

ZU GEWINNEN:
DIE ÄLTESTEN
WÜRFEL DER WELT:
ASTRAGALE
SEITE 8

LUST AM SPIEL

LACHEN, LEBEN, LERNEN

 Gundlach

Herbst/Winter 2025
Nachbarn

»Jeder, der Spiele nur für Spielerei hält und die Arbeit zu ernst nimmt, hat von beidem wenig begriffen.«

[Heinrich Heine]

#64 INHALTE

3 | Editorial

10 | Gundlach News

4 | Wohnraum, der Leben schützt

7 | SCHROTT-TAUCHEN IN EMPELDE

8 | Die universelle Lust am Spiel

11 | BRICKLYN: URBAN ABER NATURNAH

15 | Purpurblaue Pasta-Sinfonie

DIE NACHBARN MIETINFO

- Lüneburg – nachhaltig modernisiert
- Von Pflaster bis Fieberthermometer
- Unterwegs mit Ole Ohlendorf
- Was Gundlacher:innen bevorzugen



Dr. Frank Eretge

Nadine Otto

LIEBE NACHBARINNEN UND NACHBARN...

Die Tage werden kürzer, die Nächte werden kälter. Viel zu viele Menschen müssen trotz Nässe, Wind und Temperaturen in Gefrierpunkt nähe draußen schlafen. Ein erklärtes Ziel von Gundlach war und ist es, Wohnraum für diese Menschen zu schaffen. Für den Werkheim e.V. und die Stiftung »Ein Zuhause« dürfen wir nun zwei Projekte in Hannover-Vahrenwald bauen. Im Sommer war Baubeginn, Ende 2026 sollen die Häuser bereits bezugsfertig sein. So bekommen zumindest im übernächsten Winter mehr als 50 Menschen die Sicherheit der eigenen vier Wände.

Am 25. November ist »Orange Day«, der Aktionstag zur Bekämpfung von Diskriminierung und Gewalt gegenüber Frauen und Mädchen. Als Wohnungsunternehmen setzen wir uns mit dem Thema »Häusliche Gewalt« auseinander und engagieren uns mit allen verfügbaren Möglichkeiten dagegen. Dazu gehören die Informationen zu konkreten Hilfsangeboten in den Eingängen unserer Häuser. Zudem stellen wir an zwei Standorten Räume für Frauenhäuser zur Verfügung und leisten so einen Beitrag, Frauen in schwierigen Situationen einen sicheren Zufluchtsort zu bieten.

Lob und Kritik zu unserem Magazin erreichen uns immer wieder. Zur Kritik gehörten zuletzt vornehmlich zwei Dinge. Erstens: Unsere Mietenden außerhalb von Hannover fühlten sich nicht ausreichend gewürdigt. Und zweitens: Thematisch gehe es zu sehr um unser Unternehmen – und zu wenig um die Interessen der Mietenden. Beides haben wir uns zu Herzen genommen. In den Mietinfos gibt es diesmal ein Special zu unseren Wohnanlagen in Lüneburg. Und wir haben insgesamt ein wenig mehr »Infotainment« ins Heft genommen.

Viel Spaß damit!

WOHNRAUM, DER LEBEN SCHÜTZT

Gundlach stellt zwei Frauenhäuser dringend benötigte Räume zur Verfügung. Damit entsteht mehr Sicherheit für Frauen in Not. Die Arbeit vor Ort bedeutet tagtäglich neue Herausforderungen.

Manchmal sind es Zahlen, die eine allzu deutliche Sprache sprechen: Im Jahr 2023 – dies ist die derzeit aktuellste Erhebung – wurden in Deutschland 256.000 Fälle von sogenannter häuslicher Gewalt polizeilich erfasst. Das sind mehr als 700 Fälle pro Tag. Die Dunkelziffer dürfte deutlich höher liegen. Der Großteil der Opfer dieser häuslichen Gewalt: Frauen. Hinter jedem dieser Fälle verbirgt sich in der Regel nicht eine einzelne Tat, sondern häufig ein jahrelanges Martyrium hinter verschlossenen Türen – an dessen Ende schlimmstenfalls der Tod stehen kann. Für 2023 verzeichnet die Statistik 360 Femizide. Mit anderen Worten: Nahezu jeden Tag wird in Deutschland eine Frau umgebracht, weil sie eine Frau ist. Zahlen, die erschrecken – und doch die Tragik der Einzelschicksale nicht annähernd abbilden können.

