündungshemmenden Öle können als Tee oder als Lösung zum Gurgeln verwendet werden.

Wer Kamille, Thymian und Salbei selbst anbauen möchte, braucht vor allem einen sonnigen Standort und eine eher kalkreiche, trockene Erde. Überdüngung und Staunässe vertragen die mediterranen Pflanzen überhaupt nicht.

Zwei Kräuter für Kopf und Bauch

Pfefferminze und Melisse sind bekannte Kräuter, die vor allem wegen ihres hohen Anteils an ätherischen Ölen in Tees Verwendung finden. Neben ihrem typisch frischen und belebenden Geruch vereint beide, dass ihnen magenberu-

higende und entzündungshemmende Wirkungen nachgesagt werden. Auch bei Spannungskopfschmerzen, Unterleibsbeschwerden und Migräne kann Melissen-Tee seine wohltuende und lindernde Wirkung entfalten.

Zitronenmelisse ist schon wegen ihres angenehmen Geruchs eine ideale Balkonpflanze. Sie braucht ein windgeschütztes Plätzchen im Halbschatten und bevorzugt nährstoffreiche Blumenerde, die ruhig mit ein wenig Hornspänen angereichert werden kann.

Ein Kraut für Babys

Eltern kennen die Wirkung des Fenchels nur zu gut. Denn gerade wenn Säuglinge aufgrund von Bauchschmerzen





und Blähungen die Nacht zum Tag machen, kann Fenchel-Tee helfen. Für den Eigenanbau eignet sich die Pflanze allerdings nur bedingt, da sie recht groß wird und für den Tee nur die getrockneten Samen in Frage kommen. Erwirbt man solche Samen im Reformhaus, müssen diese zerstoßen und anschließend aufgebrüht werden. Bei Erwachsenen wirkt Fenchel-Tee verdauungsfördernd und schleimlösend.

Die älteste Heilpflanze

Als vielleicht älteste Heilpflanze Europas gilt übrigens der Kümmel, der auch als Gewürz seit Jahrtausenden verwendet wird. Den intensiven Geschmack

kann man mögen oder nicht, doch bei Blähungen, Völlegefühl und Koliken vollbringt der Kümmel wahre Wunder. Vor allem in Kombination mit Fenchel und Anis sorgt Kümmel-Tee für eine gesunde Verdauung. Darüber hinaus wirkt sich Kümmel-Tee positiv auf die Milchproduktion in der Stillzeit aus.

Im Gegensatz zu Fenchel lässt sich echter Kümmel auch auf dem Balkon problemlos pflanzen und ernten. Die Samen werden ab April ausgesät, die beste Erntezeit liegt zwischen Juni und Juli, wenn sich die Körner braun färben.

Gegen Zahnschmerzen

Auch wenn es natürlich reichlich Nelken gibt, die den Balkon oder Garten farbenfroh bereichern, so sollten Gewürznelken doch lieber in ihrer fertig getrockneten Form gekauft werden. Diese sind mit ihren blumigen Namensvettern nämlich nicht verwandt. Ihr intensiver Geschmack kommt vor allem in der Weihnachtsbäckerei zum Einsatz. Doch darüber hinaus wirken Gewürznelken antibakteriell, beruhigend, appetitanregend und schmerzlindernd. Vor allem Letzteres hat dazu geführt, dass sie in früheren Zeiten bei akuten Zahnschmerzen zum Einsatz kamen. Heute empfiehlt sich eher ein Gang zum Zahnarzt. Doch falls etwa nach einer Zahnbehandlung noch Wundschmerzen auftreten, kann eine Gewürznelke durchaus an den Zahn geschoben werden, wo sie nach einer Weile für Linderung sorgt.

Ihre antibakterielle Wirkung hilft zudem bei Mundschleimhautentzündungen und schützt vor Karies.

Balsam für die Seele

Basilikum erfreut nicht nur unseren Gaumen, sondern hilft uns auch bei seelischen und physischen Beschwerden. Die enthaltenen ätherischen Öle lindern Entzündungen und Gelenkschmerzen, bauen Stress ab, beruhigen den Magen und bekämpfen multiresistente Bakterien. Basilikum-Öl auf den Schläfen lindert beispielsweise Migräne. In Absprache mit einem Heilpraktiker eignet es sich auch zur innerlichen Anwendung bei Magen- oder Menstruationskrämpfen. Basilikum-Tee hilft bei Appetitlosigkeit, Blähungen, Magenverstimmung und Schlafstörungen. Die Gewürzpflanze benötigt ausreichend Licht und Wärme, nährstoffreiche und leicht feuchte Erde, um ein üppiges Wachstum und eine reiche Ernte zu produzieren.

