

DER **FAIR**BERLINER



Folgen Sie
uns auf
[Facebook](#)



berlinovo 
Wohnen

Das Mietermagazin
der **berlinovo**

Ausgabe Dezember 2018

Vorwort



Liebe Mieterinnen und Mieter,

kürzlich wurde der „Oscar der Immobilienbranche“, der FIABCI Prix d'Excellence Germany, vergeben. Dort durfte das **berlinovo**-Team die silberne Auszeichnung für unser Studentenapartment Storkower Straße in Holzhybrid-Bauweise in Empfang nehmen. Ein innovativer Bau und ein Preis, der mich stolz macht. Denn wie ein Jurymitglied betonte: Es ist gelungen, nicht nur ein Gebäude zu errichten, sondern eine Heimat für die Menschen zu schaffen, die ausgerichtet ist auf die Bedürfnisse und das Leben darin.

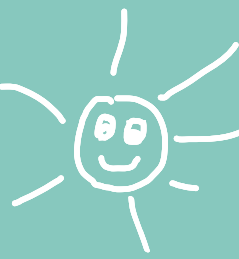
Genau das ist unser Anspruch bei **berlinovo**: für die Menschen da sein, ihnen ein Gefühl der Heimat geben. Dazu gehören bezahlbare Mieten, aber auch ein soziales Umfeld, in dem das Zusammenleben Spaß macht und gut gestaltet wird. Auch unsere Engagements in Sport (etwa durch die Kooperation mit ALBA Berlin oder dem SCC beim bambini-Lauf) und Bildung (Diesterweg-Stipendium) sind genau in diesem Licht zu sehen. Als Fair-Mieter wollen wir, dass Sie sich bei uns wohlfühlen, dass sich unsere Kieze positiv entwickeln und die Menschen zufrieden sind bei uns zu wohnen.

Diese Anerkennung, die Sie uns in täglichen Gesprächen mit unseren Mitarbeitern, in den FAIRpoints oder am Telefon – und auch durchaus mit kritischen Tönen – zuteil werden lassen, zählt für mich am Ende auch mehr als alle Preise. So stolz wir auch auf sie sein mögen.

Herzlichst,

Ihr

Roland J. Stauber
Sprecher der Geschäftsführung



Startschuss Kunstmaschine! In Zusammenarbeit mit dem Künstler Gera1 hat berlinovo einen Teil der Fassade des Atelierhauses Prenzlauer Promenade eindrucksvoll gestaltet. Sehen Sie selbst auf [Facebook](#).

Freudige Überraschung für Kinder in Not Weihnachten im Schuhkarton

Kindern in Not etwas Gutes tun: Ein Wunsch, den berlinovo-Mitarbeiter in die Tat umgesetzt haben. Sie nahmen an der Geschenkaktion „Weihnachten im Schuhkarton“ teil, indem sie Schuhkartons weihnachtlich gestalteten und mit tollen kleinen Geschenken befüllten.



Bei der Abgabe am 13. November am **berlinovo**-Bus auf dem Hof der Unternehmenszentrale am Halleschen Ufer kamen insgesamt 60 Kartons zusammen und wurden zur Abgabestation gebracht. Und das Unternehmen legte für jeden befüllten Karton noch eine Spende von 8 Euro drauf.

„Weihnachten im Schuhkarton“ ist Teil der weltweit größten Geschenkaktion für Kinder in Not. Seit 1993 wurden bereits über 157 Millionen Kinder in über 160 Ländern erreicht. Die Kinder, die durch „Weihnachten im Schuhkarton“ beschenkt werden, leiden nicht nur unter materiellen Mängeln, sondern insbesondere unter emotionaler Armut und Perspektivlosigkeit.

Mehr zur Aktion auf:
[YouTube](#) und [Facebook](#).



Haustaufe und offene Türen im Atelierhaus Prenzlauer Promenade Und allzeit tolle Kunst

Kulturhaus Prenzlauer Promenade – so heißt das Atelierhaus an der Prenzlauer Promenade 149–152 nun ganz offiziell, wird aber auch „Kunstmaschine“ genannt. Am 22. September taufen es Pedro Boese, Vorsitzender Atelierhaus e.V., und Martin Schwegemann, Atelierbeauftragter im Kulturwerk des bbk berlin, nach Art einer Schiffstaufe mit einer Flasche Sekt.

