

# mittendrin

DAS MIETERMAGAZIN 02/2024

**Neue  
Webseite**

Ab Mai unter  
[www.nhw.de](http://www.nhw.de)

## Mieterkinder

Fit für die Schule mit  
Superkraft-Übungen

## Gießen & genießen

Gemüse-Genuss  
vom Balkon

## Hilfe bei Konflikten

10 Jahre Konflikt-  
beratung



# Sozialer Zusammenhalt

Wie Diversität unsere Gesellschaft bereichert



UNTERNEHMENSGRUPPE  
NASSAUISCHE HEIMSTÄTTE  
WOHNSTADT



**Persönliche Gespräche sind nur nach Terminvereinbarung möglich.**

**IHRE KONTAKTMÖGLICHKEITEN**

-  [www.nhw.de](http://www.nhw.de)
-  [mieterservice@naheimst.de](mailto:mieterservice@naheimst.de)
-  **Servicenummer: 0800 3331110**  
Erreichbar Mo-Do 8-18 Uhr, Fr 8-12.30 Uhr
-  **Mieter-App „mittendrin wohnen“**



Für kleine Reparaturen steht Ihnen unser kostenloser Reparaturservice zur Verfügung. Sie können direkt eine Vertragsfirma beauftragen. Unsere Vertragsfirmen finden Sie in unserer Mieter-App oder auf unserer Internetseite [nhw.de](http://nhw.de). Hier hilft Ihnen auch gerne unser Chatbot Leo weiter.



## Unsere Standorte

**REGIONALCENTER FRANKFURT**

**SERVICECENTER FRANKFURT**  
Hofstraße 5  
60311 Frankfurt am Main  
**Öffnungszeiten:**  
Mo-Do 8-12 Uhr und 13-16 Uhr,  
Fr 8-12 Uhr

**REGIONALCENTER OFFENBACH**

**SERVICECENTER OFFENBACH**  
Herrnstraße 53  
63065 Offenbach  
**Öffnungszeiten:**  
Mo-Do 9-12 Uhr und 13-16 Uhr  
Fr 9-12 Uhr

**Termine nur nach Vereinbarung**

**REGIONALCENTER WIESBADEN**

**SERVICECENTER WIESBADEN**  
Bahnhofstraße 27-33  
65185 Wiesbaden  
**Öffnungszeiten:**  
Mo-Do 8-12 Uhr und 13-16 Uhr,  
Fr 8-12 Uhr

**SERVICECENTER DARMSTADT**

Berliner Allee 36  
64295 Darmstadt  
**Öffnungszeiten:**  
Mo-Do 8-12 Uhr und 13-16 Uhr,  
Fr 8-12 Uhr, Mi 16-18 Uhr

**Termine nur nach Vereinbarung**

**REGIONALCENTER KASSEL**

**SERVICECENTER KASSEL**  
Wolfsschlucht 18  
34117 Kassel  
**Öffnungszeiten:** Mo + Mi 8-16 Uhr,  
Di + Do 9-17 Uhr, Fr 8-12 Uhr

**SERVICECENTER FULDA**

Bahnhofstraße 2  
36037 Fulda  
**Öffnungszeiten:** Mo-Fr 8-12 Uhr,  
Mo 13.30-15.30, Do 13.30-17 Uhr

**SERVICECENTER MARBURG**

Universitätsstraße 39  
35037 Marburg  
**Öffnungszeiten:**  
Mo-Fr 8-12 Uhr, Di 14-16 Uhr, Do 17 Uhr

**Termine nur nach Vereinbarung**

**Zentrale Briefpostanschrift:** Nassauische Heimstätte GmbH | Postfach 70 07 55 | 60557 Frankfurt am Main  
**Zentrale Briefpostanschrift Kassel:** WOHNSTADT Stadtentwicklungs- und Wohnungsbaugesellschaft Hessen mbH | bei Nassauische Heimstätte GmbH | Postfach 70 07 55 60557 Frankfurt am Main



# Liebe Mieterinnen, liebe Mieter!



**A**lle gleich anders – und das ist unsere Stärke! So lautet das NHW-Motto, das unsere innere Einstellung und unsere Werte verdeutlicht. Klar, mit Menschen aus über 100 Nationen, die in unseren Quartieren leben, machen wir täglich die Erfahrung, wie bereichernd Toleranz und „Multikulti“ sind. Unsere Mieter:innen leben im Kleinen vor, dass nur mit gegenseitiger Rücksichtnahme und Menschlichkeit ein gutes Zusammenleben möglich ist. Rechtsextremismus, Rassismus und Ausländerhass haben hier keine Heimat! Lesen Sie mehr dazu in unserem Beitrag auf Seite 6.

Besonders ans Herz legen möchte ich Ihnen den Beitrag über die „Papageiensiedlung“ in Frankfurt-Unterliederbach, die dieses Jahr ihren 50. Geburtstag feiert und in der Mieter:innen aus vielen Nationen harmonisch zusammenleben – und das über sehr, sehr viele Jahre. Wieso dieser Wohnkomplex auch bautechnisch eine liebenswerte Kuriosität ist, verraten wir Ihnen auf Seite 12.

Wir freuen uns außerdem, wenn Sie uns an Ihren teils wunderschön bepflanzten Balkonen teilhaben lassen. Genießen Sie den Sommer und machen Sie mit beim diesjährigen Balkon-Wettbewerb!

Herzlichst, Ihr

Dr. Constantin Westphal  
Geschäftsführer der Unternehmensgruppe  
Nassauische Heimstätte | Wohnstadt

[www.nhw.de](http://www.nhw.de)

AUSGABE  
**02**



Vielfalt ist unsere Stärke (Seite 6)

## INHALT 2/2024

04

**Neubau:** Willkommen im Schönhof-Viertel

05

**Internet:** Neue Webadresse, mehr Inhalte

08

**Umdenken:** Der Weg zur Klimaneutralität

09

**Verstehen:** So funktioniert die Wärmepumpe

10

**Zweirad:** 70 neue E-Lastenräder und E-Bikes

11

**Kabel-TV:** Leider nicht mehr automatisch!

12

**Faszinierend:** Leben in einer Lärmschutzwand

13

**Kostenfrei:** Heilpraktiker in der Heimatsiedlung

14

**Mieterkinder** – fit für die Schule mit Superkraft

16

**Hilfe bei Konflikten:** Unsere Sozialberatung

17

**Balkon-Wettbewerb:** Gutscheine für grüne Daumen

18

**Spinnen & Co.:** Eklig, aber harmlos

20

**Rauchwarnmelder:** Jetzt per Funk!

21

**Ihre Termine:** Mieterfeste und Sommerspiele

22

**Kinder:** Mit der Power Bande für mehr Toleranz

24

**Ausflüge:** Wie ein kleiner Urlaub



©Opitly GmbH



Tragen Sie sich für unseren Newsletter ein und erhalten Neuigkeiten zum Vermietungsstart der weiteren Mietwohnungen im Schönhof-Viertel.

# Neubau-Wohnung gesucht?

## Vermietungsstart der ersten 217 Wohnungen im Frankfurter Schönhof-Viertel und von 248 Wohnungen in der Darmstädter Lincoln-Siedlung

### FRANKFURT / SCHÖNHOF-VIERTEL

Alle Mietinteressenten können sich freuen, denn ab August sind die ersten 217 Wohnungen in dem neuen Frankfurter Stadtquartier, dem Schönhof-Viertel, bezugsfertig. 73 Wohnungen sind öffentlich gefördert (Förderweg 1) und 65 Wohnungen gehören zum Mittelstandsprogramm (Förderweg 2), bei dem die Vermietung über die Stadt Frankfurt erfolgt. Auf 79 frei finanzierte 1- bis 4-Zimmer-Wohnungen können sich Interessierte online unter [www.nhw.de](http://www.nhw.de) bewerben. Der monatliche Mietpreis beträgt ca. 15 Euro/Quadratmeter plus 3,50 Euro/Quadratmeter Nebenkosten. Zusätzlich stehen 126 Tiefgaragen-Stellplätze für monatlich 100 Euro zur Verfügung.

Im Erdgeschoss des Mehrfamilienhauses auf dem Baufeld D3 befindet sich eine Kita für rund 75 Kinder. Die Kitaplätze werden von dem Anbieter Evangelischer Regionalverband Frankfurt-Offenbach (Diakonie) vergeben. Sollten Sie Interesse an einem Kita-Platz haben, können Sie sich direkt an den Evangelischen Regionalverband wenden.

### NEUBAUVIERTEL MIT 2.000 WOHNUNGEN

Insgesamt werden im Schönhof-Viertel rund 2.000 Wohnungen für ca. 6.000 Menschen entstehen, die wir gemeinsam mit unserem Projektpartner Instone Real Estate bauen. Hinzu kommt Hessens erste Hybrid-Grundschule mit Sporthalle, fünf Kitas, Unterkünften für Studierende und Menschen in Ausbildung, ein inklusives Wohnprojekt sowie Einzelhandels- und Gewerbeflächen. Ein Quartiersplatz und ein Park mit jeder Menge Raum zur Erholung und Freizeitgestaltung runden das Gesamtpaket ab.

### DGNB-ZERTIFIZIERUNG FÜR NACHHALTIGES LEBEN

Im Schönhof-Viertel wird die Nachhaltigkeit offiziell und unabhängig geprüft, denn für das Quartier streben wir eine DGNB-Zertifizierung an. Um die Auszeichnung zu erreichen, müssen verschiedene Kriterien erfüllt werden. Es sollen zum Beispiel 3 Tierarten angesiedelt werden. Das Regenwasser wird gespeichert und zur Bewässerung des Parks genutzt. Alle Dachflächen der Wohn- und Funktionsgebäude erhalten eine Begrünung und 45 Prozent der NHW-Liegenschaften zudem Photovoltaikanlagen. Außerdem wird es ein abgestimmtes Mobilitätsangebot mit Carsharing und Elektro-Lastenrädern geben.

[www.nhw.de/zuhause-finden/neubauwohnung-mieten/schoenhof-viertel](http://www.nhw.de/zuhause-finden/neubauwohnung-mieten/schoenhof-viertel)



### DARMSTADT-BESSUNGEN / NOACKHÖFE

In unseren Noackhöfen in der Lincoln-Siedlung bieten wir Ihnen 248 moderne Mietwohnungen an. Davon sind 105 Mietwohnungen öffentlich gefördert. Unsere Mietwohnungen bieten 1 bis 6 Zimmer und kosten im Monat durchschnittlich zwischen 6,70 (öffentlich gefördert) und ab 12,90 Euro/Quadratmeter (frei finanziert). Bezugsfertig sind die gut geschnittenen und mit Glasfaser ausgestatteten Wohnungen ab August 2024. Alle weiteren Informationen und unsere freien Wohnungsangebote finden Sie online unter [www.noackhoefe.de](http://www.noackhoefe.de)

# Aus 2 mach 1: Unsere neue Web-Adresse



Zusammenlegung unserer Webseiten:  
Aus [wohnen-in-der-mitte.de](http://wohnen-in-der-mitte.de) und [naheimst.de](http://naheimst.de) wird [nhw.de](http://nhw.de)

Wir haben vor Kurzem unsere Webseiten **[www.wohnen-in-der-mitte.de](http://www.wohnen-in-der-mitte.de)** und **[www.naheimst.de](http://www.naheimst.de)** zusammengeführt und daraus ist die Webseite **[www.nhw.de](http://www.nhw.de)** entstanden. Mit der Zusammenlegung stärken wir unsere Marke Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt (NHW). Die neue Adresse ist außerdem viel einfacher zu merken!

Mit [nhw.de](http://nhw.de) erreichen wir zukünftig alle, die etwas mit der NHW zu tun haben, also neben den Mieter:innen auch Mietinteressenten, Geschäftspartner, Pressevertreter und die Öffentlichkeit. Wir informieren hier über das gesamte Angebot unserer Unternehmensgruppe.

Sie fragen sich sicher, was sich jetzt für Sie ändert? Eigentlich ändert sich gar nichts. Wir haben die Webseite nur ein wenig überarbeitet und ihr ein neues, modernes Aussehen gegeben. Schauen Sie einfach mal rein.

**Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Erkunden der neuen Webseite [nhw.de](http://nhw.de) und freuen uns auf Ihr Feedback!**

## FRANKFURT-SINDLINGEN

# Auszug aus der Küferstraße



*Bei einem gemeinsamen Rundgang informierten Geschäftsführerin Monika Fontaine-Kretschmer und Geschäftsführer Dr. Constantin Westphal den Hessischen Wirtschafts- und Wohnungsminister Kaweh Mansoori über den aktuellen Stand der Gebäudeuntersuchungen.*

Es war ein Schock für die Mieter:innen im Frankfurter Stadtteil Sindlingen, als sie erfuhren, dass sie ihre Wohnungen verlassen müssen. Bei Voruntersuchungen für eine energetische Außenmodernisierung wurde entdeckt, dass die Standsicherheit der Geschossdecken nicht mehr gegeben ist. „Die Sicherheit unserer Mieterinnen und Mieter hatte absolute Priorität, da konnten

wir keinen Tag länger mit einem Umzug der Mieter warten“, macht die zuständige Servicecenterleiterin Sandra Nieber deutlich.

### **SCHNELLE HILFE FÜR UNSERE MIETER:INNEN**

Nachdem die für die Mieter kostenfreie Erstunterbringung in zwei Hotels sichergestellt war, begann das Team mit der Suche

nach Ersatzwohnraum, um den Mieter:innen schnell wieder ein normales Leben zu ermöglichen. Innerhalb von 14 Tagen konnte den ersten Mietern bereits ein Wohnungsangebot in Frankfurt unterbreitet werden. Damit Mieteranfragen persönlich vor Ort beantwortet werden können, wurde ein Informationsbüro eingerichtet, in dem sich die Sozialmanagerin Heike Steill-Schmidt und der zuständige Objektmanager Markus Hahn Zeit für die Fragen und Anliegen der betroffenen Mieter:innen nehmen – ein Service, der auch zur neuen Rolle der Sozialmanagerinnen und -manager gehört.

### **ZEITAUFWENDIGE UNTERSUCHUNGEN**

Während die Mieter:innen der geräumten Gebäudebereiche aktuell versorgt sind, gehen die Untersuchungen der Gebäudezeilen weiter. Nachdem alle Geschossdecken über dem Erdgeschoss auf ihre Tragfähigkeit untersucht wurden, erfolgt aktuell die Prüfung in den darüberliegenden Stockwerken. Ob die Gebäude schlussendlich abgerissen oder saniert werden, steht zum jetzigen Zeitpunkt nicht fest.

# Hier eröffnet die Vielfalt alle Möglichkeiten

Warum Demokratie und Diversität eine Gesellschaft  
stärker machen

## NEIN

*Extremismus hat bei uns  
keinen Platz*

## JA

*Wir sagen JA zur  
Demokratie  
und JA zur Vielfalt!*



## BEGEGNUNG

*In unseren Quartieren leben  
Menschen aus über 100 Nationen*



*Kaum etwas ist für eine Gesellschaft so bereichernd wie Demokratie und Diversität.*

*„Platz nehmen für Demokratie“ heißt die neue Initiative, bei der auch die NHW dabei ist.*



**W**ir sind bunt und divers, wir sind Vielfalt – Botschaften wie diese hören wir verstärkt in den letzten Jahren. Ob in der Werbung, in den Social Media oder am Arbeitsplatz. Doch was ist mit „Diversity“ eigentlich gemeint und was bedeutet sie für unsere Mieter:innen?

### DIVERSITÄT ODER DIVERSITY?

Beide Begriffe bedeuten Vielfalt und Vielfältigkeit. Das englische Diversity knüpft an die US-amerikanische Bürgerrechtsbewegung der 1960er Jahre und deren Forderungen nach Chancengleichheit und Antidiskriminierung. Heute wie damals sagte er aus, dass gesellschaftliche Gruppen unterschiedlich sind. Jeder Mensch gehört gleichzeitig mehreren dieser 7 Merkmals-Gruppen an:

- Alter
- ethnische Herkunft und Nationalität
- Geschlecht und geschlechtliche Identität
- körperliche und geistige Fähigkeiten
- Religion und Weltanschauung
- soziale Herkunft
- sexuelle Orientierung

### WO VIELFALT FEHLT, SIND MENSCHEN IM NACHTEIL

Es gibt Gruppen, die benachteiligt werden, zum Beispiel: Noch immer sind nur wenige Führungspositionen von Frauen besetzt. Menschen mit nicht deutschen Wurzeln haben es oft schwerer auf dem deutschen Arbeitsmarkt. Zwar sollen alle Menschen gleichberechtigt behandelt werden. Aber im Alltag stehen doch oft die Unterschiede im Mittelpunkt. Hautfarbe oder Geschlecht sind noch lange nicht egal. Auch aufgrund einer bestimmten Religionszugehörigkeit, Behinderung oder eingeschränkter Leistungsfähigkeit erfahren Menschen gesellschaftliche Nachteile. Dabei haben fast ein Viertel der Menschen in Deutschland Migrationshintergrund, gibt es über 400 religiöse Gemeinschaften und bezeichnen sich 10 Prozent der ab 1995 geborenen Deutschen als LGBTQ: lesbisch, schwul, bisexuell und/oder transgener.

### VIELFALT IST TEIL DES GRUNDGESETZES – UND UNSERER DNA

Man kennt es: In der Arbeitswelt erzielen gemischte Teams bessere Ergebnisse als reine Männer- oder Frauengruppen. Genauso wenn Menschen aus unterschiedlichen Kulturen am selben Projekt arbeiten. Die Verschiedenheit führt zu besseren Lösungen und oft neuen Perspektiven. Und sie ist keine freie Option, sondern im Sinne der Gleichbehandlung ganz klar im Grundgesetz verankert, das dieses Jahr seinen 75. Geburtstag feiert!

Wir bei der NHW treten aktiv für unterschiedliche Denkweisen ein und erleben „Multikulti“ als bereichernd. Wir sind stolz, dass fast alle Hausgemeinschaften unserer 60.000 Wohnungen, in denen Menschen aus über 100 Nationen leben, gut funktionieren. Ohne Toleranz und gegenseitige Rücksichtnahme wäre das nicht möglich.

### GEGEN RASSISMUS UND HETZE

Unser Motto lautet: **„Wir sind alle gleich anders – und das ist unsere Stärke!“** Aus diesem Grund haben wir das Römerbergbündnis und die vielen Demonstrationen für Demokratie und gegen den Rechtsruck deutlich unterstützt. Es darf nicht sein, dass NS-Anspielungen und Begriffe wie „Remigration“ verharmlost und heruntergespielt werden – und die Demokratie unterhöhlt wird. In Kassel unterstützen wir seit Neuestem die Kampagne „Platz nehmen für Demokratie“. Und schon lange haben wir als Unternehmen die „Charta der Vielfalt“ unterzeichnet und uns damit verpflichtet, auf Gleichberechtigung zu achten. Gemeinsam sind wir stark für Vielfalt und dem Schutz unserer Demokratie verpflichtet.



*Unser Ziel für die Zukunft:  
80 Prozent aller NHW-Wohn-  
gebäude werden mit  
Wärmepumpen versorgt.*

## KLIMASCHUTZ

# Umdenken auf dem Weg zur Klimaneutralität



**Es gibt eine Lücke zwischen Wunsch und Wirklichkeit. Wir wollen und müssen klimaneutral werden. Das Ziel ist gesetzt und bleibt. Doch bis 2045 werden wir es definitiv nicht aus eigener Kraft erreichen. Lesen Sie, welche Hürden und Optionen es gibt.**

**D**eutschland hat sich verpflichtet, bis zum Jahr 2045 klimaneutral zu sein – und gerade die Wohnungswirtschaft kann dazu einen Großteil beitragen. Denn rund 30 bis 40 Prozent des klimaschädlichen CO<sub>2</sub>-Ausstoßes in Deutschland gehen auf das Konto des Gebäudesektors. Doch unter den derzeitigen Umständen wird die NHW dieses Ziel nicht aus eigener Kraft erreichen können – trotz einer Eigenkapitalerhöhung durch das Land Hessen. Modernisieren ist zurzeit teuer, Arbeitskräfte und Material im Bausektor sind knapp und die Auflagen durch die öffentliche Hand sehr anspruchsvoll. Abwarten oder nichts tun ist allerdings auch keine Option – und in jeder Hinsicht die teuerste und klimaschädlichste Lösung.

## UNSER FOKUS LIEGT KÜNFTIG AUF DEM KLIMANEUTRALEN HEIZEN

Aufgrund einer großen Finanzierungslücke

haben wir daher unsere Strategie geändert und setzen jetzt verstärkt auf die „Dekarbonisierung der Wärmeversorgung“. Mit der Abkehr von Kohle, Öl und Gas konzentrieren wir uns auf die Wärmepumpe, die künftig bis zu 80 Prozent aller NHW-Wohngebäude versorgen wird. Sie arbeitet mit erneuerbaren Energien, ist sofort und nicht erst 2045 klimaneutral und reduziert als einzige Wärmeversorgung den Endenergiebedarf wesentlich.

### DÄMMEN MIT AUGENMASS

Vollmodernisierungen wird es auch weiterhin geben, und zwar in Gebäuden mit der schlechtesten Energieeffizienzklasse. Aber schon in der zweitschlechtesten Klasse geht es energetisch mit Wärmepumpen und einer Dämmung nur der obersten Geschossdecke und der Kellerdecke. Mit dieser neuen Strategie können wir mit dem gleichen Geld deutlich mehr erreichen als mit

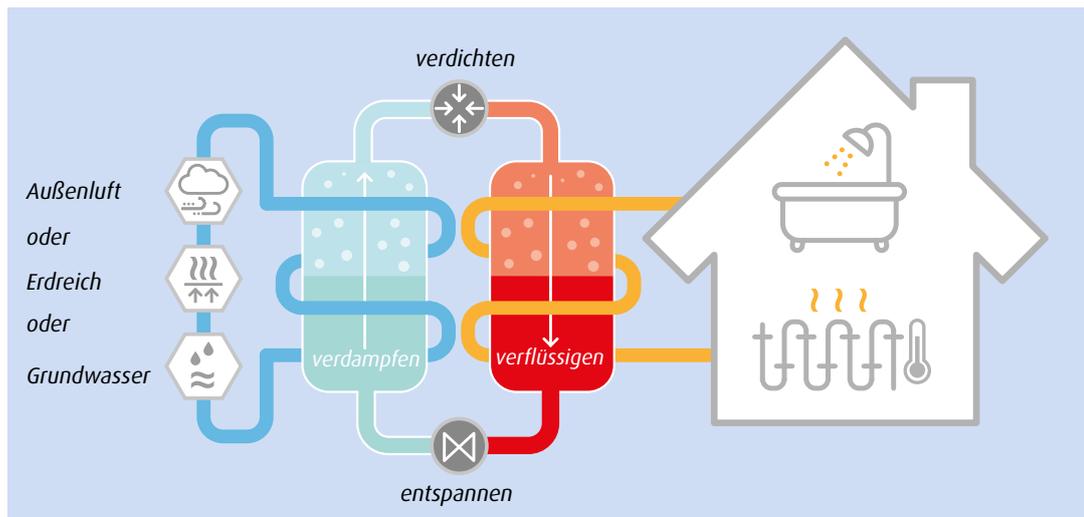
einer Vollmodernisierung. Und da die NHW rund 42.000 Wohnungen mit gasgetriebenen Heizungen hat, gibt es noch einiges zu tun.

### ES GEHT NUR MIT ZUVERLÄSSIGEN FÖRDERPROGRAMMEN

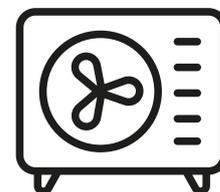
Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass die Wohnungsunternehmen die Klimaneutralität ohne öffentliche Förderung nicht erreichen werden – auch nicht die NHW als Hessens größtes Wohnungsunternehmen. Wünschenswert wären Förderungen, die statt starrer Energiestandards mehr auf die Reduktion des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes abzielen. Interessiert an weiteren Details? Erfahren Sie mehr unter:



# Wärmepumpe – einfach erklärt



Verdampfen, verdichten,  
verflüssigen, entspannen  
– die vier Stationen des Kreis-  
laufs in einer Wärmepumpe.



Im Prinzip sind sich alle einig, dass Deutschlands Weg zur Klimaneutralität über die Wärmepumpe geht. Mit ihr kann man am besten den Ausstieg aus fossilen Brennstoffen wie Gas oder Öl schaffen, denn sie nimmt die bereits vorhandene Wärme aus der Umwelt: aus der Luft, der Erde oder dem Grundwasser. Dabei muss man wissen: Selbst in eisiger Winterluft steckt noch viel Wärme drin, auch wenn der Mensch diese nicht fühlt.