Nahezu jeden Tag stirbt in Deutschland eine Frau, weil sie eine Frau ist.

Frauenhäuser bieten häufig die einzige Möglichkeit, dem häuslichen Gewaltkreislauf zu entfliehen. Zwei Standorte in Hannover befinden sich in Gundlach-Objekten. Damit sie als sicherer Zufluchtsort funktionieren können, müssen ihre Adressen geheim bleiben. »Gundlach hat uns von Anfang an unterstützt«, sagt eine Mitarbeiterin, die hier zur Sicherheit ebenfalls anonym bleiben soll. »Herr Dr. Peter Hansen (früherer Geschäftsführer und Gesellschafter bei Gundlach – d. Red.) hat sich auf uns eingelassen und durch eine geringere, sozial gerechte Miete unterstützt. Zudem war er auch aktives Mitglied im Förderverein.« Seit 1979 gibt es das erste Frauenhaus bereits. »Wir freuen uns sehr, diese wertvolle Arbeit fortführen zu können und seit einigen Jahren sogar den zweiten Standort zu haben«, sagt Marco Wegner, Leiter der Wohnungswirtschaft bei Gundlach.



© Dorin Puha | iStock.com

Wie viele Frauen und Kinder pro Jahr aufgenommen werden, wird statistisch nicht erfasst. Bei den insgesamt 36 Betten für Frauen und Kinder sei man jährlich aber bei einer Auslastung von über 90 Prozent. »Als Kriseneinrichtung wäre eine Auslastung von 70 bis 80 Prozent normal«, so die Mitarbeiterin. Dann könnten spontane Aufnahmen realisiert werden und parallel Renovierungen und Reinigungen durchgeführt werden. Der Bedarf sei aber so groß, dass mittlerweile Renovierungen im laufenden Betrieb durchgeführt werden müssten.

Ein laufender Betrieb, der freilich weit mehr bedeutet als die Bereitstellung von Wohnraum. »Unsere Arbeit besteht aus psychosozialer Beratung, Existenzsicherung, pädagogischen Spielzeiten mit den Kindern, Teambesprechungen, Telefonberatung und Mailbearbeitung, der Instandhaltung und Reinigung des Hauses, der Organisation und Durchführung von Ein- und Auszügen, Vernetzungs- und Öffentlichkeitsarbeit sowie politischer Arbeit«, macht die Mitarbeiterin das umfangreiche Aufgabenspektrum deutlich.

Das Symbolbild wurde von einer von Gewalt betroffenen Frau gestaltet.

»Eine Herausforderung ist auch immer die knappe Finanzierung, da das Frauenhaus in den öffentlichen Haushalten als freiwillige Leistung gilt«, führt sie weiter aus. »Wir finanzieren uns durch Zuwendungen vom Land Niedersachsen, der Stadt Hannover und der Region Hannover. Wir sind gleichzeitig aber auch auf Spenden angewiesen, um unsere Arbeit volumnäßig realisieren zu können.« Dafür gibt es auch den Förderverein mit Spendenkonto.

»Es ist uns ein großes Anliegen und eine echte Freude, den Verein aktuell mit einer Spende von 3.000 Euro zu unterstützen«, sagt Sandy Slaby vom Gundlach-hilft-Team. »Wir wissen, wie viel Gutes hier bewirkt wird.«

Kontakt: frauenhaus-hannover.org
Spendenkonto: IBAN DE97 2505 0180 0000 7322 57
(Förderverein des Frauenhauses Hannover | Frauen helfen Frauen e.V.)

FRAUENHAUS24

Das Frauenhaus24 ist die Sofortaufnahme der drei Frauenhäuser in der Region Hannover (Frauenhaus Hannover – Frauen helfen Frauen e.V. | Frauen- und Kinderschutzhaus Hannover | Frauenhaus der AWO in der Region Hannover) für gewaltbetroffene Frauen und ihre Kinder:

Kontakt: 0800 77 080 77 | info@frauenhaus24hannover.de



Weitere Hilfsangebote

HILFETELEFON GEWALT GEGEN FRAUEN

Telefonnummer: 116 016

Das Hilfetelefon ist deutschlandweit 24/7 kostenfrei erreichbar und bietet Betroffenen Unterstützung in 17 Sprachen an. Alle Gespräche sind anonym, und die Beratenden helfen bei der Kontaktaufnahme zu regionalen Einrichtungen. Dieses Angebot richtet sich auch an Angehörige und Bekannte, die Unterstützung suchen.