Zur feierlichen Einweihung des Kulturstandorts hatten die dort ansässigen Künstler zum Tag der offenen Tür eingeladen und boten ein vielfältiges Programm für Jung und Alt. Neben Tanzperformance, Lesung, einer Ninjutsu-Vorführung, Vernissagen und Musikperformance sorgte die Band „Third Stream Ensemble“ für gute Stimmung. Kinder konnten in der mobilen Musikwerkstatt der Musikschule Westerland basteln und musizieren.



Architektin Dortje Säum führte die Gäste durch die modernisierten Ateliers, in denen verschiedene Künstler ihre Werke und Installationen zeigten.

In den 1980er-Jahren als Diplomatenhotel gebaut, aber nie als solches genutzt, übernahm die Akademie der Wissenschaften der DDR den Plattenbau in der Prenzlauer Promende. Anfang der 1990er-Jahre zogen die Wissenschaftler aus. Erst 2004 ging die leerstehende Immobilie an den Liegenschaftsfonds, der beschloss, sie zur Zwischennutzung an Künstler zu vermieten. Vermieter **berlinovo** hat das [Atelierhaus](#) instandgesetzt und brandschutztechnisch saniert. Bis 2019 werden hier etwa 450 Arbeitsräume für Kunst und Kultur neu entstehen beziehungsweise erhalten.



berlinovo-Azubi
Hazem Alkoukou
hat eine bewegte
Vergangenheit
hinter sich

Im Schlepper-Boot übers Mittelmeer

Hazem Alkoukou (32) sitzt in der berlinovo-Zentrale am Schreibtisch. In ruhigen Worten schildert der Azubi seine bewegende Geschichte. Wie er aus seiner Heimat Syrien fliehen musste. Wie er auf verschlungenen Wegen nach Deutschland kam. Wie er viele hilfsbereite Menschen kennenlernte. Wieso er jetzt hier bei berlinovo sitzt und sich zum Immobilien-Kaufmann ausbilden lässt. Und warum jetzt alles gut ist.

Alkoukou stammt aus Hama, im Zentrum der mittelsyrischen Ackerbauebene an der Fernstraße zwischen Aleppo und Damaskus. In der syrischen Hauptstadt hat er Archäologie studiert, sein Diplom gemacht und ein Jahr lang mit Kollegen bei Ausgrabungen die Altstadt von Damaskus, eine Stadt unter der Stadt, in Teilen freigelegt. 2.000 Jahre alte Relikte förderte er zutage, Fundstücke aus der arabischen und römischen Zeit. Die Vergangenheit fesselte ihn sehr, über die Zukunft machte er sich keine Gedanken. Das war 2011 – und dann kam der Arabische Frühling und mit ihm der Krieg.

Hazem musste fliehen und seine Familie – die Mutter und die beiden älteren Brüder Fawwaz und Mahdi – zurücklassen. Heute hat er via Skype fast täglich Kontakt zu ihnen – wenn es in der Heimat Strom gibt. Dass er mittlerweile in Berlin lebt und als anerkannter Flüchtling unbegrenzten Aufenthalt hat, sieht er als großes Glück an. Denn alles hätte ganz anders kommen können.

Schlepper versprachen glänzende Zukunft

Er versuchte, in den syrischen Nachbarländern Libanon und Türkei sowie in Algerien und Libyen Fuß zu fassen und Arbeit zu finden. Ein schwieriges, fast unmögliches Unterfangen. In der Türkei traf er seinen Schulfreund Eyad wieder. Sie beschlossen, sich gemeinsam durchzuschlagen und landeten in Libyen, wo ihnen kriminelle Schlepper eine glänzende Zukunft in Europa versprachen. Mit 1.500 US-Dollar stünden einem alle Wege offen.

Nach Tagen des Wartens mit vielen Schicksalsgenossen in einer viel zu kleinen Behausung kam das Kommando: Los geht's, alle Mann an Bord. Ohne Gepäck, ohne Mitbringsel – alles, auch Ersatzkleidung und Laptops, wurde über Bord geworfen. Nur mit den eigenen Sachen am Leib begann die Überfahrt, mit 300 Menschen auf einem Boot, das für 50 ausgelegt war. 18 Stunden über das Mittelmeer, ohne Wasser, ohne Proviant, mit nichts als der Hoffnung zu überleben.