In dem Außengerät der Wärmepumpe verbirgt sich ein großer Ventilator, der die Luft in die Anlage hineinsaugt, um sie für den Heizungsbetrieb zu nutzen. Dazu benutzt die Wärmepumpe ein spezielles Kältemittel, das sich schon bei niedrigen Temperaturen in ein

Gas verwandelt (es verdampft/kondensiert). Durch einen Kompressor wird das Kältemittel verdichtet und erhöht somit die Temperatur auf ein nutzbares Niveau. Diese Wärme wird dann in das Heizungssystem abgegeben. Das Kältemittel durchläuft in der Wärmepumpe 4 Stationen – und dann beginnt der Kreislauf von vorne.

Bei einer herkömmlichen Heizung steckt man 1 Kilowattstunde Brennstoff (Gas/Öl) rein und bekommt weniger als 1 Kilowattstunde an Wärme heraus. Bei Wärmepumpen ist das ganz anders: Man steckt 1 kWh rein und bekommt mindestens das 2- bis 3-Fache an Wärme heraus, oft deutlich mehr. Wärmepumpen verbrauchen keine Ressourcen und man muss nur sehr wenig Energie für die Kompression zur Verfügung stellen.

## WOHNPROJEKT KASSEL

# Starthilfe für junge Menschen



Freuen sich über die Schlüsselübergabe: Peter Schade (li.) vom Verbund sozialpädagogischer Kleingruppen e.V. und Mehmet K. Ciftci (re.) von 180 GRAD sowie Ilka Zienteck und Sascha Holstein von der NHW.

Wohnprojekt für junge Menschen: Der Verbund sozialpädagogischer Kleingruppen e. V. betreibt in Kassel Harleshausen die Einrichtung 180 GRAD, in der pädagogische und therapeutische Fachkräfte auf die besonderen Bedürfnisse junger Menschen zwischen 16 und 21 Jahren eingehen. Jeder junge Mensch bringt andere Bedürfnisse und

Schwierigkeiten mit, die in dem Hilfeangebot Platz haben sollen. Für die Pädagog:innen bedeutet das, den Sinn des jeweiligen Verhaltens zu verstehen und dem jungen Menschen mit Respekt zu begegnen, ohne dass ein Abbruch von Maßnahmen oder der Wechsel von Bezugspersonen droht.

Für diese jungen Menschen sucht 180 GRAD Wohnraum in der Stadt und im Landkreis Kassel, damit sie in einem Ein-Personen-Haushalt (keine Gruppen) leben können. Die Einrichtung selbst tritt als Kooperationspartner und damit als Mieter der Wohnung auf. Die erste Wohnung wurde 2022 übergeben. „Es entspricht wunderbar unserem sozialen Auftrag, Menschen, die sich selbst nur schwer am freien Wohnungsmarkt versorgen können, zu unterstützen“, erinnert sich NHW-Regionalcenterleiter Sascha Holstein. „Wir freuen uns, dass wir zwischenzeitlich vier weitere Wohnungen an den Verein vermieten konnten.“

**Weitere Informationen zum Wohnprojekt:**  
[www.verbund-kassel.de/](http://www.verbund-kassel.de/)  
**unsere-einrichtungen/kassel/180-grad**





Rund um das neue NHW-Quartier MartiniTor: Geschäftsführer Dr. Constantin Westphal (re.), Kassels Oberbürgermeister Dr. Sven Schoeller (Mi.) und Sigo-Geschäftsführer Kai von Borck machen eine Probefahrt mit den neuen E-Lastenrädern.

**Mittendrin**  
»»Mobil»»

MIETERMOBILITÄT

# Wendig, leicht und hip: 70 neue E-Lastenräder und E-Bikes

**Ausbau der Mobilitätsangebote in unseren NHW-Quartieren: kostenlos ausprobieren!**



**W**ir bauen in diesem Jahr gemeinsam mit unserem Kooperationspartner Sigo 18 neue Standorte mit insgesamt 70 neuen E-Lastenrädern und E-Bikes aus. In unserem Neubauprojekt Stadtwaldblick in Frankfurt-Niederrad in der Hahnstraße 46-48 stehen Ihnen ab sofort zwei neue E-Lastenräder zur Ausleihe zur Verfügung. Dieser Standort ist der erste einer ganzen Reihe von neuen Sigo-Standorten, die wir in diesem Jahr in unseren NHW-Quartieren eröffnen werden.

## „GERNE IMMER WIEDER!“

Unsere Mieter:innen im Stadtwaldblick haben das Angebot getestet und sind begeistert. Da einige von ihnen kein eigenes Auto besitzen, nutzen sie das E-Lastenrad für schnelle Besorgungen etwa im Baumarkt oder im Supermarkt oder holen damit ihre Kinder von der Schule oder der Kita ab.

## 25-EURO-GUTSCHRIFT FÜR NHW-MIETER:INNEN

Besonders einfach ist die Buchung über die Sigo-App. Der Preis setzt sich immer aus einem Grundpreis pro Ausleihe und einem

Zeitpreis zusammen, wobei der Grundpreis zwischen kostenfrei und maximal 1,50 Euro variiert. Der Preis für 30 Minuten liegt zwischen einem und drei Euro.

Wir bieten allen unseren Mieter:innen die einmalige Möglichkeit, das Angebot zu testen, und halten für Sie eine Gutschrift in Höhe von 25 Euro bereit. Schreiben Sie uns hierzu einfach eine E-Mail an [marketing@naheimst.de](mailto:marketing@naheimst.de) und Sie erhalten von uns Ihren persönlichen Gutscheincode.

## DAS RAD PASST SICH AN IHRE GRÖSSE AN

Die E-Lastenradstation ist mit einem induktiven Ladesystem ausgestattet. Sattel und Lenker der Räder können an die jeweilige Körpergröße angepasst werden. Die Transportbox ist für maximal 60 Kilogramm ausgelegt. Ganz wichtig: Das Angebot richtet sich nicht nur an Mieter:innen der NHW, sondern an jede Person, die am Lastenrad-Sharing interessiert ist.

**GANZ BESONDERS FREUEN WIR UNS, DASS WIR AB APRIL ERSTMALS FÜNF NEUE STANDORTE IN KASSEL ANBIETEN KÖNNEN:**

- Martinitor (Am Alten Sudhaus 3)
- Ahnatalstraße 25/25A
- Christophstraße 27
- Rembrandtstraße 18
- Oetkerstraße 6

Wir haben Lastenrad-Stationen in Frankfurt, Kelsterbach, Langen, Wiesbaden, Darmstadt, Offenbach, Marburg, Fulda und Kassel. Mehr Infos unter: [mittendrinmobil.de](http://mittendrinmobil.de)





*Bleiben Sie auch nach dem 1. Juli weiter auf Empfang!*

## Eilig: Kabel-TV nicht mehr automatisch

**A**ufgrund einer gesetzlichen Änderung dürfen wir die Kabelgebühr ab Juli 2024 nicht mehr automatisch über die Nebenkosten einziehen. Stattdessen müssen sich alle Mieter:innen selbst um ihren Fernsehempfang kümmern.

Um ihnen diese mühselige Auswahl an Anbietern zu erleichtern, haben wir für unsere Mieter:innen ein exklusives Angebot mit Vodafone ausgehandelt. Das Vodafone-Produkt TV Connect Start steht NHW-Mieter:innen zum Vorzugspreis von 9,99 Euro zur Ver-

fügung. Damit können sie bequem wie bisher über 90 TV-Sender empfangen.

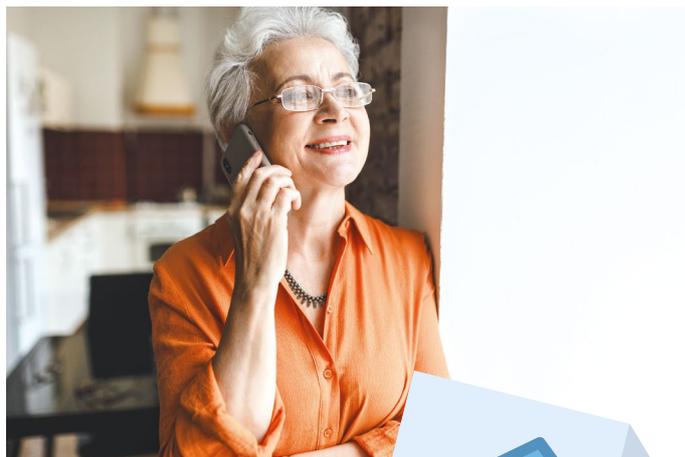
**Buchen Sie TV Connect Start über Tel. 0800 5054411 oder online über [www.bewohnerplus.de/kabeltv](http://www.bewohnerplus.de/kabeltv) oder Sie besuchen einen Vodafone-Shop in Ihrer Nähe. Selbstverständlich können Sie auch einen anderen Vertrag mit einem Anbieter Ihrer Wahl abschließen.**

## Ruck, zuck zur Mietbescheinigung

Wer Wohngeld beantragt, braucht eine Mietbescheinigung. Auch das Einwohnermeldeamt oder das Jobcenter fordern bei vielen Anträgen eine Mietbescheinigung. Diese stellt immer der Vermieter aus. Sie erhalten eine Mietbescheinigung entweder über unsere Mieter-App „mittendrin wohnen“ oder Sie beantragen sie auf unserer Webseite mithilfe unseres digitalen Chatbots Leo.

### NEUER SERVICE: UNSER VOICEBOT

Eine weitere bequeme und neue Möglichkeit ist es, die Mietbescheinigung über unsere gebührenfreie Tel.-Nr. 0800 333 111-0 und die Taste 5 zu beantragen. Nachdem Sie diese Nummer gewählt haben, fordert ein intelligenter und sehr geduldiger Anrufbeantworter (Voicebot) Sie auf, Ihren Namen und Ihre Anschrift zu nennen sowie Ihre Mietvertragsnummer. Diese sollten Sie unbedingt bereithalten, da wir sonst Ihr Anliegen nicht bearbeiten können! Bitte sprechen Sie möglichst klar und deutlich. Unser Voicebot schickt Ihnen zuverlässig die Mietbescheinigung per Post oder auch per E-Mail.



*Vorbei an der Warteschleife gleich zur Sache kommen. Wichtig: Halten Sie Ihre Mietvertragsnummer bereit.*

FRANKFURT-UNTERLIEDERBACH

# Leben in einer Lärmschutzwand

GROSSE  
GEBURTSTAGS-  
PARTY  
AM 31.8.24  
15-20 UHR!

Verschrien, verhöhnt – und heute sehr beliebt:  
Happy Birthday, 50 Jahre „Papageiensiedlung“!



OLIVER GÖBEL KENNT DIE  
PAPAGEIENSIEDLUNG WIE  
KEIN ANDERER.



Geräuschlos ziehen die Autos  
vorbei. 50 Jahre Papageien-  
siedlung, fast 20 Jahre Nachbar-  
schaftsverein. Grün und gepflegt  
lebt es sich hier heute. Alle sind  
herzlich eingeladen zur großen  
Geburtstagsparty am 31. August!

**E**rst vielgelobtes Vorzeigeprojekt, dann leicht in Verruf geratene Siedlung, heute ein beliebter Wohnkomplex in einer eher schicken Gegend: Unser langjähriger Mieter Oliver Göbel erklärt, was es mit diesem 1974 errichteten Gebäuderiegel, der genau auf halber Höhe zwischen Frankfurt und Wiesbaden und direkt an der Autobahn 66 liegt, auf sich hat.