FRAUENBERATUNG UND -UNTERSTÜTZUNG IN HANNOVER

Die Stadt Hannover bietet eine Vielzahl von Beratungsdiensten speziell für Frauen an, die Gewalt erfahren



haben oder in Bedrohungssituationen leben. Über das Serviceportal finden Betroffene detaillierte Informationen zu Notrufnummern und Beratungsangeboten.

SUANA – BERATUNGSSTELLE FÜR MIGRANTINNEN BEI HÄUSLICHER GEWALT, STALKING UND ZWANGSHEIRAT

SUANA ist eine Beratungsstelle von Migrantinnen für Migrantinnen und geflüchtete Frauen, die häusliche Gewalt erleben oder erlebt haben. Sie bieten Informationen und Beratung in Arabisch, Bosnisch, Kroatisch, Serbisch,



Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Kurdisch (Kurmandschi), Persisch, Polnisch, Russisch, Spanisch, Türkisch und Vietnamesisch. Weitere Sprachen auch nach Vereinbarung.

BESTÄRKUNGSTELLE HANNOVER

Die Bestärkungsstelle richtet sich gezielt an Frauen und Kinder, die Opfer von Gewalt wurden. Hier erhalten



Betroffene psychologische und soziale Unterstützung, die ihnen hilft, mit ihren Erlebnissen umzugehen und notwendige Schritte einzuleiten, um sich und ihre Familien zu schützen.

MÄNNERBÜRO HANNOVER

Auch Männer können Opfer häuslicher Gewalt werden.

Das Männerbüro Hannover bietet Beratungsdienste für Männer an, die von Gewalt betroffen sind oder die Unterstützung benötigen, um gewaltfreie Lösungen zu finden.





BAUKRAN ALS KINDERSTUBE

Überraschung Anfang Mai: In der Spitzte des Gundlach-Baukrans in Misburg hatte ein Turmfalken-Paar sein Nest gebaut. Wer genau hinschaute, konnte die flinken Vögel zwischen Mittelandkanal und Misburger Wald am Himmel ihre Kreise ziehen sehen.

»Beste Aussicht, viel Ruhe – wer kann's ihnen verdenken?«, schmunzelt Gundlach-Geschäftsführerin Nadine Otto. Nun ist es aber so, dass die Betonarbeiten im Baugebiet Neues Dichterviertel zu diesem Zeitpunkt abgeschlossen waren und der Kran eigentlich abgebaut werden sollte. Dennoch ließ Gundlach ihn stehen, bis die Greifvögel mit ihrem Nachwuchs Anfang Juli wieder ausgezogen waren.

»Was macht man, wenn geschützte Vögel den Kran als Kinderstube auserkoren haben? Richtig: Man lässt sie in Ruhe brüten«, so Nadine Otto. »Auch wenn's einiges kostet. Denn Artenschutz rechnet sich nicht in Euro – sondern in Haltung.« ◀



AUFGETAUCHT

Tauchverein befreit die Gewässer des Wohnparks am See in Empelde von Schrott und Müll

»Eigentlich kommen wir ja vom Sporttauchen«, sagt der Vereinsvorsitzende Martin Noël Lampe, »und dabei stellen wir leider immer wieder fest, dass sich im Wasser jede Menge verändert – und zwar nicht zum Positiven.« Also entwickelte sich der Verein mehr und mehr zu einem Naturschutzverein, der Geisternetze aus den Meeren zieht oder Seegraswiesen pflanzt. Oder eben Gewässer in und um Hannover von Unrat befreit. »Letztlich landet das ja alles irgendwann wieder im Meer«, erläutert Lampe, »daher auch unser Name Just 1 Ocean Diver.«

Mehrere Fahrräder, diverse Einkaufswagen, massenhaft Schrott – und jede Menge Flaschen: All dies förderte der Tauchverein bei seiner Säuberungsaktion zutage. Die Gundlach Haus- und Immobilienverwaltung (HuG) betreut den Wohnpark am See, eine Eigentümergemeinschaft mit 359 Wohnungen. Zum Ensemble gehören – wie der Name unschwer vermuten lässt – auch zwei Gewässer. Der Verein kam auf Anregung eines Mitglieds auf Gundlach zu und bot eine umfassende Säuberung an.