„Es ist ein Wunder, dass wir das alle geschafft haben. Die Hälfte von uns wurde seekrank, aber alle erreichten italienischen Boden“, erzählt Hazem. Ruhig und gelassen, aber ganz offensichtlich bewegt, erinnert er sich an die Geschehnisse vor rund fünf Jahren. In Bari habe man sich gut um sie gekümmert, in einer großen Flüchtlingsunterkunft konnten sie Kräfte sammeln.

Hilfsbereite Beamte in Bayern

Der Großteil des Geldes jedoch war an die Schlepper gegangen. Nur wenig blieb übrig, eingenäht in ein Geheimfach in der Unterhose. Hazem und Eyad entschieden sich, in den Norden Italiens zu fahren. Dort stellte sich jedoch die Frage: was nun? Ohne Papiere, ohne Geld, ohne Sprachkenntnisse? In Holland, so hieß es, arbeiteten die Behörden schnell und man kam an Ausweisdokumente und Arbeitspapiere. In Deutschland lockte die Aussicht auf Arbeit.

Im Zug nach München folgte die nächste brenzlige Situation: Polizeikontrolle – und kein Visum zur Hand. Doch die Beamten erwiesen sich als hilfsbereit, in Rosenheim wurden Hazem und Eyad offiziell registriert, ihre Fingerabdrücke und persönlichen Daten aufgenommen. Damit waren die beiden in Deutschland endlich angekommen.





Mit den Sprachkenntnissen kamen die Sozialkontakte

Nach kurzem Aufenthalt in Bayern und vielen weiteren Wendungen landete Hazem schließlich in Berlin. Im AWO-Wohnheim in Kladow teilte er sich mit einem Landsmann ein kleines Zimmer. Ein Jahr verbrachte er dort, allerdings ohne Arbeitserlaubnis und mit behelfsmäßigen Papieren, die nach drei Monaten jeweils verlängert werden mussten. Aber immerhin wurde binnen drei Monaten sein Asylantrag genehmigt und er durfte einmal pro Woche einen Sprachkurs besuchen.

Damit begann für Hazem Alkhoukou eine ganz neue Lebensphase. Mit steigenden Sprachkenntnissen, die er später an der Hartnack-Schule noch verbessern konnte, bekam er besseren Kontakt zu seiner Umwelt. Er ging zur Freien Universität, um sich über ein Master-Studium in Archäologie zu informieren. Er nahm am Multaka-Projekt teil, einer Kooperation Berliner Museen, bei der syrische und irakische Geflüchtete zu Guides fortgebildet werden. Dadurch konnte er Führungen auf Arabisch im Bode-Museum organisieren. Und er besuchte eine Kirche in Dahlem, dort fanden deutschsprachige Gesprächsrunden statt.

Als nächstes machte Hazem beim Bundesfreiwilligendienst mit: Im Verein „KulturLeben Berlin“ vermittelte er ehrenamtlich kostenlose Veranstaltungstickets an Menschen mit geringem Einkommen. Und überhaupt nahm auch er selbst immer öfter am Berliner Kulturleben teil. In einem Nachbarschaftscafé in Moabit wurde dreimal wöchentlich ein Deutschstammtisch veranstaltet. Dort verbesserte er seine Sprachkenntnisse und half bei anfallenden Arbeiten. Der Besuch des Cafés war eine weise Entscheidung, denn hier traf er seine heutige Frau Lisa, eine Bibliothekarin, mit der er den 15-monatigen Sohn Medyan hat.

Bei berlinovo unter Freunden

Als die Arbeitserlaubnis endlich da war, half die Arbeitsagentur: „Die Vermittlerin hat gleich verstanden, dass ich keine Aushilfsjobs machen will, sondern

meine Zukunft aufbauen. So kam die Idee, eine kaufmännische Ausbildung zu beginnen.“ Und die Angebote konnten sich sehen lassen: Telekom, Bio Company und weitere namhafte Unternehmen luden Hazem ein. Das Vorstellungsgespräch bei **berlinovo** aber hat ihm sofort gefallen. „Obwohl ich noch keinen Bezug zur Immobilienbranche hatte, zeigten sich die Kollegen sehr interessiert an meiner Person und nahmen mir sofort die Einstiegsangst. Alles Weitere hat sich dann schnell entwickelt.“