Ingwer darf nicht fehlen

Ingwer wird nicht nur in der traditionellen chinesischen Medizin seit Jahrtausenden hoch geschätzt. Seine Wirkstoffe stärken das Immunsystem und schützen vor Erkältungen. Auch als Arzneimittel gegen Erbrechen wird Ingwer weltweit eingesetzt. Seine stark entzündungshemmende Wirkung kommt zudem bei Behandlungen von Rheuma und Arthrose zum Einsatz. So konnte bei der Behandlung von Arthrose-Patienten mit Ingwer-Auszügen die gleiche Schmerzlinderung wie mit Ibuprofen erzielt werden. Ingwer wird als Tee zubereitet, indem man einfach ein paar Scheiben von der Knolle abschneidet und mit kochendem Wasser übergießt.

Lust auf ein eigenes Kräuterbeet?

Dann nichts wie ran. Wer nicht auf das Internet oder die Fachliteratur zurückgreifen möchte, sollte sich einfach im nächsten Fachhandel beraten lassen.



Infos zu Ihrer Betriebskostenabrechnung

Ihre Nebenkostenabrechnung kommt bald

Aufgrund einer Systemumstellung kommt es aktuell zu Verzögerungen bei den Betriebs- und Heizkostenabrechnungen. Bitte haben Sie noch ein wenig Geduld. Wir arbeiten mit Hochdruck daran, die Abrechnungen schnellstmöglich zu verschicken.

Heizkosten 2024

Die Heizkosten für das Jahr 2024, die Sie mit der nächsten Nebenkostenabrechnung erhalten werden, könnten dieses Mal höher ausfallen. Ein Grund dafür ist, dass die Mehrwertsteuer für Gas und Fernwärme im April 2024 wieder auf 19 Prozent angehoben wurde. Zuvor war sie temporär gesenkt worden. Hinzukommt, dass das Jahr 2024 insgesamt kälter war als das Jahr 2023 und deshalb mehr geheizt werden musste.

Änderungen bei der Grundsteuer

Die Grundsteuer gehört zu den umlegbaren Kosten, die Sie auf Ihrer Betriebskostenabrechnung finden. Seit Anfang 2025 wird die Grundsteuer neu berechnet. Wir erklären, was das für Sie bedeutet.

Grundsätzlich wird die Grundsteuer auf den Besitz von Grundstücken und Gebäuden erhoben und ist eine wichtige Einnahmequelle für Städte und Gemeinden. Sie wird dazu verwendet, um zum Beispiel Schulen, Kitas oder Büchereien zu finanzieren und in die örtliche Infrastruktur zu investieren.

Warum ändert sich die Berechnung der Grundsteuer?

Bisher basierte die Berechnung der Grundsteuer auf veralteten Werten, die aus den 1960er und 1930er Jahren stammten. Das führte zu einer ungleichen Besteuerung, die das Bundesverfassungsgericht als verfassungswidrig erklärte.

Was ändert sich?

Seit Anfang 2025 wird ein neues Bewertungsverfahren zur Berechnung der Grundsteuer eingesetzt. Dafür wird für jedes Grundstück ein Wert ermittelt, der sich aus verschiedenen Faktoren wie Grundstücksfläche, Lage, Art der Immobilie und Alter des Gebäudes zusammensetzt. Welche Faktoren genau zur Berechnung genutzt werden, unterscheidet sich je nach Bundesland.

Da die neue Grundsteuer auf individuellen Werten basiert, wird sie sich auch für die Gebäude der BGN unterscheiden. In einigen Quartieren wird die Steuer niedriger ausfallen, in anderen ist mit Erhöhungen zu rechnen.



Sind Ihre Kontaktdaten noch aktuell?

Stellen Sie sich vor: Sie sind unterwegs und ein Wasserrohrbruch oder anderer technischer Notfall tritt im Haus auf. In solchen Situationen ist es wichtig, dass wir Sie schnell erreichen können, um größere Schäden zu verhindern.

Teilen Sie uns deshalb Ihre aktuellen Kontaktdaten mit.