**HERR GÖBEL, WENN SIE KOCHEN, RAUSCHEN TAUSENDE VON AUTOS UND LKWS AN IHREM KÜCHENFENSTER VORBEI. WIE HALTEN SIE DAS AUS?**

**Göbel:** Der Schein trügt. Es ist mucksmäuschenstill in der Wohnung. Wenn ich 10 Meter nach rechts schaue, sehe ich die Autobahn und höre – nichts. Wenn ich nach links schaue, höre ich durch die geöffnete Balkontür wunderbarstes, sehr reges Vogelgezwitscher. Das Geheimnis sind auf der autobahnzugewandten Seite die speziellen „Schallschutzkastenfenster“ der NHW. Die halten jeglichen Lärm ab. Auf der Südseite gibt es viel Grün, viele Spielplätze, es lebt sich hier sehr angenehm. Das Besondere ist ja, dass dieser 800 Meter lange Gebäuderiegel gleichzeitig Wohnhaus und Schall-

schutzwand ist. Glücklicherweise ziehen die Fallwinde des Taunus über unsere Fassade hinweg und nehmen Abgase und Lärm mit sich, so dass die Luft bei uns relativ sauber ist. Die Papageiensiedlung war und ist ein lärmtechnisches Vorzeigeprojekt. Schon 1974 zeigten sich Fachleute und Bauminister aus vielen Ländern beeindruckt.

**WO KOMMT DIESER LUSTIGE NAME HER UND WIE HAT SICH DAS VIERTEL ENTWICKELT?**

**Göbel:** Unser Gebäuderiegel besteht eigentlich aus 8 Einzelhäusern, alle mit Aufzug, und jedes hatte vor 50 Jahren seine Farbe. Es waren die 70er Jahre und es gab Braun, Lila, Gelb, Orange und Grün. So kreischend bunt wie ein Papagei. Unseres war lila. Seit der Modernisierung ist nicht nur das Umfeld richtig schön, mit Spielplätzen und viel Grün, auch die Farbgebung des Gebäudes ist ruhiger geworden. Die ganze Siedlung hat in den letzten Jahren mit den vielen Neubauten äußerlich ihr Gesicht verändert, dazu hat innerlich und wesentlich auch vor 25 Jahren die Aufnahme in das Programm Soziale Stadt beigetragen. Wir wohnen seit 1982 hier und fühlen uns fest verwurzelt und sehr wohl. Tolle Lage, gute Nachbarn, ruhige Wohnung!

## nU – NACHBARSCHAFTS- VEREIN UNTERLIEDERBACH

Ein paar Schritte entfernt findet sich im Alemannenweg 88 der Nachbarschaftsverein Unterliederbach – nU. Oliver Göbel ist der Vorsitzende, die NHW „spendiert“ die hellen und freundlichen Räume der früheren Gartenregie, ansonsten trägt sich der vor fast zwanzig Jahren gegründete Verein über Spenden und die Mitgliedsbeiträge von 2 Euro/Monat.

Das Programm ist vielfältig: Tagesmütter betreuen Kinder und freuen sich über die kindgerechte Ausstattung mit Gummimatten und Spielzeug, der Tierschutzverein Nied hält seine Sitzungen ab, der Frauen-Gesangsverein „Worzel“ probt, von der „Fidel amharischen Schule“ gibt es amharische Kultur und Folklore und einiges mehr. Auch der nU hat viel dazu beigetragen, dass der soziale Zusammenhalt stimmt. Es gibt wenig Fluktuation, wer hier wohnt, tut es möglichst lange.



Ein Fünftel der in Deutschland lebenden Menschen ist von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht. Die beiden Teamleiterinnen der NOG Frankfurt Judit Papp (li.) und Martina Sommer (re.) sowie Anke Strebel freuen sich auf große und kleine Patienten.

KOSTENFREIE  
BEHANDLUNG

FRANKFURT-SACHSENHAUSEN

# Ehrenamtliche Heilpraktiker in der Heimatsiedlung

Die Gesundheit kommt zu unseren Mieter:innen! Kostenfreie, menschenwürdige Behandlung und ein offenes Ohr: Der Verein Naturheilpraxis ohne Grenzen öffnet regelmäßig seine Türen und hilft großen und kleinen Patienten unentgeltlich.

Ob hartnäckige Schulterschmerzen, Kopfweh, Unwohlsein oder seelische Probleme – in der Heimatsiedlung gibt es für Menschen mit schmalen Geldbeutel eine unentgeltliche naturheilkundliche Behandlung. „Wir freuen uns sehr, dass wir die ehrenamtlich tätigen Heilpraktiker:innen des Vereins Naturheilpraxis ohne Grenzen für unsere freigewordenen Räume im Café Heimat gewinnen konnten“, erklärt Verena Hegenbarth, NHW-Projektleiterin Soziale Quartiersentwicklung.

Es klingt wie im Märchen, ist aber wahr: Alle Therapeut:innen des 2018 gegründeten gemeinnützigen Vereins, der auch an anderen Orten aktiv ist, sind Heilpraktiker:innen und bieten in ihrer Freizeit zu festgelegten Sprechstunden ihr Können an. „Unabhängig vom Einkommen sollte jeder Mensch Zugang zu einer naturheilkundlichen Behandlung haben, nur ist dies keine Regelleistung der gesetzlichen Krankenkassen“, erläutert Teamleiterin der NOG Frankfurt, Martina Sommer,

die wie die meisten Ehrenamtler des Vereins hauptberuflich eine eigene Naturheilpraxis in Kelkheim führt.

Jeden zweiten Montag im Monat öffnet sie mit ihren Teamkolleginnen in der Heimatsiedlung die Tür für die Patienten. Sie behandeln die Patienten mit manueller Therapie, sanfter Dorn-Therapie für die Wirbelsäule, Massage, Kinesiotapes, Akupressur oder Homöopathie. Auch mit Ernährungs- und psychotherapeutischer Beratung kann vielen geholfen werden. Es sind keine Termine nötig, jeder Mieter kann einfach vorbeikommen. Das Angebot richtet sich an Familien, an Kinder, Alleinerziehende, Senior:innen und ist offen für unsere Mieter:innen.

## GANZHEITLICH AUS ÜBERZEUGUNG

Martina Sommer war in ihrem früheren Berufsleben Kinderkrankenschwester, bevor sie Heilpraktikerin wurde. Wieso macht sie das? „Mich hatte eine Kollegin gefragt, ob ich nicht Lust hätte mitzumachen. Mich erfüllte

mein Beruf als Heilpraktikerin und ich möchte der Gesellschaft gerne etwas zurückgeben. Man bekommt von den Patienten so viel zurück. Ein Lächeln nach der Behandlung ist das größte Dankeschön.“

## NATURHEILPRAXIS OHNE GRENZEN FÜR NHW-MIETER:INNEN

Immer am zweiten Montagnachmittag im Monat erwarten Sie die ehrenamtlich tätigen Heilpraktiker:innen zur kostenlosen Sprechstunde und Behandlung, u. a. mit Massage, manueller Therapie, Akupressur, Homöopathie.

**Wo und wann: Frankfurt-Sachsenhausen, Unter den Kastanien 14, 16–18 Uhr, zum Beispiel am 10. Juni, 8. Juli, 12. August, 9. September, 14. Oktober, 11. November, 9. Dezember 2024**



## SPRACHFÖRDERUNG

# Kann Ihr Kind den Purzelbaum?

Jedes vierte Kind kann am Ende der Grundschule nicht richtig lesen. Und hat damit für sein weiteres Leben schlechtere Chancen als andere. Für den Spracherwerb ist schon lange vorher wichtig: eine anregende Umgebung mit Hüpfen, Balancieren, Malen, Vorlesen. An vielen Orten unterstützen wir daher das Lesen und Lernen unserer Mieterkinder.

**W**er nicht gut lesen kann, hat's schwer im Leben, kann keine Ausbildung erfolgreich abschließen und ist anfälliger für Fake-News. Doch die Kompetenz zum Schreiben- und Lesenlernen fängt schon vor dem Schulstart an. Expert:innen betonen immer wieder, dass vor allem zwei Faktoren wichtig sind: genügend körperliche Bewegung und Unterstützung im Elternhaus.

## SPORT MACHT FIT FÜRS SPRECHEN – UND IST GUT FÜRS GEHIRN

Kinder lieben und brauchen Bewegung. Viele Ärzte empfehlen Eltern, ihre Kinder mit Bewegungsspielen zu unterstützen, und betonen den Zusammenhang zwischen Körper- und Sprachbeherrschung. Kinderturnen, Junior-Fußball, tanzen, schaukeln, Rad fahren, Bälle werfen und fangen fördern die körperliche Entwicklung – und damit auch die geistige und sprachliche. Wer im Sport die Regeln versteht, profitiert auch in anderen Bereichen. Die „Nationale Empfehlung für Bewegung“ lautet:

**Kleinkinder 4–6 Jahre: mind. 180 Minuten/Tag Bewegungszeit**  
**Kinder und Jugendliche mind. 60 Minuten/Tag**

Erwiesenermaßen trainieren sogar Erwachsene durch Bewegung nicht nur ihre Muskeln, sondern auch ihr Gehirn. Machen Sie den Test mit Ihren Kindern und Jugendlichen: Können sie Hampelmann und Purzelbaum?



## TIPP: SPRECHEN, SPRECHEN, SPRECHEN

Eigentlich sollten Kinder erst eingeschult werden, wenn sie genügend Sprachkenntnisse haben. Sie laufen ansonsten Gefahr, schnell abhängt zu werden. Doch die Situation ist eine andere. Wenn die Bezugsperson schon auf dem Spielplatz eher ins Smartphone als zu dem Kind schaut und entsprechend keine Kommunikation stattfindet, werden Entwicklungschancen vertan. Lesen Sie viele Bilderbücher gemeinsam und sprechen Sie darüber. Beziehen Sie Ihre Kinder in den Alltag mit ein und begleiten Sie die Handlungen sprachlich. Auch in der Schule wird es später logisch denken und flüssig sprechen müssen.

## HÄUFIG DISKUTIERT: WIE VIEL BILDSCHIRMZEIT?

„Echtes“ dreidimensionales Spielen ist für die Entwicklung von Kindern unfassbar wichtig. Im Spiel begreifen sie, sortieren und ordnen und schulen ihr räumliches Vorstellungsvermögen. Wenn dieses Spiel zunehmend zweidimensional an einem Bildschirm stattfindet, hat das Auswirkungen: Übermäßiger Konsum digitaler Medien bei Kleinkindern unter drei Jahren steht im Zusammenhang mit Konzentrationsproblemen, Sprachentwicklungsstörungen und Lernschwierigkeiten. Seien Sie also lieber ein gutes Vorbild und schauen Sie nicht selbst ständig in Ihr Handy.

Leitlinien:

**0–3 Jahre: keine Bildschirmzeit**

**3–6 Jahre: max. 30 Minuten/Tag**

**6–9 Jahre: max. 45 Minuten/Tag**

WETZLAR

# Vorschulkinder fit für die Schule machen

## Superkraft-Übungen: NHW fördert Kinder in der Kita Bredowsiedlung

„Wir wollen Vorschulkinder stärken für die Zukunft, denn wer sprachlich nicht mitkommt oder zum Beispiel Konzentrationsschwierigkeiten hat, hat später schlechtere Chancen“, erklärt Alexander Hauschild, NHW-Projektleiter in der Sozialen Quartiersentwicklung. „Die NHW übernimmt gesellschaftliche Verantwortung in ihren Quartieren. Ein Schwerpunkt unseres Engagements ist die Kinder- und Jugendarbeit.“ In Wetzlar gehört dazu die Förderung der Vorschulkinder in der Kita Bredowsiedlung. Sehr viele unter ihnen sind Mieterkinder und wohnen in einer unserer rund 420 NHW-Wohnungen im Einzugsgebiet der Kita.

Zweimal in der Woche „trainiert“ dort die Konzentrations- und Gedächtnistrainerin Steffi Gisse je eine Kleingruppe mit 6 Kindern. Spielerisch und kindgerecht führt sie die 5-Jährigen an Dinge heran, die wichtig für einen gelingenden Schulstart sind: Bis 10 zählen, einen



Steffi Gisse hilft Kindern spielerisch beim Schulstart.

Kreis von einem Rechteck unterscheiden, Schreibhand, Schwungübungen. Gepaart mit Bewegungseinheiten verknüpfen sich dabei linke und rechte Gehirnhälfte spielerisch und sind schon vorbereitet für Deutsch (von links nach rechts lesen) und Mathe (etwas sortieren). Neben den Kindern sind auch die Eltern begeistert und erhalten Arbeitsblätter zum Üben zu Hause.