Was ihm besonders gefällt: Er lernt alle Aspekte der Bewirtschaftung von Immobilien kennen, durchläuft viele Abteilungen von der Buchhaltung über die Vermietung bis zur Technik. Viel Spaß macht ihm auch die Arbeit in den FAIRpoints. „Der direkte Kontakt zu den Mietern ist für mich spannend und lehrreich. Und ich freue mich, wenn wir helfen können.“

Hazem Alkhoukou ist ein wissbegieriger Mensch – kein Wunder, hat er doch bereits ein Studium abgeschlossen. Jetzt noch mal als Azubi die Schulbank drücken, ist für ihn kein Problem. Ganz im Gegenteil: Er freut sich, dass seine neuen Kollegen bei **berlinovo** ausgiebig seine Fragen beantworten und auch die anderen Azubis ihm zur Seite stehen. „Das erste Lehrjahr war schon hart“, gibt er zu. Aber mit zunehmender Kenntnis der Materie und dem immer größeren Sprachschatz kam die Sicherheit und auch der Spaß. Jetzt freut er sich auf die Abschlussprüfung im Mai und viele weitere interessante Aufgaben bei **berlinovo**.

Auch sein tägliches Leben ist entspannter geworden. Die Familie nimmt viel Raum ein, aber auch für sportliche Aktivitäten wie Fitness und Jogging bleibt noch Zeit. Sein Freund Eyad lebt mittlerweile mit Frau und Kind ebenfalls in Berlin und gemeinsam gibt es immer viel zu erzählen.

Es ist Herbst in Berlin, die Tage werden kürzer, die Luft kühler. Hazem Alkhoukou steht an einem Kopierer und sortiert Arbeitsunterlagen. Er lächelt zufrieden aus seinen freundlichen Augen. Seine Familie in Syrien vermisst er jeden Tag. Doch das Leben hier in Berlin meint es ansonsten gut mit ihm.





Diesterweg-Stipendium hilft Spandauer Familien Starthilfe für fleißige Schüler

Als Fair-Mieter stellt berlinovo Familien, Azubis, Studenten, Senioren und Menschen mit niedrigem Einkommen Wohnraum zu bezahlbaren Mieten zur Verfügung. Zur sozialen Verantwortung gehört aber auch, die Bildungschancen von Kindern zu erhöhen. Deshalb unterstützt berlinovo über zunächst vier Jahre das Diesterweg-Stipendium, mit dem Schüler zusammen mit ihren Eltern eine gezielte Förderung beim Übergang in die weiterführenden Schulen erhalten. Acht Spandauer Familien wurden 2016 in die zweijährige Förderung aufgenommen. Jetzt wurde eine neue Förderrunde mit 11 Kindern und ihren Familien gestartet. Über die Hintergründe und Ziele des Stipendiums sprach der FAIRBERLINER mit Silke Andresen-Kienz, kaufmännische Geschäftsführerin der berlinovo, und Martina Spitzl, Geschäftsführerin der Arbeiterwohlfahrt (AWO) Spandau, die das Programm durchführt.



Die berlinovo legt großen Wert auf ihren Ruf als Fair-Mieter und übernimmt soziale Verantwortung. Warum ist für Sie gerade das Diesterweg-Stipendium in diesem Zusammenhang so wertvoll?

Silke Andresen-Kienz: Unsere Aufgabe als landeseigenes Wohnungsunternehmen ist es, für unsere Mieter eine Heimat zu schaffen. Dies erreichen wir durch bezahlbare Wohnun-

gen und durch sozialen Zusammenhalt. Mit dem Diesterweg-Stipendium haben wir neben unserem sportlichen Engagement ein weiteres motivierendes Angebot, mit dem wir gezielt Familien ansprechen.

Sie unterstützen derzeit 11 Berliner Familien. Wie sieht die Förderung genau aus?

Martina Spitzl: Es handelt sich ja um ein Familienbildungsstipendium, mit dem Kinder der 6. Klassen mit gutem Leistungspotenzial gemeinsam mit ihren Eltern und Geschwistern über zwei Jahre gefördert werden. Die Förderung beinhaltet Akademietage in Bildungseinrichtungen, Exkursionen und Ferienkurse. Damit helfen wir den Schülern, ihre schulischen, sprachlichen sowie sozialen Kompetenzen weiter auszubauen. Darüber hinaus gibt es ein individuelles Bildungsgeld für einzelne Anschaffungen, die der geförderten Person weiterhelfen. Das können Bücher sein oder auch schon mal ein Fahrrad, weil es in diesem Fall die Mobilität und Unabhängigkeit einer Schülerin gefördert hat. Die Durchführung der Maßnahmen übernehmen wir von der AWO und berlinovo sorgt für die Finanzierung.

