

Zuhause

IN RHEINE

DAS MAGAZIN FÜR MITGLIEDER, FREUNDE & FÖRDERER
DES WOHNUNGSVEREINS RHEINE

Klein, aber fein:
Die besten Tipps bei
Platzmangel

Seite 08



Sparen im Alltag:
Kleine Rente – was tun?

Seite 10



Gemeine Schmerzen:
Was tun bei Muskelkater?

Seite 15



Eher leidiges Wetter; aber lustige Stimmung:
Tag der offenen Tür
beim Wohnungsverein

Seite 04



Foto © WVR Rheine



Geld zurücklegen fürs Enkelkind:

Auf keinen Fall ins Sparschwein



Fürs Enkelkind nur das Beste, soviel ist klar. Doch finanzielle Unterstützung oder Vorsorge in Zeiten niedriger Zinsen ist schwierig. Was können Opa und Oma tun?

Früher war alles einfacher: Geld fürs Enkelkind kam zuerst ins Sparschwein und danach jährlich aufs Sparbuch. Mit 18 Jahren hatte sich mit den Zinsen ganz schön was angesammelt.

Eine vernünftige Rendite ist so heute leider nicht mehr drin. Die Inflation frisst in vielen Fällen schon auf, was Zinsen abwerfen. Alternativ unterscheiden Experten folgende Kategorien:

- (1) **Spar- und Girokonten.** Sie eignen sich vor allem für kleinere Geldgeschenke. Oft findet man speziell verzinsten Angebote für Minderjährige. Nachteil dann: Die Einzahlung ist in der Höhe „gedeckelt“.
- (2) **Festgeldkonten.** Für höhere Geldbeträge sind sie die bessere Variante. Immerhin: Auch hier gibt es Sonderangebote.
- (3) **ETF-Sparpläne.** Sie eignen sich für regelmäßige Einzahlungen und haben den Vorteil, dass eine höhere Rendite erzielt werden kann. Allerdings: Auch das Risiko ist größer. Das Geld fließt in sog. Indexfonds, die bestimmte Aktienindizes nachbilden.

Am Ende entscheidet das – jeder für sich. Wichtig ist: Für Geldanlagen, die auf den Namen eines Kindes eröffnet werden, gelten besondere Bedingungen – was die Verwaltung des Kontos oder Verfügungsberechtigungen angeht. Über Details informieren die Banken.

Umstritten sind sog. Ausbildungsversicherungen, Kapitallebensversicherungen im Grunde, die das Ansparen auch für den Todesfall absichern. Leider gilt: Da das Versicherungsrisiko oft hoch ist, sind es auch die Kosten, und am Ende bleibt wenig Rendite. Experten raten daher von einer Kombination von Geldanlage und Versicherung ab.



Lese-Tipp zum Thema: Die Studie von „Finanztest“.

Für 2,50 Euro erhältlich unter:
<https://www.test.de/Sparen-fuer-Kinder-Die-beste-Rendite-fuer-den-Nachwuchs-4824915-0/>

Liebe Leserinnen & Leser,

zunächst einmal möchte ich mich auch im Namen meines Vorstandskollegen bei allen Mitgliedern, Kunden und Geschäftspartnern für die positiven Rückmeldungen zu unserem Tag der offenen Tür am 09.03.2019 bedanken. Leider konnten uns nicht alle besuchen. Ein paar Eindrücke haben wir daher in dieser Ausgabe unseres Magazins auf den Seiten 4 und 5 für Sie festgehalten.

All diejenigen, die in den letzten Jahren aufmerksam unser Magazin gelesen haben, wissen, dass ein Wechsel im Vorstand der Wohnungsverein Rheine eG ansteht. Davon ist auch die Geschäftsführung der Wohnungsverein Rheine Betreuungs- und Verwaltungsgesellschaft mbH betroffen. Wie bereits berichtet, wird Herr Hubert Scharlau zum 30.06.2019 nach über sechs Jahren altersbedingt beide Ämter abgeben. Übernommen werden sie mit Wirkung zum 01.07.2019 von unserem ehemaligen Aufsichtsratsmitglied Herrn Jochen Diekmann.