Und? Macht so eine Säuberungsaktion im trüben Wasser für ausgewiesene Tauchexperten eigentlich Spaß? »Klar«, sagt der Vereinsvorsitzende, »so kann man unser Hobby mit etwas Sinnvollem verbinden. Und es ist im Anschluss auch immer schön zu sehen, dass man wieder mal 'ne halbe Tonne Müll aus einem Gewässer gezogen hat – auch wenn man sich natürlich ärgert, dass der da überhaupt drin war.«

»Stimmt«, sagt Justus Fehlhauer, Objektbetreuer bei der HuG. »Vielen Dank an die Tauchtruppe, dass sie uns hier so großartig unterstützt hat. Eine wirklich rundum gelungene Aktion!« ◀

www.just1oceandiver.org



LACHEN, LERNEN, LEBEN: DIE UNIVERSELLE LUST AM SPIEL

Spielen erfüllt viele Funktionen: Es erlaubt uns, Regeln zu erlernen, ohne Gefahr zu laufen, echte Konsequenzen tragen zu müssen. Kinder üben im Spiel soziale Rollen, Erwachsene testen beim Schach oder Go strategisches Denken. Spielen schafft Gemeinschaft – sei es in der Dorfschenke beim Kartenspiel, im Wohnzimmer bei der Monopoly-Runde oder online mit Millionen Fremden in virtuellen Welten.

1 VON 3 SPIELEN GEWINNEN!
Bis spätestens 20.11.2025 Mail mit Kennwort »Astragale« an Soeren.Stegner@gundlach-bau.de senden.



HISTORIE Spielen ist älter als jede Schrift. Schon in der Steinzeit nutzten Menschen Knochenwürfel, Steine oder geschnitzte Figuren, um Jagd, Kampf oder Gemeinschaftsrituale nachzustellen. Später entstanden die Brettspiele: Das »Königliche Spiel von Ur« in Mesopotamien oder »Senet« in Ägypten verbanden schon vor Jahrtausenden Strategie mit Glück. In Griechenland und Rom kamen Würfelspiele auf. Kinder spielten mit Kreiseln und Murmeln. Im Mittelalter verbreitete sich das Schachspiel in Europa. Später brachten Karten- und Brettspiele Geselligkeit in Stuben und Wirtshäuser, ehe die Industrialisierung das Spiel zum Massenprodukt machte.



BUCKELHÖRNER oder Astragale sind die ältesten Würfel der Welt. Diese Teile des Sprunggelenks von Ziegen haben vier ungleiche Seiten. Funde aus dem Alten Orient belegen ihre Verbreitung in prähistorischer Zeit. Noch heute wird im Mittelmeerraum damit gespielt. Schon bei Homer gibt es Astragale, in Griechenland und Kleinasien wurden Sie als Würfelrakel verwendet.

TIERE Nicht nur wir Menschen spielen – auch Tiere tun es, oft mit verblüffender Ähnlichkeit. Junge Löwen balgen sich, um Jagd und Kampf zu üben, Delfine jagen Wellen oder werfen Quallen wie Bälle umher, Raben rutschen vergnügt Schneehänge hinunter. Bei vielen Arten erfüllt das Spiel mehrere Funktionen: Es trainiert Motorik und soziale Regeln, stärkt Bindungen und fördert Kreativität. Scheinbar zweckfreie Spiele – ein Hund, der einen geworfenen Stock immer wieder zurückbringt – zeigen, dass Freude und Neugier Antrieb genug sind.

Ob die Katze mit ihrem Wollknäuel oder das Kind mit seinen Bauklötzen – das Spiel verbindet uns über Artgrenzen hinweg.



LIEBLINGSSPIELZEUG bei Kindern in Deutschland ist weder das Smartphone noch PC oder Konsole – sondern nach wie vor der Ball.

SENET ist ein Spiel aus dem alten Ägypten, das Taktik und Glück verbindet.



SPIELSUCHT Wo Spiel eigentlich Freude und Gemeinschaft stiften soll, kann es in seiner extremen Form zerstörerisch wirken. Spielsucht betrifft nicht nur das Glücksspiel in Kasinos, sondern auch Online-Games oder Sportwetten. Gemeinsam ist allen Formen ein Mechanismus im Gehirn: Gewinne oder

Fortschritte setzen das Belohnungshormon Dopamin frei.