Nach welchen Kriterien werden die geförderten Familien ausgesucht?

Spitzl: Wir haben eine Zusammenarbeit mit fünf Spandauer Grundschulen und fördern Schüler mit guten Lerner-



Martina Spitzl, Geschäftsführerin AWO Kreisverband Spandau e.V.

gebnissen. Dabei laden wir Schüler und ihre Familien zu Interviews ein und klären dabei ihre soziale Situation und ihre Lebensbedingungen. Die Familie muss das Bedürfnis klar artikulieren und bereit sein, aktiv am Programm mitzumachen, zum Beispiel an den Workshops. Wir geben wenige Regeln vor, aber grundlegend ist: pünktlich sein, aktiv mitmachen, bis zum Ende dabei bleiben.

Andresen-Kienz: Wir wollen jungen Menschen, die leistungsbereit sind, eine Starthilfe geben. Bei der Auswahl verlassen wir uns ganz auf die Kompetenz der AWO vor Ort. In den regelmäßigen Treffen des Lenkungskreises werden wir aber genau über den Entwicklungsstand informiert und beteiligen uns an der konkreten Gestaltung von Programminhalten.

Der Fokus der Diesterweg-Förderung liegt in Spandau, aber berlinovo ist in vielen Berliner Kiezen tätig. Was tun Sie, damit die anderen sich nicht benachteiligt fühlen?

Andresen-Kienz: Für Spandau spricht, dass wir dort sehr präsent sind und eng mit dem Bezirksbürgermeister und der lokalen Verwaltung kooperieren. Unser Aufsichtsrat hat der Förderung für zwei Durchgänge des Stipendiums, also insgesamt vier Jahre, zugestimmt und nach den Erfahrungen der ersten beiden Jahre kann man sagen, dass die Entscheidung richtig war, das Pilotprojekt hier zu platzieren. Ein solches Angebot ist aber auch in anderen Kiezen denkbar.

Ein besonderes Merkmal des Stipendiums ist ja die gleichzeitige Förderung der Kinder, aber auch ihrer Eltern. Wie sieht die Förderung konkret aus und wie reagieren die Erwachsenen auf diese Angebote?

Spitzl: Der Stand der Bildung wird in Deutschland bekanntlich immer noch stark von der sozialen Herkunft bestimmt. Für unsere Stipendiaten aus schwierigen finanziellen Verhältnissen bedeutet dies, dass sie sich etwa beim Übergang auf die weiterführende

Schule gegenüber Mitschülern aus einem bildungsnahen Umfeld behaupten müssen. Das heißt auch, dass sowohl die Schüler als auch die Eltern bereit sein müssen, sich auf neue und andere Dinge einzulassen. Eine Familienaktivität war zum Beispiel der Besuch eines Konzerts in der Philharmonie. Während die Eltern das toll fanden, war es für die Kids eher uncool. Aber es gibt immer wieder neue Herausforderungen. Wenn man zum Beispiel gemeinsam im Kletterwald unterwegs ist und schnell erkennt, wer sich was zutraut und welche Interaktionen in der Gruppe entstehen.

Kritiker könnten meinen, berlinovo solle das Geld lieber für die eigentliche Ziele des Unternehmens einsetzen, also um Mieten und Nebenkosten gering zu halten. Was entgegenen Sie diesen?

Andresen-Kienz: Wir bei **berlinovo** haben ein professionelles Management, das kontinuierlich dafür sorgt, dass wir die Mieten auf einem für un-

sere Mieter akzeptablen Level halten können. Zum Beispiel, indem wir unsere Anbieter für Strom und dergleichen ständig überprüfen. Da machen wir einen guten Job. Gleichzeitig fördern wir soziale Aktivitäten in den Kiezen. Denn wenn ein Kiez funktioniert, ist das wichtig für den Zusammenhalt und eröffnet Chancen und Perspektiven im Sozialen, beim Sport, in der Bildung, im Wohnen, im Miteinander. Das ist für mich kein Widerspruch. Denn aus meiner Sicht ist nur ein Vermieter, der sich sozial engagiert, auch ein fairer Vermieter.