Ich bedauere sehr, dass auch Herr Hans Horstmann, langjähriges Mitglied des Aufsichtsrats, mit der Mitgliederversammlung am 25.06.2019 altersbedingt aus seiner Funktion ausscheiden wird. Eine Aufgabe der Versammlung wird es daher sein, zwei neue Aufsichtsratsmitglieder zu wählen.

Meine zweite Amtszeit in Rheine, die laut Beschluss des Aufsichtsrates am 01.01.2020 beginnt und am 31.12.2024 endet, wird sicher maßgeblich durch die städtebauliche Neuordnung an der Breite Straße, Richard-, Windthorst- und Parkstraße geprägt sein. Spätestens im November 2019 werden wir wohl die Hochbauplanungen des ersten Bauabschnitts beim Bauamt der Stadt Rheine einreichen können – nach einer Planungs- und Genehmigungsphase,

die im übrigen vom ersten städtebaulichen Ideenwettbewerb (17.11.2014) bis zum Satzungsbeschluss für den rechtskräftigen Bebauungsplan (vermutlich 09.07.2019) über 4,5 Jahre dauerte. Auch die ersten Anträge zur öffentlichen Förderung werden wird dann zeitgleich beim Land NRW stellen. Sollte alles wie geplant klappen, könnten wir im Frühjahr 2020 mit den ersten Hochbaumaßnahmen im Quartier beginnen.

Ein weiterer Meilenstein zur Verbesserung der Infrastruktur wird im Mai 2019 auch die Eröffnung der Tagespflege im Gesundheitszentrum Dorenkamp sein – ein Angebot, das die Versorgungssicherheit älterer Bewohner im Stadtteil „Dorenkamp“ stärken wird. Doch auch für die jüngeren tut sich etwas im Stadtteil. Denn ein Grundstückstausch zwischen Stadt Rheine und Wohnungsverein hat es möglich gemacht, dass die Wohnungsgesellschaft der Stadt Rheine bereits im Dezember 2018 damit beginnen konnte, an der Bühnertstraße einen Viergruppen-Kindergarten zu bauen. Träger des Kindergartens, der bautechnisch sogar noch um eine Gruppe erweitert werden kann, ist das Christliche Jugenddorf Versmold.

Soweit die wichtigsten Informationen. Nun aber viel Spaß bei der Lektüre unseres aktuellen Magazins. Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ein paar sonnige Sommermonate.

Herzlichst Ihr

Ludger Hellkuhl

Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen!

**Wohnungsverein
Rheine**
VERMIETEN/VERWALTEN/MODERNISIEREN

// Einladung zur Mitgliederversammlung

Die diesjährige Mitgliederversammlung findet statt am
Dienstag, den 25. Juni 2019 um 18:00 Uhr,
am Firmensitz, Leugermannstraße 1 in Rheine.



Wohnungs-Verein Rheine eG // Leugermannstraße 1 // 48431 Rheine // Tel. 059 71 4080
WWW.WOHNUNGS-VEREIN-RHEINE.DE



WVR
intern



Wohnen
Einrichten



Fitness
Gesundheit



Tipps
Trends



Rätsel
Spaß

Inhalt

Eher leidiges Wetter, aber lustige Stimmung:

04 Tag der offenen Tür beim
Wohnungsverein

Termine und Veranstaltungen:

06 Haus Wohnungsverein

Klein, aber fein:

08 Die besten Tipps bei
Platzmangel

Sparen im Alltag:

10 Kleine Rente – was tun?

Aktuelles vom Wohnungsverein:

12 Kurz notiert

Spiel und Spaß mit Sudoku und Co.:

14 Rätselhaft

Gemeine Schmerzen:

15 Was tun bei Muskelkater?



Eher leidiges Wetter, aber lustige Stimmung:

TAG DER OFFENEN TÜR



Der „Wettergott“ meinte es nur mäßig gut. Das konnte die Besucher aber auch nicht aufhalten. Über 600 Menschen haben unseren „Tag der offenen Tür“ am 09. März genutzt, um sich selbst vor Ort ein Bild von den neuen Geschäftsräumen des Wohnungsvereins Rheine zu machen. Immerhin 15 Monate reine Bauzeit hatte das Projekt zuvor verschlungen. Unter den Besuchern war man sich aber offenbar einig: Das Ergebnis kann sich sehen lassen.