KASSEL

# Sport vernetzt: Gemeinsam für Bewegung

## Wir bringen den Sportverein in die Kitas



Es kann für viele begeisterte Kinder der Anfang einer wunderbaren Sportbiografie werden: Wer schon als Kind etwa Basketball lernt, wird es als Jugendlicher höchstwahrscheinlich immer noch spielen. Und es als Erwachsener seinen eigenen Kindern beibrin-

gen. Sport wird einfach zu seinem aktiven und gesunden Leben dazugehören. Um diese Sportbiografien zu ermöglichen, schicken wir in vier Kasseler Kitas Übungsleiter:innen des Kasseler Sportvereins ACT, die die Kinder jede Woche zwei Stunden lang kostenfrei an tolle Sport- und Bewegungsspiele heranzuführen.

Davon profitieren in Kassel-Waldau das Kinderhaus sowie die Kita Waldau II. In dem Stadtteil Oberzwehren kommen die Übungsleiter:innen zur Kita Oberzwehren sowie zur ev. Kita „Die Mattenzwerge“. Hier können sie in der Bewegung ihr Selbstbewusstsein stärken, ihre Sozialkompetenz erhöhen und Lust auf weitere Sportarten bekommen. „Wir legen damit den Grundstein für mehr Bewegungsfreude“, so Alexander Hauschild, Projektleiter Soziale Quartiersentwicklung bei der NHW, „und sind froh, mit der ACT Kassel eine ausgesprochen sozial engagierte und kompetente Kooperationspartnerin gefunden zu haben.“



### HILFE FÜR GRUNDSCHULKINDER

#### **Grundschule Kassel-Wolfsanger/ Hasenhecke:**

Nachdem die Finanzierung der nachmittäglichen Hausaufgabenbetreuung in Gefahr war, ist die NHW eingesprungen und fördert das Angebot mit 6.000 Euro.

#### **Grundschüler:innen in Kassel-Waldau:**

Auch die kostenfreie Nachhilfe für Dritt- und Viertklässler im KennenLernLaden (jeden Mittwoch, 14.30–16 Uhr) unterstützen wir.

Görlitzer Str. 39h, Tel. 0151 70123988



FRANKFURT / KASSEL

# Gut zuhören ist der Schlüssel



Seit 10 Jahren für unsere Mieter: Konfliktberatung in Kassel und Sozialberatung in Frankfurt

**E**s war ein Versuch vor zehn Jahren – und er hat sich gelohnt. Keiner dachte, dass die 2014 gestartete Kooperation von Caritas und NHW so gut angenommen würde. In unseren Räumen in Frankfurt-Griesheim gibt es seitdem die **Sozialberatung „Im Dialog“**, wo speziell

geschulte Ehrenamtliche den Hilfesuchenden kostenfrei unter die Arme greifen: beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen bei Jobcentern oder Sozialämtern, aber auch bei Problemen mit Handyverträgen, offenen Rechnungen und Ähnlichem. Viele unserer Mieter:innen profitieren davon. „Der Bedarf ist

da“, stellt Tanja Steinke, NHW-Projektleiterin Soziale Quartiersentwicklung fest, „manche Menschen suchen auch erst mal nur ein Gespräch, um sich über ein Problem besser klar zu werden. Die Ehrenamtlichen haben da stets ein offenes Ohr.“

Einen ähnlichen „Geburtstag“ gibt es in Kassel und dem Umland, dort feiert die **NHW-Konfliktberatung** ihr 10-jähriges Bestehen. Bei dieser Kooperation mit dem Diakonischen Werk Region Kassel bieten wir Unterstützung, wenn sich Konflikte in der Hausgemeinschaft festgefahren haben – und es scheinbar keine Lösung und stattdessen nur einen belastenden Dauerstreit gibt. Eine ausgebildete Konfliktberaterin führt in diesem Fall klärende Gespräche mit den Konfliktparteien, zunächst einzeln. Wenn alle einverstanden sind, folgt ein gemeinsames moderiertes Gespräch mit den Parteien oder jeweils ausgewählten Sprechern. Die Konfliktberaterin hilft, den Standpunkt des anderen jeweils objektiv zu betrachten und bestenfalls zu einer Einigung zu kommen. Dieses freiwillige Angebot der NHW betrifft zwar Dinge, die eher die Privatsache der Mieter:innen sind, doch uns liegt viel daran, den Hausfrieden aufrechtzuerhalten und den Weg zu ebnen für eine freundliche Koexistenz unter Streitenden.

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten zu unseren Sozialberatungen finden Sie auf unserer Webseite.

[www.nhw.de/fuer-unsere-mieter/unsere-angebote-fuer-mieter/sozialberatung](http://www.nhw.de/fuer-unsere-mieter/unsere-angebote-fuer-mieter/sozialberatung)



NEUMIETER:INNEN

## GUTSCHEIN FÜR WASCHEN, PUTZEN & CO.

Sie wünschen sich manchmal Unterstützung im Haushalt? Oder jemanden, der Ihnen bei kleineren Reparaturen oder bei Tätigkeiten außerhalb der Wohnung helfen kann? **Unser Wohn-Service-Team (WST) erleichtert Ihnen in vielen Lebensbereichen den Alltag – und das zum NHW-Sonderpreis von 6 Euro je 30 Minuten.**

Die WST-Mitarbeitenden helfen nicht nur im Haushalt, bei kleinen Reparaturen oder anderen Tätigkeiten. Auch außerhalb der Wohnung sind sie für unsere Mieter:innen da und erledigen beispielsweise Einkäufe oder begleiten sie zum Arzt. Auf diese Weise erleichtert Ihnen das Wohn-Service-Team in vielen Lebensbereichen Ihren Alltag. Unseren neuen Mieter:innen schenken wir zum Einzug einen Gutschein in Höhe von 12 Euro. Sollten Sie den Gutschein zum

Einzug nicht erhalten haben, so senden Sie uns eine E-Mail an [soziale.quartiersentwicklung@naheimst.de](mailto:soziale.quartiersentwicklung@naheimst.de). Wir senden Ihnen diesen gerne zu.

Bitte beachten Sie, dass wir die Gutscheine nur an Standorten ausgeben können, an denen das Wohn-Service-Team vertreten ist. Alle Standorte und weitere Informationen über das Wohn-Service-Team finden Sie hier: [www.wohn-service-team.de](http://www.wohn-service-team.de)

**SICHERN  
SIE SICH IHREN  
GUTSCHEIN**





**GUTSCHEIN  
FÜR IHREN  
GRÜNEN  
DAUMEN!**

# Farbenfrohe Blütenpracht

**Verwandeln Sie Ihren Balkon in einen Wohlfühl-Ort!**

**G**ibt es im Sommer eigentlich ein schöneres Zimmer als den Balkon? Nach den Eisheiligen Mitte Mai ist in den nächsten Wochen wieder Pflanzzeit für üppig blühende Sommerblumen, mit denen Sie Ihren Balkon schön machen – für Insekten, Vögel und sich selbst. Verzichten Sie dabei auf Torf und kaufen Sie aus Umweltgründen besser torffreie Blumenerde. Doch Ihr Balkon bietet neben Blühpflanzen mehr Möglichkeiten.

## **GIESSEN & GENIEßEN: GEMÜSE-GENUSS VOM BALKON**

Jetzt im Juni können Sie Gemüsesorten als Direktsaat im Freien aufziehen. Karotten, Radieschen, Rettich, Erbsen, Kürbis, Zucchini

und Rote Rüben tragen in kurzer Zeit schon die ersten Früchte, wenn sie genügend Wärme und Wasser bekommen. Als Jungpflanze lassen sich jetzt ab Juni außerdem Gurken ins Freie setzen. Ihr schnelles Wachstum ist nicht nur für Kinder faszinierend mit anzusehen.

## **WASSERTRÄNKE FÜR UNSERE DURSTIGEN FREUNDE**

Knackige 30 Grad und kein Regen in Sicht, das treibt Vögel und Insekten um. Wassertränken sind für Biene & Co. eine große Hilfe – Trinken ist überlebenswichtig. Als spezielle Tränke für Insekten eignet sich eine flache Schale, die Sie randvoll mit Wasser füllen. Platzieren Sie in der Mitte einen Stein oder

## MITMACHEN UND GEWINNEN

Wir belohnen die schönsten Balkone und Vorgärten/Hauseingänge mit Gutscheinen eines Gartencenters. Senden Sie uns mit dem Stichwort „GrünRaum“ bis zum 30. Juni 2024 ein Foto Ihrer Wohlfühl-Oase und gewinnen Sie einen Gutschein im Wert von 50, 30 oder 20 Euro.

**Per Post an:  
Nassauische Heimstätte GmbH,  
Soziale Quartiersentwicklung,  
Postfach 70 07 55,  
60577 Frankfurt a. M. oder  
soziale.quartiersentwicklung@  
naheimst.de**

legen Sie ein Stück Moos hinein, damit den Tierchen ein leichter Ausstieg aus dem Bad oder der Tränke gelingt.



## LUST AUF UNSER BELIEBTES MITMACH-GARTENPROJEKT?



Gemeinsam pflanzen: Im Herbst geht es wieder los und Sie können gemeinsam mit Nachbarn Hunderte von Blumenzwiebeln in Ihren Vorgarten setzen – für ein buntes Blütenmeer im Frühling. Wir stellen das gesamte Material und sorgen für einen kleinen Imbiss.

**Melden Sie sich:  
soziale.quartiersentwicklung@naheimst.de**



*Lebensmittelmotten lieben warme Ecken.*



*Kleidermotten bevorzugen getragene Textilien, die mit Schweiß oder Nahrungsresten verunreinigt sind und längere Zeit nicht bewegt wurden.*



*Um den wuseligen Silberfischchen auf den schimmernden Leib zu rücken, besser keine Krümel und Haare auf dem Boden liegen lassen.*



# Eklig, aber harmlos!

## Silberfische, Motten und Co.

Sie leben drei Jahre, krabbeln nachts aus Spalten und Ritzen und haben eine Vorliebe für Zucker: Alles rund um Silberfischchen

**S**ilberfische in der Wohnung sind nicht schön und man möchte sie lieber nicht in den eigenen vier Wänden antreffen. Aber eigentlich sind diese flügellosen Insekten weder unhygienisch noch Krankheitsüberträger.

### DAS GUTE: SILBERFISCHE FRESSEN HAUSTAUBMILBEN

Silberfische verspeisen Schädlinge wie die Allergie auslösenden Hausstaubmilben. Vor allem aber fressen sie gerne zucker- und stärkehaltige Lebensmittel: Zuckerkrümel und Brotkrümel genauso wie Bücher, Briefmarken, Haare, den Kleister hinter der Tapete und sogar die Tapete selbst.

### WAS WILL UNS DAS SILBERFISCHCHEN SAGEN?

Die kleinen Kerle mit dem schimmernden Leib lieben es feucht, warm und dunkel. Deshalb sind sie oft in Badezimmern und Küchen zu finden. Erhöhte Luftfeuchtigkeit entsteht aber nicht nur beim Kochen oder Duschen, sondern zum Beispiel auch durch falsches Lüften. Silberfischchen sind daher ein Alarmsignal für eine zu feuchte Wohnung.

### WIE MAN SIE WIEDER LOSWIRD

Dementsprechend hilft es, wenn Sie ein trockenes Raumklima herstellen:

- Das Badezimmer nach dem Duschen gut durchlüften, keine Pfützen stehen lassen, Duschwände trocknen.
- Beim Kochen das Fenster öffnen, Dunstabzugshaube einschalten.
- Das Schlafzimmer früh und abends stoßlüften.
- Wäsche nicht in der Wohnung trocknen oder anschließend lüften.
- Sorgen Sie für weniger Nahrung: Nachts weder Lebensmittel noch Tierfutter offen herumstehen lassen

### KLEBEFALLE SELBST GEMACHT

Gerüche von frischem Lavendel, Zitronen oder Gurken sind den silbernen Insekten unangenehm und sie ziehen dann einfach weiter – ins nächste Zimmer. Besser helfen daher Klebefallen: Entweder bestreicht man einen Streifen Backpapier mit Honig und legt sie nachts aus. Die Honigfallen dann so lange auslegen, bis keine neuen Insekten mehr daran festkleben. Oder man kauft Klebefallen mit Duftstoffen.



Die Motten leben nur ein bis zwei Wochen, aber das reicht, um im Kleider- oder Küchenschrank schlimme Spuren zu hinterlassen.



Spinnen verdienen unser Wohlwollen. Die Nützlinge daher besser vorsichtig nach draußen tragen.