Wie bewerten Sie als AWO-Geschäftsführerin die Zusammenarbeit mit berlinovo im Rahmen des Stipendiums?

Spitzl: Das ist ein tolles Projekt, das großen Spaß macht und bei dem jede Seite ihre Kompetenzen sehr gut einbringt. Ich finde es ganz großartig, dass **berlinovo** hier die Verantwortung übernimmt, junge Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung zu unterstützen. Das wird von den Familien hervorragend angenommen und auch im Bezirk sehr geschätzt. Ganz konkret empfinde ich die Zusammenarbeit als sehr engagiert und gleichzeitig unkompliziert. Wir begegnen uns auf Augenhöhe und man merkt deutlich, dass dieses Projekt

In den Ferien sind Workshops für die Kids Pflicht.



berlinovo und insbesondere Frau Andresen-Kienz sehr am Herzen liegt.

Welche sozialen Herausforderungen gibt es in der Zukunft, denen berlinovo als großer Immobilien dienstleister und Fair-Mieter begegnen muss?

Andresen-Kienz: Wir bekennen uns dazu, sozial zu bauen. Und das ist unter den wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen gerade hier in Berlin unendlich wichtig und eine Herausforderung. Deshalb freuen wir uns, dass wir das Vertrauen unseres Gesellschafters, des Landes Berlin, für diese Aufgabe genießen. Wir sehen uns in einer gesellschaftlichen Verpflichtung und schaffen Angebote für ganz spezifische Gruppen wie Familien mit geringem Einkommen, Studenten, Senioren und geflüchtete Menschen. Das machen wir mit unserer langjährigen Kompetenz und dank des Engagements unserer Mitarbeiter sehr gern.

Über das Diesterweg-Stipendium

Das Diesterweg-Stipendium wurde 2008 von der Stiftung Polytechnische Gesellschaft Frankfurt am Main initiiert. Als Familienbildungsmaßnahme begleitet es Kinder aus der sechsten Klasse gemeinsam mit ihren Eltern und Geschwistern über zwei Jahre auf der Schullaufbahn. Das Förderprogramm wird inzwischen bundesweit an 10 Standorten umgesetzt – seit 2016 auch in Spandau. Träger des Projekts ist der [AWO Kreisverband Spandau](#), finanziell wird es von **berlinovo** unterstützt.



Gesund durch den Winter Bleiben Sie fit

Der Winter naht. Machen Sie sich und Ihren Körper fit für die kalte, dunkle Jahreszeit. Essen, Schlafen und Bewegung wohldosiert stärkt Ihre Abwehrkräfte.

Um Abwehrkräfte aufzubauen, braucht der Körper insbesondere Vitamine und Mineralstoffe. Einige davon kann er nicht selbst produzieren. Sie müssen ihm zugeführt werden. Speziell Vitamin D, Vitamin C, Antioxidantien, Magnesium, Bitterstoffe, Beta-Carotin und Chlorophyll sind nun wichtig. Darum sollten Obst, Gemüse und Co. jetzt auf Ihrem Speiseplan stehen.

Besonders reich an Vitaminen und Mineralstoffen sind Salatsorten wie Radicchio, Chicorée oder Endivien. Im Kühlschrank lassen sich diese eingeschlagen in Papier bis zu zwei Wochen aufbewahren.

Kohlsorten sind kleine Kraftwerke. Wirsing-, Grün- und Rosenkohl, aber auch Chinakohl und Spinat sind fettarm, enthalten aber viel Vitamin C und B sowie Mineralstoffe und bilden eine hervorragende Beilage für die dunklen Wochen.

Viel Power steckt in Feldsalat: Vitamin A und C. Auch Möhren sind voll davon und lassen sich gut mal zwischendurch snacken.

Das ideale Winterobst sind Äpfel und Quitten. Kühl und dunkel gelagert halten sie sich lange frisch.

Äpfel am besten mit Schale verzehren, denn dort sitzen die meisten Inhaltsstoffe. Quitten aber unbedingt schälen und entkernen – in der Schale sitzen die Bitterstoffe und die Kerne enthalten giftige Blausäure.

Ist's draußen trüb und dunkel, kann man dem Stimmungstief am besten durch Sport entkommen: Denn das ist die ideale Zeit für Jogging, Walking, Radfahren oder zum Spaziergehen. Und mit jedem Aufenthalt an der frischen Luft tanken Sie gleichzeitig Vitamin D.