Falls Sie in letzter Zeit Ihre Handynummer oder E-Mail-Adresse geändert haben, geben Sie uns gerne direkt über unser Kontaktformular (bg-niederberg.de/kontakt/#allgemein) Bescheid.

Oder schreiben Sie eine E-Mail an wohnen@bg-niederberg.de.



Mitgliederversammlung 2025



Die diesjährige Mitgliederversammlung der BGN findet am Donnerstag, dem 26. Juni 2025 um 18:30 Uhr im Forum Velbert (Oststraße 20, 42551 Velbert) im Saal Corby statt.

Keine Balkonkraftwerke ohne Genehmigung

Balkonkraftwerke – auch Mini-Solaranlagen genannt –, die an Balkonen oder Fassaden angebracht werden, sind momentan stärker gefragt. Allerdings kann man sie nicht einfach einstecken und Strom erzeugen. Vor der Anschaffung und Montage benötigen Sie grundsätzlich eine Genehmigung des Vermieters, da es sich um eine bauliche Veränderung und einen Eingriff in die Haustechnik handelt. Außerdem muss eine Vielzahl technischer Voraussetzungen beachtet und eingehalten werden.



Brandgefahr bei E-Bike-Akkus

E-Bikes und E-Roller werden mit sogenannten Lithium-Ionen-Akkus betrieben, die bei unsachgemäßem Gebrauch zur Brandgefahr werden können. Auch wenn die Zahl der durch E-Bike-Akkus verursachten Brände grundsätzlich gering ist, sollte das Risiko nicht unterschätzt werden, denn im schlimmsten Fall kann der Akku nicht nur Feuer fangen, sondern auch explodieren. Deshalb sollten einige Sicherheitsvorschriften beachtet werden:



Ladevorgang:

Sie sollten E-Bike-Akkus und auch andere Akkus niemals unbeaufsichtigt laden. Seien Sie beim Ladevorgang in der Nähe und laden Sie Ihren Akku nicht über Nacht oder in der Nähe von leicht entflammablen Materialien. Nutzen Sie außerdem nur das Original-Ladekabel des Herstellers.

Lagerung:

Die Akkus reagieren empfindlich auf Über- und Entladung. Benötigen Sie Ihren Akku über längere Zeit nicht, sollten Sie hin und wieder den Ladezustand überprüfen. Dieser sollte sich stets zwischen 20 und 90 Prozent befinden. Lassen Sie den Akku besonders bei wärmeren Temperaturen nicht in der prallen Sonne liegen. Lagern Sie den Akku aus Brandschutzgründen nicht im Keller, sondern nur in Ihrer Wohnung oder in einer speziellen Aufbewahrungstasche.



Denken Sie bei regnerischem Wetter und bei Abwesenheit daran, die Dachfenster zu schließen. Schauen Sie lieber einmal mehr nach.

Abfluss verstopft?

Falls Ihr Abfluss verstopft ist, melden Sie sich bitte direkt bei uns. Wir beauftragen eine Rohrreinigungsfirma, die die fachgerechte Beseitigung der Verstopfung vornimmt. Bitte versuchen Sie nicht, die Abflüsse selbst zu reinigen, zum Beispiel mit chemischen Reinigern, da dies die Rohre beschädigen und Folgeschäden verursachen kann.

Auch wenn das Wasser nur langsam abläuft oder der Abfluss gluckert, ist dies ein Zeichen dafür, dass das Rohr fast vollständig verstopft ist. Melden Sie sich auch in solchen Fällen direkt bei uns. So vermeiden Sie, dass Sie in der Nacht oder am Wochenende den Notdienst anrufen müssen.



Wichtiger Beitrag zum Naturschutz Werden Sie Pate für unsere Bienen- und Insektenhotels

In der Vergangenheit haben wir für unsere heimischen Vögel bereits einige Nistkästen bauen lassen. Nun haben wir zusammen mit der Imkerei Paletta Hotels zum Schutz von Wildbienen und anderen Insekten entwickelt.

Die Herstellung erfolgte wieder durch die Franz Sales Werkstätten, ein gemeinnütziges Unternehmen, das Menschen mit geistigen und psychischen Behinderungen einen sicheren Arbeitsplatz bietet. Die ersten Insektenhotels hängen bereits an Bäumen auf dem BGN-Gelände, zum Beispiel direkt an unserer Geschäftsstelle.