Dieses angenehme Gefühl verleitet dazu, immer wieder zu spielen – selbst wenn Geld, Zeit und Beziehungen darunter leiden. Betroffene verlieren oft die Kontrolle, verdrängen Probleme und geraten in soziale wie finanzielle Krisen.



ZUKUNFT Wie wird der Mensch in Zukunft spielen? Wahrscheinlich so vielfältig wie nie zuvor. Virtuelle Realitäten könnten Spiele in ganze Sinneswelten verwandeln, in denen wir nicht nur sehen und hören, sondern fühlen, riechen, vielleicht sogar schmecken. Künstliche Intelligenz erschafft Spielwelten, die sich unendlich anpassen: Mitspieler, die wie Freunde reagieren, Gegner, die uns besser kennen als wir selbst. Gleichzeitig könnten analoge Spiele eine Renaissance erleben – als Ausgleich zur digitalen Dauerpräsenz und bewusste Rückkehr zur haptischen Erfahrung.



44.200.000.000 €

44,2 Milliarden Euro betrug der Umsatz mit Glücksspielen in Deutschland im Jahr 2021.

1.300.000

1,3 Millionen Erwachsene in Deutschland leiden unter einer Störung durch Glücksspielen.

PC oder Konsole?

Nö! De facto spielen die meisten Deutschen zwischen 18 und 64 Jahre ihre Videospiele heute auf dem Smartphone.

< PONG

erschien bereits 1972 und war eines der ersten kommerziell erfolgreichen Videospiele. Fans spielen es noch immer.

Kinderspiele

ähneln sich weltweit. Ganz allein entstehen Varianten von Fangen oder Verstecken in allen Kulturen.

Ratten kichern

beim Spielen. Sie geben dabei Ultraschalllaute von sich, die Menschen nur mit speziellen Mikrofonen hören können.

NEWS



DOPPELTE AUSZEICHNUNG

Zweiter Platz in der Kategorie »Intelligente Nachverdichtung«: Das Architekturbüro saboArchitekten und das Landschaftsarchitekturbüro Lohaus.Carl.Köhlmus wurden für das von Gundlach beauftragte mitteNgrün im Nikolaiviertel mit dem polisAWARD für Stadt- und Projektentwicklung ausgezeichnet. Einen weiteren zweiten Platz gab es für die spektakulär begrünten Außenflächen beim GartenLust-Wettbewerb 2025 in der Kategorie »Wohnungsunternehmen«.



PARTNER VON ÄRZTE OHNE GRENZEN

Gundlach unterstützt mit einer Spende die weltweite medizinische Nothilfe der Ärzte ohne Grenzen und ist damit in diesem Jahr offizielles Partner-Unternehmen. »Die Ärzte ohne Grenzen sind bei großen Krisen ein zuverlässiger Partner – haben aber auch Krisenherde im Blick, die medial nicht so viel Aufmerksamkeit bekommen und sind auch dort als wichtige Unterstützer:innen im Einsatz. Das macht sie für uns so unterstützenswert«, sagt Sandy Slaby vom Gundlach-hilft-Team.



BRICKLYN: REIHENHÄUSER UND WOHNUNGEN ZUR MIETE

In Hannovers aufstrebendem Neubaugebiet Kronsrode entsteht ein Wohnort, der urbane Lebensqualität und naturnahe Erholung harmonisch verbindet.

IM NÖRDLICHEN BEREICH des Quartiers werden derzeit 45 hochwertige Etagenwohnungen mit Wohnflächen von 37 bis 106 m² sowie 22 moderne Reihenhäuser mit fünf bis sechs Zimmern und Wohnflächen von 139 bis 144 m² errichtet.

DAS BEDEUTET BRICKLYN

Der Name Bricklyn nimmt das Wort Brick (Klinker) auf und lehnt sich an Brooklyn an, den bekannten New Yorker Stadtteil mit seinem unverwechselbaren Backstein-Charme. Der Name steht für urbanen Stil, architektonische Qualität und Metropolen-Flair. Bricklyn vereint die Ästhetik einer urbanen Quartiersarchitektur mit der Leichtigkeit und Lebensqualität eines grünen, lebendigen Wohnumfelds.