Wichtig: Unbedingt vorher aufwärmen – z.B. mit Gymnastik und Dehnübungen. Wer einfach losläuft riskiert Bänderdehnungen oder Muskelkater. Auch nach dem Workout ordentlich auslaufen, stretchen und dehnen.

Ein Tipp: Laufen Sie gegen den Wind los – und belohnen sich mit Rückenwind auf dem Rückweg.

Und vergessen Sie die Mütze nicht. Über den Kopf werden etwa 30% der Körperwärme abgegeben.

Wählen Sie Kleidung nach dem Zwiebelprinzip, also mehrere Schichten möglichst atmungsaktiver (Funktions-)kleidung übereinander. So kühlen Sie beim Schwitzen nicht aus. Und denken Sie dran, sichtbar zu bleiben. Gerade in der Dämmerung sollten Sie auf Leuchtstreifen und Reflektoren auf der Kleidung nicht verzichten.

Auch das Gesicht braucht Schutz vor der Kälte. Verwenden Sie eine spezielle Wintercreme (Cold Cream), die wenig Wasser enthält.

Übernehmen Sie sich nicht! Wer eine Erkältung, Fieber oder gar Grippe hat, sollte sich Ruhe gönnen. Ihr Körper hat dann genug mit der Infektabwehr zu tun. Außerdem kann eine verschleppte Infektion gefährliche Folgen haben.



Service

Das ist ja 'n Trick

Praktische Tipps für drinnen und draußen

Um **Heizkörper** zu reinigen, wickeln Sie ein Staubtuch um einen Kleiderbügel. So erreichen Sie schwer erreichbare Stellen leichter.

Wenn Sie ein **Schraubglas nicht aufbekommen**, ziehen Sie sich Gummihandschuhe an. Dann haben Sie besseren Griff beim Drehen.

Glaswände in der Dusche glänzen wieder, wenn man sie mit einem in Essig getauchten Tuch abreibt.

Klebt ein **Kaugummi** auf Stoff, ab damit ins Tiefkühlfach. Dann lässt er sich leichter ablösen. Die Reste evtl. mit Spiritus entfernen.

Kaffeecken lassen sich mit einem mit Salz befeuchteten Tuch wegtupfen.

Bei **Rotweinflecken** schnellstens Salz draufstreuen, einwirken lassen und dann auswaschen. Vom Teppich verschwinden sie, wenn man sie mit Mineralwasser übergießt.

Der im Winter immer wieder gern gekaufte **Weihnachtsstern** fühlt sich an einem hellen, sonnigen Standort bei Zimmertemperatur wohl. Zugluft vermeiden, reichlich gießen, aber zwischen den Wassergaben die Erdschicht austrocknen lassen.

Wenn sich **Fett** in der Bratpfanne oder Friteuse **entzündet**, Herd ausschalten und mit einer Decke oder nassem Küchenhandtuch löschen. NIE mit Wasser!

Sie haben auch einen genialen Tipp? Verraten Sie ihn doch bitte den Lesern und uns: fairberliner@berlinovo.de



Weihnachtlich: Lebkuchen-Schicht-Dessert

Lebkuchen, Orangen, Gewürze – das passt in die Advents- und Weihnachtszeit. Warum also nicht mal alles kombinieren in einem leckeren Nachtisch? Oder nach dem Fest, um die übriggebliebenen Lebkuchen zu verwerten ...

Zubereitung:

- Lebkuchen zerbröseln, in Grand Marnier (oder für die alkoholfreie Variante mit Orangensaft) und Kirschsaff einweichen.
 - Quark mit 1 Päckchen Vanillezucker und Zimt verrühren. Sahne mit 1 Päckchen Vanillezucker schlagen, unter den Quark heben.
 - In eine Auflaufform oder einzeln in Dessertgläser füllen: Je 1 Schicht Lebkuchen, 1 Schicht Quark und 1 Schicht Sauerkirschen. Die letzte Schicht sollte Quark sein.
 - Bis zum Verzehr in den Kühlschrank stellen.
- Vor dem Servieren mit etwas Kakao bestäuben, mit Schokoraspel bestreuen und servieren.

Guten Appetit!