Kennen Sie auch einen Platz, der sich gut für ein Insektenhotel eignen würde? Dann freuen wir uns über Ihre Patenschaft! Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf und wir lassen Ihnen ein Exemplar zukommen. Zusätzlich erhalten Sie eine Patenschaftsurkunde. Die ersten 15 Paten bekommen außerdem ein Glas BGN-Quartiershonig von unseren beiden BGN-Bienenvölkern dazu!

Für eine Patenschaft wird eine einmalige Schutzgebühr von 15 Euro fällig. Auch für die BGN-Nistkästen können Sie zu den gleichen Bedingungen eine Patenschaft übernehmen.

Helfen Sie mit, die heimische Artenvielfalt zu schützen!
Wir freuen uns über Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

Klimapfad CO₂-Ausstoß unter dem Durchschnitt bei der BGN



Bei der Erstellung unseres Klimapfades haben wir in Zusammenarbeit mit dem Beratungsunternehmen iwb unsere CO₂-Emissionen erfasst und können Positives berichten: Unsere Emissionen liegen deutlich unter dem durchschnittlichen Wert der Mitgliedsunternehmen des GdW, Bundesverband deutscher Wohnungs- und Immobilienunternehmen e. V.

Außerdem konnten wir unseren CO₂-Ausstoß im Vergleich zum Jahr 1990 bereits um 48 Prozent reduzieren. Grund dafür sind die intensive Dämmung unserer Gebäude sowie das bewusste Verbrauchsverhalten unserer Mieterinnen und Mieter. Durch den Klimapfad arbeiten wir daran, unseren CO₂-Ausstoß zukünftig noch weiter zu senken, mit dem Ziel, bis 2045 klimaneutral zu sein.

Mitgliederbefragung 2025

Im Rahmen der Studie „Wohnungs- genossenschaften 2025+“ möchten wir in Zusammenarbeit mit dem Institut für Wohnungswesen, Immobilienwirtschaft, Stadt- und Regionalentwicklung (InWIS) unsere Mitglieder dieses Jahr wieder zu wichtigen genossenschaftlichen Themen befragen. Damit Sie sich auch in Zukunft bei uns wohlfühlen, wollen wir gerne erfahren, welche Bedürfnisse und Erwartungen Sie an unsere Genossenschaft haben, wie zufrieden Sie sind und was Sie sich für die Zukunft wünschen.



Die Teilnahme ist natürlich freiwillig, jedoch liefert uns eine hohe Beteiligung ein umfassenderes Bild Ihrer Wünsche und Bedürfnisse. Außerdem haben alle Teilnehmer die Chance, an unserem Gewinnspiel teilzunehmen, bei dem attraktive Preise verlost werden.

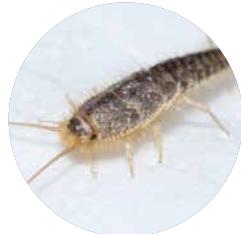
Weitere Informationen sowie den Fragebogen erhalten Sie in Kürze von uns. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Das ABC der Wohnung

In dieser Rubrik geben wir Ihnen Hinweise und Tipps zu allgemeinen Wohnthemen bei der BGN. In dieser Ausgabe geht es um Papier- und Silberfischchen und die Vorlauftemperatur beim Heizen.

P wie Papier- und Silberfischchen

Papier- und Silberfischchen sehen ähnlich aus. Trotzdem ist es wichtig, sie unterscheiden zu können. Denn während Silberfischchen eher harmlos sind, können Papierfischchen Schäden an Büchern, Fotos und sonstigen Dokumenten anrichten.



Silberfischchen haben silbrig graue, glänzende Schuppen. Sie ernähren sich unter anderem von Zucker und Hautschuppen und halten sich bevorzugt in feuchten Räumen auf. Um einen Befall zu vermeiden, sollte deshalb die Feuchtigkeit in Räumen gering gehalten werden, zum Beispiel durch regelmäßiges Lüften. Im Gegensatz zu Silberfischchen, die sehr lichtscheu sind, sieht man Papierfischchen auch tagsüber. Man erkennt sie an ihren graubraunen, matten Schuppen. Sie mögen trockene Räume und ernähren sich von Papier, weshalb sie meist über Umzugskartons und Pakete aus dem Online-Versand in die Wohnung gelangen können.