Der eigentliche Umzug des Wohnungsvereins hatte bereits vor einigen Monaten stattgefunden: Am 26. September des vergangenen Jahres. Zum Stichtag wurden die drei alten Standorte an der Adolf- und Lindenstraße sowie die Werkhallen der Firma Lammering aufgegeben und es hieß umzusiedeln an den nun neuen Firmensitz in Rheine R, an die Leugermannstraße 1. Der Aufwand, der mit einem Umzug dieser Größenordnung verbunden ist, kann vermutlich gar nicht überschätzt werden. Aber: Das Ergebnis war es am Ende doch allemal wert, da alle Unternehmensteile nun an einem einzigen Standort zusammengeführt werden konnten. Und das in modernsten Räumlichkeiten.

Beeindruckender Regiebetrieb

Was unsere Besucher am „Tag der offenen Tür“ besonders erstaunte: Wie groß doch unser eigener Regiebetrieb ist und wieviel handwerkliche Kompetenz wir (für unsere Mitglieder) vorhalten. Nun: Nicht umsonst waren in früheren Zeiten Werkhallen erforderlich, um die 27 firmeneigenen PKW's, zwei Radlader, einen Traktor sowie einen Minibagger unterzubringen. Nun befinden sich sämtliche Gefährte an einem einzigen Ort, einer 1.858 m² großen Fahrzeughalle, und nebenan ist zudem noch eine Tischlerei, eine Schlosserei sowie eine Waschanlage untergebracht. 953 m² umfasst allein das Lager des Wohnungsvereins, in dem diverse Materialien für die tägliche Instandhaltung vorgehalten werden. Wir nennen es liebevoll unseren betriebseigenen „Baumarkt“.

Modern und großzügig sind aber auch die Räumlichkeiten für unsere Kaufleute und/oder Angestellte in der Verwaltung. Die gesamte Bürofläche beträgt 1.388 m², dazu gesellen sich Sozialräume in der Größenordnung 228 m²; eine Kantine ist ebenso vorhanden wie eine eigene Küche, Umkleieräume und Duschen. Schulungs- und Besprechungsräume sind eine Selbstverständlichkeit.

Informationen und Würstchen für umsonst

Insgesamt eine ziemlich beeindruckende Sache. Das fanden auch unsere Besucher: Sie nahmen sich die Zeit, um alles besonders genau zu inspizieren und die eine oder andere interessierte Detailfrage zu stellen. Nicht wenige hatten ihre Kinder mitgebracht, für deren Unterhaltung und Abwechslung der Wohnungsverein mit einer Hüpfburg, einem Sandkasten zum Spielen oder einer Eisenbahn zum Mitfahren natürlich ebenfalls gesorgt hatte. Und wenn irgendwann der Hunger oder Durst so richtig durchschlug, standen mit Kaffee, Cola oder Bier und dutzenden kleinen Köstlichkeiten, die man mal eben so zwischendurch im Gehen, Stehen oder Sitzen zu sich nehmen konnte, alles Wünschenswertes bereit. Diverse Schnitzel, Pommes, Bratwürste, Frikadellen und Mantaplatzen wurden so binnen weniger Stunden verteilt.

Uns hat es viel Spaß gemacht! Vielleicht wiederholen wir so ein tolles Ereignis noch ein anderes Mal.



Werkhalle



BEIM WOHNUNGSVEREIN

Was unseren neuen Firmensitz auszeichnet.