Die Wege zu Einkaufsmöglichkeiten, Schulen, Kindertagesstätten und vielfältigen Freizeitangeboten sind kurz. Der angrenzende Stadtteilpark ist in wenigen Schritten erreicht – ein Ort für Erholung, Spiel und Begegnung. Noch weitläufiger sind die umliegenden Grünflächen: Der nahegelegene Expo-Park und das Naherholungsgebiet Kronsberg ermöglichen jede Menge Möglichkeiten für Freizeit, Sport und Familienausflüge. Gleichzeitig bietet die Lage eine hervorragende Anbindung: Mit der Stadtbahn sind es nur rund 20 Minuten in die City von Hannover, die A7, A37 und B6 binden Bricklyn an das überregionale Straßennetz an.



Die Reihenhäuser und die viergeschossigen Wohngebäude sind voraussichtlich im Frühjahr 2026 bezugsfertig. ◇



ZEHN JAHRE HAUSGEMEINSCHAFT

Die Hausgemeinschaft in der Tintentrift 2 feierte ihr zehnjähriges Bestehen mit einem fröhlichen Grillfest. Dank des Gundlach-Grillmobil mit Bierzeltgarnituren, Kühlschrank und Grill konnten die Bewohner:innen sowohl draußen als auch im Flur zusammenkommen. So herrschte trotz wechselhaften Wetters beste Stimmung. Ein schönes Beispiel für gelebte Nachbarschaft und gelungenes Miteinander!



HOFFNUNG UND PERSPEKTIVE

Ein eigenes Zuhause bedeutet Sicherheit, Würde und Teilhabe. In Hannover-Vahrenwald errichten Werkheim e.V. und die Stiftung »Ein Zuhause« gleich zwei Projekte für ehemals Wohnungslose: ein Housing-First-Gebäude mit sieben Wohnungen sowie einen Neubau mit 50 Mikroapartments.

EIN DACH ÜBER DEM KOPF und eine Tür, die man hinter sich zumachen kann: Ein Rückzugsraum, Privatsphäre, Ruhe. Für allzu viele Menschen ist dies leider keine Selbstverständlichkeit. In Hannover-Vahrenwald ist Gundlach als Bauunternehmen daran beteiligt, mit zwei Projekten ehemals Wohnungslosen den Einzug in die eigenen vier Wände zu ermöglichen.

Zum einen entsteht am Karl-Imhoff-Weg derzeit ein zweites »Housing-first«-Projekt. Vor vier Jahren war hier bereits ein ebenfalls von Gundlach für die Stiftung »Ein Zuhause« errichtetes Gebäude mit 15 Apartments bezugsfertig geworden. »Manche kamen damals mit nicht viel mehr als einer Plastiktüte direkt vom Weißekreuzplatz«, berichtet Stiftungsvertreter Alexander Sonnenberg. Das zweite Gebäude verfolgt nun auf rund 400 Quadratmetern einen ähnlichen aber doch leicht anderen Ansatz: Hier entstehen eine Fünf-Zimmer-Wohnung, drei Drei-Zimmer-Wohnungen und drei Einzelapartments. In diesen insgesamt sieben Wohnungen sollen vor allem Familien, Paare und Alleinerziehende ein Obdach finden. Die Fertigstellung ist für Ende 2026 geplant.



Freuen sich über die Grundsteinlegung: Per Lennart Klinger (Projektleiter bei Gundlach), Belit Onay (Oberbürgermeister der Stadt Hannover), Steffen Krach (Präsident der Region Hannover), Marion Timm (Vorständin bei der Diakonie Niedersachsen), Nadine Otto (Gundlach-Geschäftsführerin), Andreas Sonnenberg (Werkheim-Vorstand) und Lars H. Hansen (Architekt bei Hoffmann Architekten).

Januar						
1 Do Neujahr	2 Fr	3 Sa	4 So	5 Mo Ende Weihnachtsferien	6 Di	7 Mi
1 So	2 Mo Halbjahres-ferien	3 Di	4 Mi	5 Do	6 Fr	7 Sa
1	1	1	10	11	12	11
2	2	2	11	12	13	12
3	3	3	12	13	14	13
4	4	4	13	14	15	14
5	5	5	14	15	16	15
6	6	6	15	16	17	16
7	7	7	16	17	18	17
8	8	8	17	18	19	18
9	9	9	18	19	20	19
10	10	10	19	20	21	20
11	11	11	20	21	22	21
12	12	12	21	22	23	22
13	13	13	22	23	24	23
14	14	14	22	23	25	24
15	15	15	23	24	26	25
16	16	16	24	25	27	26
17	17	17	25	26	28	27
18	18	18	26	27	29	28
19	19	19	27	28	30	29
20	20	20	28	29	31	30
21	21	21	29	30	31	31
22	22	22	30	31		
23	23	23				
24	24	24				
25	25	25				
26	26	26				
27	27	27				
28	28	28				
29	29	29				
30	30	30				
31	31	31				