Ein Befall lässt sich unter anderem durch regelmäßige Reinigung bekämpfen, da so Nahrungsquellen wie Staub entfernt werden. Außerdem sollten Sie mögliche Verstecke wie Spalten in Fußleisten und Türzargen abdichten. Auch spezielle Fraßköder wirken effektiv gegen die Tiere, sind aber für Menschen ungefährlich.

V wie Vorlauf

Die Vorlauftemperatur beschreibt, wie heiß das Wasser ist, das von der Heizanlage in Ihre Heizkörper transportiert wird. Um Energie zu sparen, ist die Vorlauftemperatur in Übergangszeiten mit milden Temperaturen, wie zum Beispiel im Frühling, bewusst niedrig eingestellt. Dadurch kann es vorkommen, dass die Heizkörper nicht heiß werden, sondern gefühlt nur leicht warm oder sogar kühl bleiben. Trotzdem erreichen Sie in Ihrer Wohnung die gewünschte Raumtemperatur.



„Dönekes“ aus der Nachbarschaft



Guten Tag liebe Leser,

während ich diese Zeilen schreibe, habe ich einen Ohrwurm im Kopf – also ein Lied, das meine Tochter im Moment ständig hört: „Flieg, flieg, flieg, mein kleiner Käfer, es summt und brummt im Wald und auf dem Feld“... Ja, Sie erraten es: Es ist endlich Frühling! Im Moment summt und brummt zwar nur mein Schädel von einer zu kurzen Nacht, aber während ich hier so am Laptop sitze und die Sonne mir ins Gesicht scheint, fühle ich mich gleich etwas besser. Ja, natürlich arbeite ich auch zwischendurch, um Ihre Frage vorwegzunehmen. 😊

Doch heute ist kalendarischer Frühlingsanfang und man wird direkt ein wenig euphorisch: Ich könnte Bäume ausreißen (keine gute Idee, da dies nur bis zum 28. Februar erlaubt ist wegen der nistenden Vögel!) oder in kurzer Hose und T-Shirt einen Spaziergang machen (ebenfalls keine gute Idee, da es im Schatten doch noch sehr kalt ist und somit Erkältungsgefahr besteht!).

Übrigens, heute Morgen um 5.30 Uhr war ich noch nicht das blühende Leben, als meine Tochter mir ins Ohr geschrien hat: „Aufstehen, Mama!“ Aber jetzt, nach der Ablieferung der Terror-Queen in der Kita und fünf Kaffee später, sieht die Welt doch viel frühlingshafter aus. 😊

So langsam beginnt nun auch wieder das „Wettrüsten“ der Nachbarn: Wer pflanzt die schönsten und die meisten Blumen auf seinem Balkon? Wer kauft sich den besten und teuersten Grill? Oder ganz klassisch: Wer hängt wieder seine Blümchenbettwäsche im Garten auf? Meine Meinung: Blümchenbettwäsche im Garten ist okay, Blümchenunterhosen im Garten sind nicht okay. Aber auch da gehen die Meinungen ja bekanntlich auseinander. 😊 Auch wird wieder der eine oder andere mit Argusaugen die (schmutzigen) Fenster seines Nachbarn beäugen. Doch haben Sie Nachsicht (kleines Wortspiel), an so einem schönen Tag wie heute gibt es Wichtigeres, als seine Fenster zu putzen!

Nämlich: Gehen Sie raus in die Natur! Genießen Sie den Frühling! Denn bei den ganzen schlechten Nachrichten in der Welt ist dies doch immer wieder eine gute Nachricht und eine schöne Gewissheit: Es beginnt jedes Jahr immer wieder von vorne etwas Neues, Schönes und so beende ich auch diese Kolumne wieder mit einem Kinderlied meiner Tochter:
„Immer wieder kommt ein neuer Frühling, immer wieder kommt ein neuer März, immer wieder bringt er neue Blumen, immer wieder Licht in unser Herz!“

Herzlichst Ihre Tina

Bunter Sommersalat mit Pfirsichen, Mozzarella und Rucola

Ein fruchtig-herzhafter Salat für warme Tage – schnell gemacht und richtig lecker mit dem Rezept von unserem Kollegen Nico Stumpe.