Zutaten für 4 Portionen

- 200 g Lebkuchen mit Schokoglasur
- 200 g Sahnequark oder Magerquark
- 250 g Sahne
- 2 Pkg. Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- 2 EL Grand Marnier (oder Orangensaft)
- ½ Glas Sauerkirschen
- 125 Kirschsaff
- Schokoraspel oder Kakaopulver zum Bestäuben

Vorbereitung/Zubereitung: ca. 20 Min.

Haben Sie auch ein tolles Rezept? Dann schicken Sie Ihren Vorschlag bitte an fairberliner@berlinovo.de.



berlinovo gewinnt Silber beim Immobilien-Oscar

Mit dem Bauprojekt „Mut zu Mikro“ hat berlinovo für landesweite Aufmerksamkeit gesorgt und Silber in der Kategorie Wohnen beim FIABCI Prix d'Excellence Germany gewonnen. Das Studentenapartment Storkower Straße in Holzhybrid-Bauweise überzeugte die Jury des zum fünften Mal ausgelobten Preises, der vom Wall Street Journal bereits als „Oscar der Immobilienbranche“ beschrieben wurde.

Die Ehrung nahm das Team der Berlinovo Grundstücksentwicklungs GmbH bei der feierlichen Preisverleihung im Hotel Adlon am 2. November entgegen. Gold in der Kategorie Wohnen ging an ein Projekt aus Hamburg, die upTOWN-HOUSES. Bronze errang der KunstCampus Berlin.

Michael Heming, Präsident FIABCI Deutschland und Mitglied der Jury, verwies auf die hohe Qualität der ausgezeichneten Projekte: „Gala und Wettbewerb spiegeln das hohe Niveau, ja die Weltklasse der deutschen Projektentwicklung wider.“

Eine Einschätzung, der sich der Präsident des Bundesverbandes Freier Immobilien- und Wohnungsunternehmen (BFW), Andreas Ibel, anschloss: „Die Preisträger zeigen, dass es bei einer gelungenen Projektentwicklung nicht nur darum geht, ein Gebäude zu bauen. Es geht vielmehr darum, ein Zuhause, eine Heimat für die Menschen zu schaffen, ausgerichtet auf die Bedürfnisse und das Leben der Menschen darin.“

Für **berlinovo** war es die erste Teilnahme, die gleich mit einem der begehrten Preise belohnt wurde.

**Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest
und ein gesundes neues Jahr.**



Liebe Leserinnen und Leser,

der **FAIRBERLINER** erscheint mehrmals im Jahr als ePaper. Sie finden alle Ausgaben auf www.berlinovo.de/de/mietermagazin. Dort können Sie sich auch für das kostenlose Abonnement registrieren. Dann verpassen Sie keine Ausgabe. Wir freuen uns, wenn Sie unser Mietermagazin weiterempfehlen.

Und wir laden Sie ein, uns auf Facebook zu folgen. Unter @berlinovo erfahren Sie das Neueste von **berlinovo** aus erster Hand.

Herzlichst
Ihre **FAIRBERLINER**-Redaktion

IMPRESSUM:

FAIRBERLINER

Ausgabe Dezember 2018

Herausgeber:

Berlinovo Immobilien Gesellschaft mbH

Hallesches Ufer 74–76

10963 Berlin

www.berlinovo.de

T +49 30 25441-0

F +49 30 25441-662

welcome@berlinovo.de

Redaktion:

berlinovo Unternehmenskommunikation,
fairberliner@berlinovo.de

Redaktionsschluss:

30. November 2018

Gestaltung und Umsetzung:

AD AGENDA Kommunikation und Event GmbH

Text: Ronald Battistini, Carola Battistini-Goldmund

Bildnachweis: Fotolia/drubig-photo (Titel), AD AGENDA/Cathrin Bach (S. 2, 10), berlinovo (S. 3, 4 oben und unten, 18), Geschenke der Hoffnung e.V. (S. 4 Mitte), Atelierhaus Prenzlauer Promenade (S. 5), Goldmund Kommunikation/Battistini (S. 6-9, 11, 17), AWO (S. 10, 13), BFW Bund (S. 18), Fotolia/detailblick-foto (S. 14), Fotolia/J.Mühlbauer exclus (S. 15), Fotolia/Alen-D (S. 16), iStockPhoto/da-kuk (S. 19).

Hinweis: Die im Magazin enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte werden vorbehalten. Redaktionelle Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.