Die Infos für alle Technikinteressierten:

- Gasbrennwertkessel mit zusätzlicher Wärmepumpe
- Lüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung
- Fußbodenheizung im Winter, -kühlung im Sommer
- Einzelraumklimatisierung in den Besprechungs- und Sozialräumen
- Alarmanlage und Videoüberwachung des Außenbereichs
- Stromerzeugung über eine eigene 205 kWp Photovoltaik-Anlage
- Bürogebäude im KW 50-Standard



EG



Galerie 1. OG



Eingangsbereich



Fuhrpark



Bustransfer





Foto: © VW Bremer

Seminar, Geburtstag oder Taufe

Der passende Rahmen: das „Haus Wohnungsverein“

Die Räumlichkeiten des „Haus Wohnungsverein“ können von unseren Mietern und Mitgliedern, aber auch von nicht der Genossenschaft angehörenden Interessenten für private Anlässe oder Seminare angemietet werden. Unseren Mietern und Mitgliedern stellen wir die Räume zum Vorzugspreis zur Verfügung.

ANMIETUNG FÜR PRIVATE ANLÄSSE

Raummiete	je Tag
Schankraum & Kaminzimmer bis 40 Pers.	100 € (80 € für Mitglieder)
Obergeschoss bis 80 Pers.	100 € (80 € für Mitglieder)
Reinigung pauschal	40 €
Betriebskosten pauschal	30 €
Kaution	200 €

Bei genossenschaftsinternen Veranstaltungen (Nachbarschaftsfeste, etc.) werden nur die Reinigungs- und Betriebskostenpauschale berechnet.

ANMIETUNG FÜR SEMINARE

Raummiete pauschal	bis 4 Std.	ganztägig
Schankraum & Kaminzimmer bis 30 Pers.	50 €	100 €
Obergeschoss bis 60 Pers.	50 €	100 €
Reinigung pauschal	12 €	24 €
Betriebskosten pauschal	15 €	30 €
Kaution	entfällt	

Alle Preise sind Bruttopreise, inkl. 19% Ust.

Veranstaltungen



Klönen, Plaudern, Quatschen



Kaffee & Kuchen im „Haus Wohnungsverein“

Nach Kaffee duftet es regelmäßig montags ab 14.30 Uhr im „Haus Wohnungsverein“. Dann wird das Kaminzimmer für einen gemütlichen Nachmittag bei Kaffee & Kuchen hergerichtet. Auf ein Programm wird bewusst verzichtet. Im Mittelpunkt steht die gemeinsame Unterhaltung, es wird eifrig gequatscht, geklönt, getratscht, so dass die Teilnehmer immer „auf dem Laufenden“ sind. Alle Mieter, Mitglieder und Freunde sind jederzeit herzlich willkommen! Wer Lust hat, schaut einfach zum Reinschnuppern vorbei.

- Termin:** Montag, 14.30 Uhr
- Ort:** Haus Wohnungsverein, Kaminzimmer
- Service:** Frau Menke - Strickerschmidt, Frau De Kruif
- Kosten:** 3,50 €/Pers. für Kaffee & 1 Stk. Kuchen
- Anmeldung:** nicht erforderlich

Reingeschnuppert ...
Haben Sie Lust auf ein Tässchen Kaffee?
Dann kommen Sie zu uns!

Gemeinschaft leben



Geselliger Nachmittag im „Haus Wohnungsverein“

An jedem vierten Dienstag im Monat findet ein geselliges Beisammensein für Mitglieder unserer Genossenschaft im „Haus Wohnungsverein“ statt. Der Nachmittag beginnt mit einem gemütlichen Kaffeetrinken mit Gelegenheit zum Klönen. Hin und wieder wird ein kleines Programm vorbereitet. Ob gemeinsames Singen, Basteln oder Geschichten vorlesen, es ist für jedermann etwas dabei! Alle Mieter, Mitglieder und Freunde sind herzlich willkommen!

- Termin:** 4. Dienstag / Monat, 14.30 Uhr
- Ort:** Haus Wohnungsverein, Kaminzimmer
- Leitung:** Frau Heitmann
- Kosten:** freiwilliger Beitrag für Kaffee & Kuchen
- Anmeldung:** nicht erforderlich

Dazugesellt ...
Fühlen Sie sich auch angesprochen? Dann schauen Sie rein, das Angebot ist für jedermann offen!