Zutaten (für 2 bis 3 Personen):

- 2 reife Pfirsiche
(alternativ: Nektarinen oder Aprikosen)
- 1 Kugel Mozzarella (oder Büffelmozzarella)
- 1 Handvoll Rucola
- 1/2 Gurke
- 1 Handvoll Kirschtomaten
- 1 EL Pinienkerne (optional)
- 1–2 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- 1 TL Balsamico (weiß oder klassisch)
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Pfirsiche waschen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.
Gurke und Tomaten klein schneiden, Mozzarella zupfen.
2. Rucola waschen und trocken schütteln.
3. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten, bis sie duften.
4. Alles in einer großen Schüssel oder auf einer Platte anrichten.
5. Für das Dressing Olivenöl, Honig, Balsamico, Salz und Pfeffer verrühren und über den Salat trüpfeln.
6. Mit den Pinienkernen bestreuen und genießen.

Stadt Velbert

Ausflugstipps für Daheimgebliebene



Einfach mal zu Hause in der Region Urlaub machen – warum auch nicht? Schließlich ist ein regionaler Urlaub, bei dem der ÖPNV oder das Fahrrad genutzt werden, ein Mehrwert für das Klima. Zusätzlich wird der Geldbeutel gespart. Deshalb haben wir zwei Ausflugsziele für Tagesstrips im Bergischen Land ausgesucht.

Waldkletterpark „Wald-Abenteuer“ in Velbert-Langenberg

Im Kletterpark „Wald-Abenteuer“ erwarten Sie spannende Klettererlebnisse mit über 100 Kletterelementen wie Seilrutschen, Tarzansprüngen und einem Kletterlabyrinth. Nach Ihrem Abenteuer können Sie außerdem im Bistro, im Biergarten oder beim Minigolf entspannen.

Wo? Horststraße 18, Richard-Tormin-Straße 1, 42555 Velbert-Langenberg

Für wen? Adventure-Parcours: Ab 10 Jahren und einer Körpergröße von 140 cm

Kinderparcours: ab 4 Jahren und einer Körpergröße von 105 cm

Kosten? Adventure Parcours: über 18 Jahre 34 € pro Person, unter 18 Jahre 30 € pro Person

Kinder-Parcours: 21 € pro Person (Klettern nur mit Reservierung).

Bergischer Weg: Erste Etappe von Essen nach Velbert (11,4 km) und zweite Etappe von Velbert nach Wülfrath (22,6 km)

Die erste Etappe des Bergischen Wegs führt vom Baldeneysee in Essen bis nach Velbert.

Bereits im Ballungsgebiet an der Ruhr beeindruckt der Fernwanderweg mit faszinierenden Naturerlebnissen, wie zum Beispiel dem Vogelschutzgebiet „Heisinger Bogen“ am größten Stausee der Ruhr.

Die zweite Etappe führt Wanderer vorbei an kulturellen Sehenswürdigkeiten wie dem barocken Schloss Hardenberg und dem markanten Wallfahrtsdom in Neviges. Außerdem befinden sich bei Wülfrath auch das Museum „der Zeittunnel“ sowie Europas größter Kalksteinbruch.

Wo? Startpunkt Etappe 1: Essen-Baldeney, Wanderparkplatz Baldeney, Baldeney 33

Endpunkt Etappe 2: St.-Maximin-Kirche, Dorfstraße 10, 42489 Wülfrath

Für wen? Alle Altersgruppen

Kosten? 0 €

Tipp: Kinder ab 6 Jahren können in den Sommerferien am Ferienspaßprogramm der Stadt Velbert teilnehmen!
Weitere Informationen hierzu unter www.velbert.de/stadtleben/sport/ferienspass



Gute Trennungsgründe

Wer seinen Hausmüll richtig sortiert, spart sich und anderen Zeit, Geld und Ärger. Wenn etwa der Inhalt in der Gelben Tonne nicht richtig getrennt wird, nimmt die AWISTA ihn nicht mit. Das verursacht Kosten, die auf alle Mieter umgelegt werden. Deshalb: Erteilen Sie dem Müll die richtige Abfuhr.



Mülltrennung ist sinnvoll. Sie verringert die Müllmenge für Deponien und Verbrennungsanlagen, lässt eine bessere Verwertung der Abfälle zu und schont die Umwelt.

Bedenken Sie: Unsortierter Müll kostet Sie Geld. Landen Plastik und Glas im Biomüll, wird die Tonne nicht geleert. Sonderentsorgungen kosten wiederum viel Geld, was Ihre Betriebskosten steigen lässt.