### VIELE KLEINE LÖCHER IN DEN PULLIS? DAS SIND KLEIDERMOTTEN!

Die ersten Anzeichen für einen Kleidermotten-Befall sind viele kleine Löcher in T-Shirts oder Pullis. Denn Textilmotten brauchen Keratin – und das steckt in Tierhaaren. Kleidung aus Wolle, Daunen, Seide, Pelz oder Leder sind ein gefundenes Fressen. Hier legen sie ihre winzigen Eier ab. Zur Not frisst die Motte auch Baumwolle, Federn, auch Schweißrückstände und Menschenhaare auf Klamotten locken Textilmotten an.

**Gegenmittel Hitze plus Kälte:** Um die Kleidermotten samt ihrer Eier, Larven und Gespinste wieder loszuwerden, muss alle Kleidung in die Waschmaschine (so heiß wie möglich waschen). Danach tötet das Tiefkühlfach die restlichen Eier und Larven ab. Im Winter reicht es auch, die befallene Kleidung in einem luftdichten Plastikbeutel für mindestens drei Tage auf den Balkon zu legen. Danach heißt es: staubsaugen! Jetzt muss der Kleiderschrank ausgeräumt und ausgesaugt werden, besonders die Ritzen. Anschließend den Staubsauger-Beutel entsorgen und die Schränke mit Essigreiniger auswischen.

**Tipps: Kleidermotten mögen keine Druckerschwärze, daher am besten Kleidung, die im Keller gelagert werden soll, in Zeitungspapier einwickeln.**

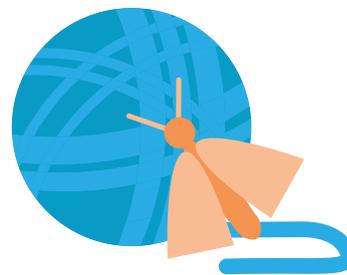
### LEBENSMITTELMOTTEN: GUT VERSTECKT IN DER MEHLTÜTE

Fast niemand ist vor ihnen sicher, denn häufig sind Lebensmittelmotten bereits in den Verpackungen, die wir aus dem Supermarkt einkaufen. Müsli, Mehl, Nudeln, Getreideprodukte, Nüsse, Schokolade, Stärke, Kakao, Hülsenfrüchte – die Mottenlarven fressen sich durch dünnes Plastik oder Pappe einfach hindurch. Man erkennt einen Befall an Löchern in Verpackungen sowie an ekligen Klumpen und Fäden.

Hat sich die Larve zum Falter entwickelt, fliegt sie herum und sucht einen guten Platz für ihre Ei-Ablage – das Ganze beginnt von vorn. Besonders im Früh- und Spätsommer sind sie verbreitet, dann herrschen perfekte Wachstumsbedingungen für die Lebensmittelmotten.

**Bekämpfen und das Mottennest suchen:** Hinter Schubladen, in Ritzen und dunklen, warmen Ecken kann man das Nest entfernen, am besten mit dem Staubsauger. Danach alle angebrochenen Lebensmittelpackungen wegwerfen. Für alle noch nicht verunreinigten Vorräte eignen sich luftdichte Vorratsbehälter aus Glas, Keramik, Edelstahl oder hartem Kunststoff. Ist das erledigt, heißt es Putzen: am besten mit Essigreiniger.

**Tipps: Getrockneter Lavendel, Nelken, Zedernholz und Pfefferminze wirken abschreckend und schützen Kleidung und Lebensmittel sicher und umweltfreundlich vor Mottenbefall.**



### ACHTBEINIGE BESUCHER

Offene Balkontüren – und plötzlich sind sie da: Auch Spinnen mögen warme Wohnungen, sehr zum Entsetzen vieler Menschen. Bitte nicht totschießen, denn es sind nützliche Tiere, die niemandem weh tun und Insekten wie Fliegen oder Mücken fressen. Die in Deutschland meistverbreitete Spinne ist die Winkelspinne, die mit ihren langen behaarten Beinen größer wirkt, als sie ist. Ihre Beute sind meist Silberfische. Wie praktisch!

Stattdessen: Fangen Sie die Spinne ein, zum Beispiel indem Sie ein Glas darüberstülpen und mit einem Blatt Papier abdichten. Danach können Sie sie lebendig und wohlbehalten wieder ins Freie setzen.

## SICHERHEIT

# Stets zu Diensten: Ihr kugelrunder Lebensretter

Neue Funk-Rauchwarnmelder für rund  
60.000 NHW-Wohnungen



Er ist Pflicht und er rettet Leben: Was der Sicherheitsgurt im Auto, ist der Rauchwarnmelder in der Wohnung. In diesem Jahr statten wir unsere rund 60.000 Wohnungen mit neuen Rauchwarnmeldern aus.

Nicht nur sind die alten in die Jahre gekommen und meist von innen verschmutzt, sondern es ist auch eine gesetzliche Pflicht, die Rauchwarnmelder nach zehn Jahren auszutauschen.

## MEHR KOMFORT UND QUALITÄT

„Wir statten alle Wohnungen mit hochwertigen Geräten aus – und das nicht nur nach Mindestnorm in allen Schlafräumen und Kinderzimmern sowie in den Fluren, sondern auch zusätzlich in den Wohnzimmern“, erklärt Dirk Brand von der NHW-Tochter MET (Medien-Energie-Technik GmbH), die in diesem und dem nächsten Jahr rund 215.000 Rauchwarnmelder in den NHW-Liegenschaften anbringen und warten wird.

Er ist stolz auf das wertige und schicke Funk-Produkt Ei 6500 OMS, das einmal im Jahr von der Ferne per Funk überwacht wird. Komfortabel: Damit entfällt die für alle Beteiligten lästige Vor-Ort-Überwachung. Der nächste Austausch ist erst wieder in zehn Jahr notwendig.

## KOMPLETTER AUSTAUSCH IN WENIGEN MINUTEN

Wie lange dauert die Austauschprozedur? „Wir bitten die Mieter um ein kleines Zeitfenster von etwa zwei Stunden für den Besuch unserer Monteure. Der Austausch ist einfach und in kurzer Zeit passiert“, so Dirk Brand. Wichtig ist, dass die Mieter:innen den Termin einhalten, denn „jeder Termin, der nicht stattfindet, macht doppelte Arbeit hinterher – denn er muss ja trotzdem stattfinden“. Wenn es so weit ist, finden Sie einen Aushang mit dem Termin im Treppenhaus.

## KASSEL / FRANKFURT

# Kostenlose Energie- sparberatungen

Das Handy über Nacht zu laden ist auf jeden Fall praktisch, aber wussten Sie, dass auch weiterhin Strom fließt, wenn es vollständig geladen ist? Oder dass der Handstaubsauger in seiner Ladestation permanent unnötig Strom im Stand-by-Modus verbraucht? Wie Sie mit wenigen Handgriffen im Haushalt ganz leicht Strom und somit Geld sparen können, erfahren Sie von unseren Stromsparberatern.

Alle Mieter:innen aus Frankfurt und Kassel können selbstständig einen Termin mit einem der Stromsparberater ausmachen. Die Stromsparberater kommen zu Ihnen nach Hause und beraten Sie persönlich und kompetent in Sachen Energiesparen. Bei Bedarf erhalten Sie Soforthilfe wie etwa LED-Leuchten oder Steckdosenleisten sowie gegebenenfalls weitere Artikel zur Einsparung von Strom und Wasser.



**Kontaktdaten und weitere Informationen zu den Energiesparberatungen der NHW in Frankfurt unter 069 678674 1138 und Kassel unter 0561 1001 1356 oder online unter:**





TERMINE



UNSERE  
VERANSTALTUNGEN  
2024

# Gemeinsam feiern!

Unsere Nachbarschaftsfeste sind eine wunderbare Möglichkeit, Ihre Nachbar:innen besser kennenzulernen. Mit unserem Glücksrad, Unterhaltungskünstlern, Informationsständen von Kooperationspartnern – und natürlich vielen Bewegungs- und Knobelspielen – kommt auch die gute Laune nicht zu kurz. Wir laden Sie herzlich ein: entweder zu einem reinen Nachbarschaftsfest vor Ihrer Haustür oder unserem Stand auf einem öffentlichen Fest.

## FRANKFURT

- 29.6.2024: Nachbarschaftsfest in Sindlingen, 15-19 Uhr, Grünfläche Spielplatz Hermann-Brill-Straße
- 31.8.2024: 50 Jahre Unterliederbach, 15-20 Uhr, Cheruskerweg 46-48 (Spielstraße)
- 7.9.2024: Nachbarschaftsfest Nied, 14-18 Uhr, Park zwischen Mumm-v.-Schwarzenstein-Str. und Mainzer Landstr.

## OFFENBACH

- 15.6.2024: Stadtteilfest Hans-Böckler-Siedlung, 15-18 Uhr, Rumpenheimer Str. 108
- 7.9.2024: Mieterfest Goethequartier 15-18 Uhr, Goethering 1

## NEU-ISENBURG

- 15.6.24: Stadtteilfest, 15-19 Uhr, Kurt-Schumacher-Str. 8

## HANAU

- 6.7.2024: Stadtteilfest in Hanau-Kesselstadt, 15-19 Uhr, Kurt-Schumacher-Platz 8

## WIESBADEN

- 7.9.2024: Hochhauslauf Klarenthal, 14-17 Uhr, Hermann-Brill-Straße 11

## RÜSSELSHEIM

- 13.9.2024: Nachbarschaftsfest Böllensee, 15-19 Uhr, Böllenseeplatz

## SELIGENSTADT

- 14.9.2024: Stadtteilfest Seligenstadt, 14.30-19 Uhr, Am Hasenpfad 31

## DREIEICH

- 21.9.2024: Stadtteilfest Dreieich, 15-19 Uhr, Hegelstraße 101

## LANGEN

- 28.9.2024: Mieterfest Langen, 15-18 Uhr, Am Belzborn 3

## SOMMER- UND FERIENSPIELE MIT DER POWER BANDE

**RENNEN, FANGEN, BALANCIEREN: UNSERE FERIENSPIELE SIND BEWEGUNGSSPIELE. MANCHMAL BASTELN WIR AUCH MIT EUCH. ALLE KINDER SIND HERZLICH WILLKOMMEN. KINDER UNTER 6 JAHREN BRINGEN BITTE IHRE ELTERN MIT. DIE FERIENSPIELE SIND KOSTENLOS UND FINDEN IMMER AB 14.30 UHR STATT.**

- 12.07.24 **HÖCHST**, Grünfläche zwischen den Häusern Windthorststr. 79-97
- 17.07.24 **SOSENHEIM**, Otto-Brenner-Str. 7
- 17.07.24 **WETZLAR**, Bredowsiedlung, Grünfläche zwischen Karlstr. und Bredowstr.
- 19.07.24 **UNTERLIEDERBACH**, Grünfläche beim Cheruskerweg 41-43
- 23.07.24 **NORDWESTSTADT**, Gerhart-Hauptmann-Ring 410
- 26.07.24 **BONAMES**, Ben-Gurion-Ring 132
- 30.07.24 **MARBURG**, Richtsberg, Chemnitzer Straße 1-9
- 30.07.24 **STEINBACH**, Grünfläche bei der Berliner Straße 31
- 31.07.24 **SINDLINGEN**, zwischen Hermann-Brill-Str. 9-11 und Hugo-Kallenbach-Str. 27-51
- 01.08.24 **NIEDERRAD**, Grünfläche bei der Melibocusstr. 48
- 02.08.24 **GRIESHEIM**, Grünfläche zwischen Mainzer Landstraße 538-592
- 09.08.24 **SOSENHEIM**, Carl-Sonnenschein-Str. 72
- 15.08.24 **KASSEL**, Hasenhecke Jugendzentrum, Auf der Hasenhecke 6
- 16.08.24 **FULDA-ZIEHERS NORD**, Bonhoefferstr. 6
- 16.08.24 **WIESBADEN**, Hermann-Brill-Str. 12
- 20.08.24 **OFFENBACH**, Rumpenheimer Str. 108
- 22.08.24 **SELIGENSTADT**, Grünfläche bei der Berliner Straße 28/30/32
- 23.08.24 **HANAU**, Grünfläche hinter dem Haus Grimmelshausenstr. 6



# WIR HALTEN ZUSAMMEN

Wenn du dir die Kinder der Power Bande einmal genau anschaust, wirst du erkennen, dass sie alle unterschiedlich sind. Es sind Mädchen und Jungen dabei, große und kleine Kinder, ein paar sind in Deutschland geboren und andere in einem anderen Land und sind erst später mit ihren Familien nach Deutschland gezogen. Doch sie halten alle zusammen.