Gemeinsam fit bleiben

Fröhliche Gymnastik für Senioren

Die Gymnastik beginnt mit einer kurzen Aufwärmphase nach Musik, dann sorgen kleine Handgeräte wie Reis-säckchen, Bälle, Stäbe oder Hanteln für Abwechslung. Die Übungen erfolgen im Stand und sitzend im Stuhlkreis. Ein gemütliches, selbst organisiertes Kaffeetrinken rundet den Kurs ab.

- Termin:** Jeden Mittwoch:
Senioren-Gymnastik: 14.30 – 15.30 Uhr
Anschl. Kaffee: 15.30 – ca. 16.30 Uhr
- Ort:** Haus Wohnungsverein, Obergeschoss
- Ltg. Gymnastik:** Frau Dagmar Fleddermann
- Service:** Frau Menke - Strickerschmidt
Frau De Kruif
- Kosten:** 25,- € für 10 Termine
- Anmeldung:** nicht erforderlich

Spielfreude miteinander teilen



Doppelkopf, Rommé & Skat im „Haus Wohnungsverein“

Donnerstags wird im „Haus Wohnungsverein“ Karten gespielt! Ab 17.30 Uhr treffen sich alle Mieter, Mitglieder und Freunde, die Freude an Rommé, Skat oder Doppelkopf haben. In der großen Runde lassen sich schnell Mitspieler finden. Karl-Heinz Schäfer unterstützt die Gruppe ehrenamtlich und sorgt für einen reibungslosen Ablauf. Weitere Teilnehmer sind jederzeit herzlich willkommen!

- Termin:** Donnerstag, 17.30 Uhr
- Ort:** Haus Wohnungsverein, Erdgeschoss
- Leitung:** Herr Schäfer
- Kosten:** kostenlos, Getränkepreis 1 Euro
- Anmeldung:** nicht erforderlich

Mitgespielt ...
Haben Sie Lust, dabei zu sein?
Dann schauen Sie einfach mal rein!

Besuchen Sie uns im Haus Wohnungsverein ...

- Zeiten:**
- Mo.** 13.00 - 17.00 Uhr
- Mi.** 13.30 - 17.00 Uhr
- Fr.** 8.00 - 11.00 Uhr

Kontakt:
Fr. Menke-Strickerschmidt,
Fr. De-Kruif
E-Mail: fred.menke@osnanet.de
Tel. 059 71 / 803 20 44



Foto: © iStock.com/for Mary-Anne, fjd / Dan Mitchell

Klein, aber fein:

Die
besten
TIPPS
bei

PLATZMANGEL

Eine größere Wohnung hätten wir alle gern. Wenn das aber einfach nicht geht, dann hilft nur noch eines: Aus dem, was da ist, das Beste machen. Denn selbst ein wirklich mickriges Raumangebot kann man durchaus pfiffig nutzen. Und so, dass es auch noch gut aussieht.

Zuhause fehlt es an Platz? – Willkommen im Club, denn an Platz fehlt es eigentlich doch immer, oder etwa nicht? Nur: Wie damit umgehen? Was tun? Zugegeben: Die eine optimale Lösung für alle gibt es nicht. Denn für den einen sind – je nach Lebensumständen – 30 m² wenig Raum, für den anderen schon 60 m². Zudem ist die Frage nach der Nutzung des zur Verfügung stehenden Raums ohnehin eine des Geschmacks und vielleicht auch – der Finanzen. Womöglich helfen ein paar ganz allgemeine Tipps aber dennoch weiter.

Funktionalität an erster Stelle

Denn in einem sind sich die Experten einig: Mit der richtigen Einstellung fängt es an. Am Anfang hat die folgende Einsicht zu stehen: Kleine Wohnungen können einfach nicht so viel leisten wie große. Also darf man sie auch nicht überfordern. Das aber heißt praktisch: Man sollte tunlichst darauf verzichten, sie vollzustopfen – auch wenn all die vielen Kleinigkeiten irgendwie wertvoll und bedeutsam sind. De facto machen sie eine kleine Wohnung noch kleiner. Wichtiger als alles Individuelle ist stattdessen – Funktionalität. Also praktische Lösungen.