Als Faustregel gilt folgender Farbcode:



Braun:
organische Stoffe
wie Essensreste,
Küchen- und
Gartenabfälle

Blau:
Pappe und
Papier jeder
Art, Prospekte,
Kartons

Gelb:
Verpackungen
mit dem
„Grünen Punkt“
wie Dosen und
Plastikbecher

Grau:
alles Übrige
Außer: Batterien, Farben, Medikamente und andere Giftstoffe, die entweder über die Rücknahmepflicht im Handel, das Schadstoffmobil oder den Wertstoffhof entsorgt werden müssen.

Für Sie sind wir da!

Wenn der Wasserhahn tropft ...

... oder Sie anderweitigen Reparaturbedarf melden wollen, rufen Sie uns entweder an unter:
02051 9651-0 oder füllen Sie einfach unser Schadensformular auf unserer Website aus unter:
www.bg-niederberg.de/mitgliederservice

Wenn Sie außerhalb der Geschäftszeiten anrufen, erreichen Sie im Notfall dennoch einen hilfsbereiten Ansprechpartner, der bei echten Notsituationen – etwa einem Wasserrohrbruch oder einem Heizungsausfall bei Minusgraden – unsere Handwerks- und Dienstleistungspartner informiert. Dabei kann es unter Umständen zu längeren Wartezeiten kommen, bis der Dienstleister eintrifft.
Bitte nutzen Sie dieses Notdienstangebot ausschließlich für solche Fälle.

Geschäftszeiten

Montag bis Donnerstag von 9:00 bis 12:00 Uhr
und von 13:30 bis 16:00 Uhr
Freitag von 9:00 bis 12:00 Uhr



QUIZ!

Mitmachen und gewinnen!

Wie aufmerksam haben Sie diese Ausgabe unserer Zeitschrift gelesen? Das können Sie jetzt mit unserem Quiz testen.



Mitmachen lohnt sich: Unter allen Teilnehmern mit der richtigen Lösung verlosen wir jeweils einen Velbert-Gutschein im Wert von 100 Euro, einen im Wert von 75 Euro und einen im Wert von 50 Euro, den Sie in den teilnehmenden Geschäften einlösen können. Außerdem erhalten die ersten 15 Einsendungen ein Glas BGN-Quartiershonig von unseren beiden BGN-Bienenvölkern!

Sie können über den abgebildeten QR-Code teilnehmen oder die Fragen hier beantworten und das Lösungswort per Post oder E-Mail an die BGN schicken. Viel Glück!

Frage 1:

Welche Heilpflanze wird nicht nur in der traditionellen chinesischen Medizin hoch geschätzt, sondern stärkt auch das Immunsystem?

- F** Gewürznelke
- B** Ingwer
- C** Fenchel

Frage 2:

Was sollten Sie tun, wenn Ihr Abfluss verstopft ist?

- L** Sie melden sich direkt bei uns.
- A** Sie nutzen zuerst chemische Reiniger.
- E** Falls der Abfluss nur gluckert, warten Sie erst mal ab.

Frage 3:

Wie minimieren Sie die Brandgefahr beim Laden von E-Bike-Akkus?

- H** Sie laden die Akkus möglichst über Nacht.
- I** Der Akku sollte vor dem Laden vollständig leer sein.
- U** Sie laden die Akkus nur unter Aufsicht.

Frage 4:

Wo ist der Waldkletterpark „Wald-Abenteuer“?

- G** Mettmann
- S** Wuppertal
- M** Velbert-Langenberg

Frage 5:

Was müssen Sie bei der Installation einer Solaranlage beachten?

- E** Sie brauchen zuerst eine Genehmigung von uns.
- T** Die Anlage sollte an einem Standort mit möglichst viel Schatten installiert werden.
- U** Gar nichts, man kann die Anlage einfach einstecken und Strom erzeugen.

Lösungswort:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Damit Ihre Teilnahme auch reibungslos klappt, schicken Sie bitte Ihre Lösung per Post an die Baugenossenschaft Niederberg eG, Heidestraße 191, 42549 Velbert oder per E-Mail an: wohnwert@bg-niederberg.de.

Oder nehmen Sie online teil.
Dafür einfach den QR-Code scannen,
Fragen beantworten
und abschicken.



Der Rechtsweg und die Teilnahme von Mitarbeitern der BGN sind ausgeschlossen. Teilnehmer stimmen der Veröffentlichung ihres Namens und Bildes zu. Einsendeschluss ist der 15. Juli 2025.