## FÜR EIN GUTES ZUSAMMENLEBEN IST TOLERANZ WICHTIG. DOCH WAS IST TOLERANZ EIGENTLICH?

Menschen sind tolerant, wenn es für sie zum Beispiel okay ist, dass andere Menschen...

- eine andere Meinung haben
- anders leben
- eine andere Religion haben
- anders kochen
- andere Musik hören
- einen anderen Sport machen
- sich anders kleiden

Unterschiedliche Meinungen in Ordnung zu finden, ist wichtig in einer **Demokratie**.

### RICHTIG ODER FALSCH?

Kreuze die richtigen Antworten an. Demokratie heißt, dass...

- die Menschen in Freiheit leben.
- die Menschen ihre Meinung frei sagen dürfen.
- die Gesetze nur für Erwachsene gelten.
- die Gesetze für alle gelten.
- die Regierung festgelegt wird.
- die Regierung frei gewählt wird.

LÖSUNG: die Menschen in  
Freiheit leben, die Menschen  
ihre Meinung frei sagen  
dürfen, die Gesetze für alle  
gelten, die Regierung frei  
gewählt wird



## GUTE NACHBARSCHAFT

Nachbarschaft heißt nicht nur zusammenzuhalten und sich gegenseitig in schwierigen Situationen zu helfen, sondern auch auf eure Umgebung zu achten. Besonders wenn ihr draußen spielt, solltet ihr Rücksicht auf eure Nachbarn und Nachbarinnen nehmen. Lasst euren Müll und eure Spielsachen nicht einfach irgendwo liegen, sondern sammelt sie ein und werft Abfälle sofort in den Mülleimer.

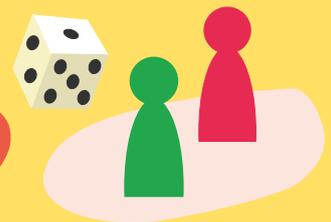
## ALLE KÖNNEN MITSPIELEN!

Am meisten Spaß macht es, wenn alle mitmachen können. Es ist wichtig, dass ihr Spiele spielt, bei denen niemand ausgeschlossen wird. Die Power Bande spielt gerne „Stille Post“. Kennt ihr es? Alle Mitspielenden setzen oder stellen sich in einem Kreis auf. Der oder die Erste denkt sich ein Wort oder einen Satz aus und flüstert dieses dem Kind, das rechts daneben sitzt, ins Ohr, ohne dass die anderen es hören. Dieses Kind flüstert es nun wieder seinem rechten Nachbarn oder seiner rechten Nachbarin zu. So geht es weiter, bis die letzte Person die Botschaft zugeflüstert bekommen hat. Sie sagt das Wort nun laut, oft ist es sehr lustig, was dabei herauskommt!



## MEHR AUF WWW.POWERBANDE.DE

Im Internet haben wir viele weitere Tipps für gemeinsame Spiele für euch. Schaut doch mal nach und probiert es aus!



Tel.  
069 678674-1150  
Alle Reisen auch unter:  
[www.wohnenundleben.de](http://www.wohnenundleben.de)

# Kunst, Kultur, Genuss ... für unsere Mieter:innen

Entdecken Sie unsere attraktiven Ausflugsziele und nehmen sich eine Auszeit vom Alltag

Anmeldungen sind für jede Führung unbedingt erforderlich und erfolgen ausschließlich über Wohnen und Leben e.V. Reiseteilnehmer:innen, die nicht bei einem unserer Mitglieder wohnen, zahlen bei Tagesfahrten jedoch einen Aufschlag von 3 Euro pro Person. Bei Ausflügen mit Eigenanreise bleibt der Preis unverändert.



IM JULI

Sa., 6. Juli 2024

Noch Plätze frei!

## Remagen: Straußenfarm

Gerne begrüßen wir Sie auf der wohl größten Straußenfarm in Deutschland. Bei einer 1,5-stündigen Führung in der hofeigenen Bimmelbahn gehen Sie auf Tuchfühlung mit den großen Vögeln. Ein Highlight der Tour ist der Brutraum. Im Hofladen haben Sie Gelegenheit, allerlei vom Strauß zu kaufen. Im Preis inklusive ist ein Straußenbuffet. Auf dem Rückweg gibt es einen Abstecher in das Apollinariskloster (mit Führung).

Zustieg: Maintal, Mainkur, Frankfurt, Rüsselsheim  
Preis pro Person: **65,- EUR** (Tagesfahrt)  
inkl. Bimmelbahn, Straußenbuffet und Kloster



IM AUGUST

Do., 1. August 2024

NEU!

## Tagesfahrt nach Luxemburg

Erleben Sie die faszinierende Hauptstadt des gleichnamigen Großherzogtums. Schlendern Sie über den Place d'Armes in der historischen Oberstadt und genießen Sie den Ausblick von der Corniche, dem „schönsten Balkon Europas“! Bei unserer zweistündigen Stadtführung bringt Ihnen ein Gästeführer besondere Sehenswürdigkeiten der Stadt näher: Place d'Armes, Place de la Constitution, Regierungsviertel, Corniche und großherzogliches Palais.

Zustieg: Maintal, Mainkur, Frankfurt, Rüsselsheim  
Preis pro Person: **35,- EUR** (Tagesfahrt)  
zzgl. 2 Std. Stadtführung um 13.30 Uhr: **11,- EUR**



Di., 13. August 2024

NEU!

## Frankfurt: Stadtführung Römer Outside

Man sollte es nicht für möglich halten, wie viel Humor die Stadtväter dereinst bei der Dekoration des Rathauses bewiesen haben. Da erinnern Katzenfiguren an eine lang zurückliegende Mäuseplage, die mitunter sehr rigorose Frankfurter Gerichtsbarkeit wird durch einen am Galgen baumelnden Fuchs illustriert. Lassen Sie sich überraschen, wie viel Spaß ein Gang rund um den Frankfurter Römer macht.

1,5 Std. Führung um 10 Uhr  
mit Silke Wustmann  
Preis pro Person: **14,- EUR** (Eigenanreise)

### Informationen und Buchungen:

Mo.–Fr., 9.00–12.00 Uhr  
Tel.: 069 678674-1150

Wohnen und Leben e.V.  
Schaumainkai 47  
60596 Frankfurt am Main

E-Mail: [mail@wohnenundleben.de](mailto:mail@wohnenundleben.de)  
[www.wohnenundleben.de](http://www.wohnenundleben.de)

**Anreise:** Bei allen Führungen in Frankfurt am Main ist die eigene Anreise erforderlich.



### Zustiege für Tagesfahrten

- Maintal-Dörnigheim, Bahnhof
- Mainkur
- Frankfurt, Berliner Straße, Höhe Paulskirche
- Rüsselsheim, Bushaltestelle am Waldfriedhof, B486, Ecke Haßlocher Straße/Hermann-Löns-Straße



Der Zustieg Maintal und Rüsselsheim ist nicht bei allen Fahrten möglich. Bitte beachten Sie, welcher Zustieg angegeben ist!

Keine Stornogebühr bei Tagesfahrten von Wohnen und Leben e.V. bis 28 Tage vor Abreise. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt bei allen Fahrten 35 Personen.





**Mi., 21. August 2024**  
**Oberursel: Altstadtführung**

**NEU!**

Kommen Sie mit uns nach Oberursel! Vielleicht sind Sie auch neu in Oberursel, leben bereits hier schon seit vielen Jahren oder möchten Oberursel einfach kennenlernen? Es gibt viele Gründe für eine spannende Altstadtführung in Oberursel. Gemeinsam mit Stadtführerin Marion Unger besteigen wir den St. Ursula-Kirchturm.

2 Std. Führung um 11 Uhr  
Preis pro Person: **11,- EUR** (Eigenanreise)



**Sa., 31. August 2024**  
**Unorte – Frankfurts geheime Schätze**

**NEU!**

Frankfurt hat mehr zu bieten als immer nur den Römer oder das Goethehaus. Christian Setzepfand führt Sie an Orte in der Innenstadt, die auf den ersten Blick keine Touristenattraktionen sind. Unorte zu entdecken ist mindestens genauso spannend, wenn nicht sogar noch aufregender, als auf den bekannten Spuren der Frankfurter Geschichte zu wandeln.

2 Std. Führung um 11 Uhr mit Christian Setzepfand  
Preis pro Person: **14,- EUR** (Eigenanreise)



**IM SEPTEMBER**

**Mi., 4. September 2024**  
**Tagesfahrt nach Colmar**

**NEU!**

Berühmt ist die Stadt für ihr gut erhaltenes und im Krieg unversehrt gebliebenes architektonisches Erbe aus sechs Jahrhunderten und den bedeutenden Museen mit Kunstschätzen. Erkunden Sie selbstständig Colmar oder nehmen Sie optional an einer Museumsführung durch eine Gemeinschaftsausstellung „Farben – Reich – Schön“ zur altdeutschen Malerei der Jahre 1370 bis 1550 im Museum Unterlinden teil. In rund 200 Werken erleben Sie die Vielfalt dieser Kunst.

Zustieg: Maintal, Mainkur, Frankfurt, Rüsselsheim  
Preis pro Person: **33,- EUR** (Tagesfahrt)  
zzgl. 1,5 Std. Museumsführung: **15,- EUR**



**Sa., 7. September 2024**  
**Goetheturm 3.0 – die Geschichte von Frankfurts beliebtestem Holzturm**

**NEU!**

Das liebste und vielleicht auch schönste Wahrzeichen der Frankfurter wurde nach einem Brand 2017 originalgetreu wiederaufgebaut. Mit seinen 196 Stufen und 43,3 Metern hoch galt der ursprüngliche Goetheturm bis 1999 als der höchste öffentlich zugängliche Holzbau Deutschlands. Begleiten Sie uns durch die Geschichte des liebsten Turms der Frankfurter.

2 Std. Führung um 11 Uhr mit Christian Setzepfand  
Preis pro Person: **14,- EUR** (Eigenanreise)



**Di., 10. September 2024**  
**Frankfurt: die Kirche St. Leonhard**

**NEU!**

Tauchen Sie ein in die Geschichte der St. Leonhard-Kirche. Sie ist die älteste der mittelalterlichen Kirchen Frankfurts. Erfahren Sie bei einer 1-stündigen Führung vieles über die Geschichte und die Architektur. Die Westfassade und Teile des Süd-Eingangs zeigen deutlich die spätromanische Baugeschichte der Kirche. Ein zeitgenössisch künstlerisches Zeugnis ist die von Ludwig Schaffrath in den 1980er und 1990er Jahren entworfene Gesamtverglasung.

1 Std. Führung um 16 Uhr durch die Kirche St. Leonhard  
Preis pro Person: **7,- EUR** (Eigenanreise)



**Sa., 14. September 2024**  
**Tagesfahrt nach Straßburg**

**NEU!**

Unsere Tagesfahrt führt uns nach Straßburg – Hauptstadt des Elsass und Stadt im Herzen Europas. Sie ist eine kleine Idylle an der Ill. Mittelalterliche Fachwerkhäuser, verwinkelte Gassen, die Ill mit ihren Kanälen und vor allem das Münster prägen dieses Juwel am Rhein. So eine bewegte Geschichte hat keine andere Stadt in dieser Region. Erkunden Sie Straßburg bei einer Bootsfahrt.

Zustieg: Maintal, Mainkur, Frankfurt, Rüsselsheim  
Preis pro Person: **33,- EUR** (Tagesfahrt)  
zzgl. 2 Std. Bootstour: **15,- EUR**



Fr., 20. September 2024  
**Darmstadt: EUMETSAT**

**NEU!**

Die „Europäische Organisation für die Nutzung meteorologischer Satelliten“ (EUMETSAT) hat seit 1986 ihren Sitz in Darmstadt. Von hier aus werden die Meteosat- und MetOp-Wetter-satelliten betrieben. Sie geben nicht nur Informationen für die tägliche Wettervorhersage, ihre Beobachtung liefert auch langfristige Daten zur Messung von Klimaveränderung und globaler Erwärmung. Blicken Sie mit uns hinter die Kulissen (Mindestalter 12 Jahre).

1,5 Std. Führung um 11 Uhr  
 Preis pro Person: **10,- EUR** (Eigenanreise)  
 Gültiger Lichtbildausweis erforderlich.