April						
1 Mi	2 Do	3 Fr	4 Sa	5 So	6 Mo	7 Do
14	14	14	15	15	16	15
15	15	15	16	16	17	16
16	16	16	17	17	18	17
17	17	17	18	18	19	18
18	18	18	19	19	20	19
19	19	19	20	20	21	20
20	20	20	21	21	22	21
21	21	21	22	22	23	22
22	22	22	23	23	24	23
23	23	23	24	24	25	24
24	24	24	25	25	26	25
25	25	25	26	26	27	26
26	26	26	27	27	28	27
27	27	27	28	28	29	28
28	28	28	29	29	30	29
29	29	29	30	30	31	30
30	30	30	31	31		

Mai						
1 Fr Maifeiertag	2 Sa	3 So	4 Do	5 Fr	6 Sa	7 So
23	23	23	24	24	24	24
24	24	24	25	25	25	25
25	25	25	26	26	26	26
26	26	26	27	27	27	27
27	27	27	28	28	28	28
28	28	28	29	29	29	29
29	29	29	30	30	30	30
30	30	30				

Juli		August		September		Oktober		November		Dezember	
1 Mi		1 Sa		1 Do		1 So		1 Di		1 Di	
2 Do	Beginn Sommerferien	2 So		2 Mi		2 Mo		2 Mi		2 Mi	
3 Fr		3 Mo		3 Do	36	3 Do		3 Di	49	3 Do	49
4 Sa		4 Di		4 Fr		4 Mi		4 Fr		4 Fr	
5 So		5 Mi	32	5 Sa		5 Do		5 Sa		5 Sa	
6 Mo		6 Do		6 So		6 Fr		6 So		6 So	
7 Di		7 Fr		7 Mo		7 Sa		7 Mo		7 Mo	
8 Mi	28	8 Sa		8 Di		8 So		8 Di		8 Di	
9 Do		9 So		9 Mi	37	9 Fr		9 Mo	50	9 Mi	50
10 Fr		10 Mo		10 Do		10 Sa		10 Di		10 Do	
11 Sa		11 Di		11 Fr		11 So		11 Mi	46	11 Fr	
12 So		12 Mi	Ende Sommerferien	12 Sa		12 Mo	Beginn Herbstferien	12 Do		12 Sa	
13 Mo		13 Do	33	13 So		13 Di		13 Fr		13 So	
14 Di		14 Fr		14 Mo		14 Mi		14 Sa		14 Mo	
15 Mi	29	15 Sa		15 Di		15 Do	42	15 So		15 Di	
16 Do		16 So		16 Mi	38	16 Fr		16 Mo		16 Mi	51
17 Fr		17 Mo		17 Do		17 Sa		17 Di		17 Do	
18 Sa		18 Di		18 Fr		18 So		18 Mi	47	18 Fr	
19 So		19 Mi	34	19 Sa		19 Mo		19 Do		19 Sa	
20 Mo		20 Do	30	20 So		20 Di		20 Fr		20 So	
21 Di		21 Fr		21 Mo		21 Mi	43	21 Sa		21 Mo	
22 Mi		22 Sa		22 Di		22 Do		22 Di		22 Di	
23 Do	30	23 So		23 Mi		23 Fr		23 Mo	Beginn Weihnachtsferien	23 Mi	
24 Fr		24 Mo		24 Do		24 Sa	Ende Herbstferien	24 Di		24 Do	
25 Sa		25 Di		25 Fr		25 So	Ende Sommerzeit	25 Mi	48	25 Fr	1. Weihnachtstag
26 So		26 Mi	35	26 Sa		26 Mo		26 Do		26 Sa	2. Weihnachtstag
27 Mo		27 Do	27	27 Do		27 Fr		27 Fr		27 So	
28 Di		28 Fr		28 Mo		28 Sa		28 Mo		28 Mo	
29 Mi		29 Sa		29 Di		29 Do		29 Di		29 Di	
30 Do	31	30 So		30 Mi		30 Fr		30 Mo		30 Mi	
31 Fr				31 Mo		31 Sa	Reformationstag	31 Do			