**IM OKTOBER**

Do., 17. Oktober 2024  
**Frankfurt: Sternwarte**

**NEU!**

Mitten in Frankfurt einen Blick in die Sterne werfen? Das klappt trotz Licht- und Luftverschmutzung. Von der Sternwarte Frankfurt aus können Sie Planeten und unsere Sonne, Sternhaufen, Galaxien und vieles mehr beobachten. Ein Besuch in der historischen Sternwarte lohnt sich. Sie wurde 1908 eröffnet und ist der Anlaufpunkt für Himmelsbeobachtungen im Rhein-Main-Gebiet.

1,5 Std. Führung um 20 Uhr  
 Preis pro Person: **8,- EUR** (Eigenanreise)  
 Bitte beachten: Nicht barrierefrei



**4-Tage-Busreise**

**Heuser Busreisen**

26. Juli bis 29. Juli 2024 (Fr.-Mo.)  
**Naturparadies Bayern**

Ein Urlaub in Bayern passt einfach für jeden! Tauchen Sie mit uns in ein wahrhaftiges Naturparadies ein. Wir entdecken das Fränkische Seenland, Naturdenkmäler und besuchen Kloster Weltenburg. Ausgangspunkt dieser Entdeckerreise ist das neu eröffnete 4-Sterne-Maritim-Hotel Ingolstadt. Das Haus an der Donau präsentiert sich mit modern eingerichteten Zimmern, einem Schwimmbad, Fitnessraum und Saunabereich.

Preis pro Person im DZ: **614,- EUR**  
 Einzelzimmer-Zuschlag: **119,- EUR**  
 Inkl. Halbpension und diverser Ausflüge



**4-Tage-Busreise**

5. August bis 8. August 2024 (Mo.-Do.)  
**Erlebnis Lüneburger Heide**

Entdecken Sie mit uns den Naturpark Lüneburger Heide. Spüren Sie den besonderen Charme dieser Region, ganz besonders während der Heideblüte. Das 4-Sterne-Landhotel Schnuck liegt in zentral-ruhiger Lage in Schneverdingen. Die gemütlichen Zimmer mit gehobener Ausstattung, das Verwöhn-Restaurant, eine Bar und eine herrliche Sauna- und Badelandschaft stehen für einen perfekten Urlaub.

Preis pro Person im DZ: **599,- EUR**  
 Einzelzimmer-Zuschlag: **49,- EUR**  
 Inkl. Halbpension und diverser Ausflüge



**3-Tage-Busreise**

30. August bis 1. September 2024 (Fr.-So.)  
**Italienische Operngala im Frankenland**

Die Rhön gilt als eines der schönsten Mittelgebirge in Europa. Hier erwartet uns das Staatsbad Bad Kissingen, das neben einem wunderschönen Stadtkern auch sieben heilende Quellen besitzt. Sie wohnen in gepflegt gehobem Ambiente im 4-Sterne-Hotel Frankenland. Im historischen Arkadenhaus besuchen Sie eine italienische Operngala mit Kammerorchester.

Preis pro Person im DZ: **521,- EUR**  
 Aufpreis Komfortzimmer: **36,- EUR**  
 Einzelzimmer-Zuschlag: **57,- EUR**  
 Komfort-Einzelzimmer Zuschlag: **82,- EUR**  
 Inkl. Halbpension und diverse Ausflüge



**4-Tage-Busreise**

26. Sept. bis 29. Sept. 2024 (Do.-So.)  
**Hohenau im Bayerischen Wald**

Hohenau liegt 812 m hoch auf einem Höhenrücken und bietet einen herrlichen Weitblick über den Bayerischen Wald. Unser Hotel ist das 3-Sterne-Superior-Hotel Hohenauer Hof, das idyllisch am ruhigen Marktplatz von Hohenau liegt. Sie wohnen in komfortablen Zimmern, werden kulinarisch verwöhnt und finden eine Auszeit für Körper, Geist und Seele im hoteleigenen Hallenbad.

Preis pro Person im DZ: **529,- EUR**  
 Einzelzimmer-Zuschlag: **60,- EUR**  
 Inkl. Halbpension und diverser Ausflüge

## Ihre Fragen an uns

### AN DIE NHW BEI FRAGEN RUND UM DEN MIETVERTRAG:

Unsere Servicenummer: 0800 333 1110,  
Montag bis Donnerstag von 8 bis 18 Uhr,  
Freitag von 8 bis 12.30 Uhr  
Oder per E-Mail an [mieterservice@naheimst.de](mailto:mieterservice@naheimst.de)

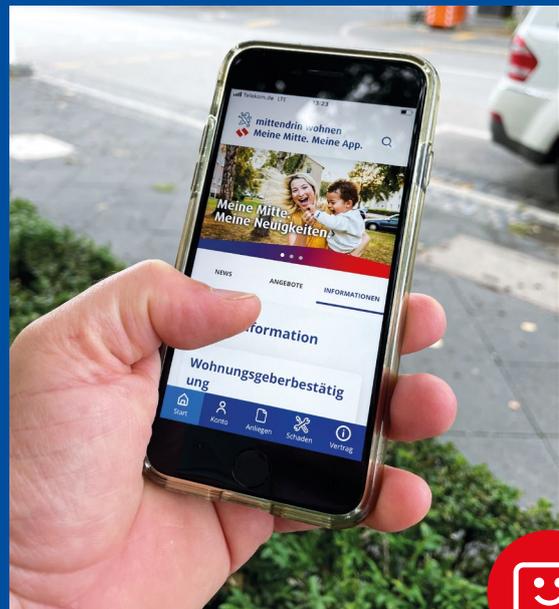
### SNELLE SELBSTHILFE:

Auf unserer Webseite [www.nhw.de](http://www.nhw.de) sind viele FAQ bereits  
zusammengefasst.  
Der digitale Assistent Leo hilft bei vielen Anliegen weiter.  
In unserer Mieter-App „mittendrin wohnen“ sind  
wichtige Informationen zusammengefasst.

### AUSSERHALB UNSERER ÖFFNUNGSZEITEN ERREICHEN SIE UNSEREN NOTFALLSERVICE UNTER:

Für unsere Mieter, die vom Regionalcenter Frankfurt,  
Offenbach, Wiesbaden und Servicecenter Darmstadt betreut  
werden, gilt folgende Telefonnummer: 069 678674-333

Für unsere Mieter, die vom Regionalcenter Kassel,  
Servicecenter Fulda und Marburg betreut werden, gilt die  
Telefonnummer: 0561 2861119



Achtung: Mieter aus Breidenbach, Burg, Burgsolms, Butzbach,  
Dillenburg, Eibelshausen, Gießen, Heuchelheim, Lich, Lollar,  
Münzenberg, Steinbrücken und Wetzlar wenden sich bitte  
ebenfalls an die Tel. 069 678674-333.



## Kühlschrank gratis!

Bis zu 1.500 Haushalte, deren Kühlschrank älter als zehn Jahre ist, bekommen ein neues energieeffizientes  
Gerät geschenkt. Gleichzeitig erhalten Haushalte, die Wasser bisher in der Mikrowelle oder auf dem Herd  
erhitzen, gratis einen Wasserkocher dazu. Das Programm „Hessen checkt Strom“ bietet außerdem eine  
kostenlose Energiesparberatung. Es richtet sich an Haushalte mit geringem Einkommen oder an Hess:innen,  
die staatliche Unterstützungsleistungen beziehen. Mehr Infos unter:  
[www.caritas.de/diecaritas/in-ihreer-naehe/hessen/spendenprojekte/hessen-checkt-strom](http://www.caritas.de/diecaritas/in-ihreer-naehe/hessen/spendenprojekte/hessen-checkt-strom)



### Impressum

*mittendrin: Mietermagazin der Unternehmensgruppe  
Nassauische Heimstätte | Wohnstadt  
Kontakt: Redaktion mittendrin, Schaumainkai 47  
60596 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 678674-1149  
[redaktion-mittendrin@naheimst.de](mailto:redaktion-mittendrin@naheimst.de)*

**Redaktion:** Angela Reisert-Bersch (Chefredaktion, V.i. S. d. P.),  
Kim Sommer, Jens Duffner  
**Text:** Anke Brettnich, Hofheim, [www.textour.eu](http://www.textour.eu)  
**Grafik:** Angela Orth, Darmstadt, [info@aundo-gestaltung.de](mailto:info@aundo-gestaltung.de)

**Bildnachweis:** Karsten Socher, Andreas Fischer, Lothar Koch, Oliver Kessle,  
Thomas Rohnke, Sabine Antonius, adobe stock, shutterstock, depositphoto  
Titel: Adobe Stock/Cienpies Design

**Druck:** Bonifatius GmbH Druck, Paderborn

Auflage: 60.700 Stück



# BILDERSUCHE

Finden Sie alle abgebildeten Begriffe



In diesem Bildsuchrätsel sind alle abgebildeten Begriffe versteckt. Die Wörter können in alle Richtungen laufen. Auch diagonal, rückwärts und von oben nach unten. Machen Sie ein Foto oder schneiden Sie die Seite aus und senden dies mit Ihrem Namen und Adresse an: Nassauische Heimstätte Wohnungs- und Entwicklungsgesellschaft mbH, Redaktion mittendrin, Postfach 70 07 55, 60557 Frankfurt am Main oder [redaktion-mittendrin@naheimst.de](mailto:redaktion-mittendrin@naheimst.de)

**Zu gewinnen gibt es je einen von drei dm-Gutscheinen im Wert von 25 Euro.**

Einsendeschluss ist der 31.7.2024

**Scharfer Blick!** Mit Adleraugen haben die Teilnehmenden des vergangenen Rätsels die gleichen Teile identifiziert. Diese drei Gewinner:innen unseres Suchen-und-Finden-Spiels aus der letzten Ausgabe dürfen sich über je einen 25-Euro-Gutschein für dm freuen: Zabi S. aus Kassel, Harald G. aus Oberursel und Stefanie W. aus Frankfurt.

**DATENSCHUTZINFORMATIONEN BZGL. IHRER TEILNAHME AM GEWINNSPIEL** Die Nassauische Heimstätte Wohnungs- und Entwicklungsgesellschaft mbH verarbeitet Ihre personenbezogenen Daten („Daten“) nur zur Durchführung (Art. 6 Abs. 1 lit f, DSGVO – unsere berechtigten Interessen bestehen darin, Ihnen die Möglichkeit an der Teilnahme zu eröffnen) und zur Abwicklung des Gewinnspiels (Art. 6 Abs. 1 lit b, DSGVO). Gewinnerdaten bewahren wir so lange auf, wie rechtliche Ansprüche gegen uns im Zusammenhang mit dem Gewinn geltend gemacht werden können, alle andere Daten löschen wir nach Abwicklung des Gewinnspiels. Unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie unter [info@ubg-datenschutz.de](mailto:info@ubg-datenschutz.de), weiterführende Informationen finden Sie unter [wohnen-in-der-mitte.de/datenschutz](http://wohnen-in-der-mitte.de/datenschutz).

**TEILNAHMEBEDINGUNGEN DES GEWINNSPIELS** Veranstalterin des Gewinnspiels ist die Nassauische Heimstätte Wohnungs- und Entwicklungsgesellschaft mbH, Schaumainkai 47, 60596 Frankfurt am Main. Teilnahmeberechtigt sind alle Mieter (w/m/x) und mit ihnen zusammenwohnende Personen der Unternehmensgruppe Nassauische Heimstätte | Wohnstadt, die das 7./18. Lebensjahr vollendet haben; nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter der Veranstalterin und mit ihr verbundene Unternehmen sowie deren Verwandte. Der Gewinner (w/m/x) wird unter allen richtigen Einsendungen per Los ermittelt und über den Kommunikationsweg benachrichtigt, über den er am Gewinnspiel teilgenommen hat. Der Gewinn verfällt, sofern sich der Gewinner nicht innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Gewinnmitteilung bei der Veranstalterin zurückmeldet; in diesem Fall wird erneut ausgelost. Der Gewinn wird dem Gewinner postalisch übersandt. Der Gewinn ist nicht übertragbar, eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich, teilnahmeberechtigte Personen dürfen nur einmal an dem Gewinnspiel teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Wir behalten uns das Recht vor, Teilnehmer von dem Gewinnspiel auszuschließen, die gegen die Teilnahmebedingungen verstoßen oder versuchen, sich auf unlautere Weise einen Vorteil zu verschaffen.