PURPURBLAUE PASTA-SINFONIE

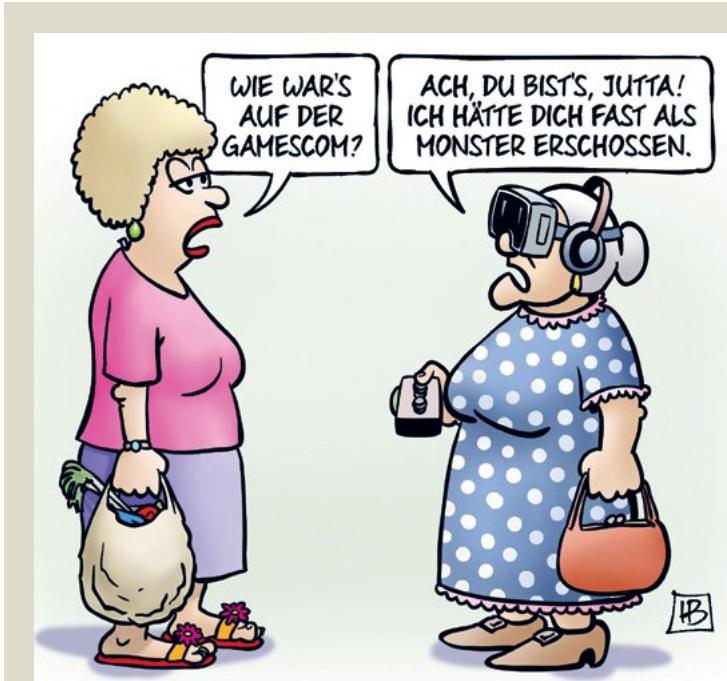
Das Gundlach-Wintergericht – von Sören Stegner

Zutaten

- für zwei Personen
- 1 Zwiebel
 - 1 Glas Rote Bete (ca. 220 g Abtropfgewicht)
 - 175 g Blauschimmelkäse
 - 100 ml Schlagsahne
 - etwas Bratöl
 - Salz/Pfeffer
 - 200 g Nudeln (Sorte nach Belieben)
 - Parmesankäse
- Die Nudeln nach Packungsanweisung kochen.
- Zwiebel würfeln und glasig anbraten.
- Die Rote Bete abgießen (Flüssigkeit auffangen) und ebenfalls würfeln.
- Den Blauschimmelkäse in Stücke schneiden, einige Stücke zur Dekoration aufheben.
- Die Rote-Bete-Würfel, die Rote-Bete-Flüssigkeit aus dem Glas, den Blauschimmel-Käse und die Sahne mit in die Pfanne geben und alles etwa fünf Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen bis der Käse geschmolzen ist.
- Die Nudeln abgießen und mit der Sauce mischen oder die Sauce über den Nudeln verteilen.
- Mit den zurückbehaltenen Blauschimmelkäse-Stücken dekorieren.
- Nach Belieben mit Parmesankäse bestreuen.

In der dunkel-kalten Jahreszeit wärmt ein außergewöhnliches Nudelgericht nicht nur den Körper, sondern auch die Seele. Mit wenigen, preiswerten Zutaten entsteht hier in nur rund 20 Minuten eine ausgefallene Kulinarik-Kreation: Zarte Pasta trifft auf erdige Rote Bete und cremigen Blauschimmelkäse. Die Kombination begeistert mit intensiven Aromen, ist aber einfach zubereitet und perfekt für gemütliche Abende.

Ein farbenfrohes Wintergericht zum Wohlfühlen!



© Harm Bengen/toonpool.com



IHRE MEINUNG? GEBRN!

Fragen, Lob und Kritik zum Heft
bitte an Sören Stegner. E-Mail:
Soeren.Stegner@gundlach-bau.de
oder per Post.

IMPRESSUM+

Herausgeber:

Herausgeber:
Dr. Frank Eretge, Nadine Otto
Gundlach Bau und Immobilien GmbH & Co. KG
Am Holzgraben 1 | 30161 Hannover
Tel. 0511.3109-0 | gundlach-bau.de

Redaktion: Sören Stegner (Verfasser aller nicht namentlich gekennzeichneter Beiträge), Frank Scharnowski, Marco Wegner

Gestaltung: eindruck.net **Druck:** Umweltdruckhaus
Gedruckt auf FSC- und PEFC-zertifiziertem Material:
Circle Offset Premium White aus 100 Prozent
Altpapier, chlорfreie Bleichung