Eines der allergrößten Probleme bei wenig Platz lautet: Stauraum. Denn Stauraum wird in jeder Wohnung benötigt. Doch woher nehmen, wenn nicht stehen?

In kleinen Wohnungen lässt sich dafür insbesondere die Fläche unter dem Bett nutzen. Wenn ein Bettkasten bereits integriert ist – umso besser. Für wenig Geld sind solche Kästen aber auch aus Hartplastik erhältlich und verfügen über Rollen, so dass man sie ohne Anstrengungen unter das Bett schieben und wieder herausziehen kann. Sie leben in einem Altbau? Wenn die Deckenhöhe es zulässt,



kommt womöglich ein Hochbett in Frage, denn das schafft jede Menge Stauraum. Ein Wandschrank im Schlafzimmer, der von Wand zu Wand und vom Boden bis zur Decke reicht, ist nicht nur ein Platzwunder, er fällt als Begrenzung oder Einschränkung von Raum erst gar nicht auf! Und auch im Rest der Wohnung eignen sich Einbauschränke jeder Art und Größe, wenn sich mit ihnen sonst ungenutzte Ecken und Nischen füllen lassen. Wenn die „Standardangebote“ von Möbelherstellern hier nicht passen sollten: Selber bauen! Hauptsache, kein Platz verschenken.

Auf der Suche nach dem passenden Konzept

Der schlimmste Platzfresser in der Küche sind Kochinseln. Sie sind elegant und sehr großzügig, benötigen aber gerade deswegen viel Raum. Umgekehrt gilt: Wenn es sein muss, lässt sich eine komplette Küche durchaus an einer einzigen Wand unterbringen – auch wenn das womöglich auf eine Frage des Geldes hinauslaufen könnte. Man benötigt dafür eine Art Funktionsschrank, aus dem quasi alles „herausgeklappt“ wird, was man gerade benötigt. Ausgesprochen hilfreich kann es in der Küche auch sein, an einer Wand einen Klappstisch zu befestigen, denn der lässt sich prima als zusätzliche Arbeitsfläche nutzen. Und in den Küchenecken eignen sich Schränke immer dann besonders gut, wenn sie über integrierte Drehböden verfügen, da sie es erlauben, den zur Verfügung stehenden Raum bis in die hinterste Ecke hinein voll auszunutzen.

Inspiration ist alles. Auf der Suche nach Ideen für ein hübsches Zuhause unter Gesichtspunkten der Praktikabilität lohnt es sich

zudem, sich mal allgemein mit dem Thema „Funktionsmöbel“ zu befassen. Dabei handelt es sich um Produkte, die sich insbesondere durch ihre Vielseitigkeit und Wandelbarkeit auszeichnen. Sie sind im Grunde auf die eher kleine Wohnung und ein geringeres Platzangebot hin konzipiert. Bekannt ist natürlich das Schlafsofa, das im Fall von Gästebesuch zum Bett umfunktioniert werden kann, ansonsten aber das heimische Wohnzimmer schmückt. Ebenso geläufig ist inzwischen der Möbel-Waschtisch fürs Badezimmer, der Waschbecken und Unterschrank integriert und eine perfekte Ausnutzung des vorhandenen Raums möglich macht. Aber: Was unter dem Stichwort der „Funktionsmöbel“ an Lösungen präsentiert wird, das reicht doch weit darüber hinaus. Schlaumachen lohnt.

Schließlich noch ein paar kleinere Hinweise, damit Räume größer wirken:

- (1) Greifen Sie als „Wandschmuck“ lieber zu einem großen Bild mit großzügigem Motiv (etwa: Landschaften) als zu vielen kleinen Bildern.
- (2) Streichen Sie Wände und Decken in einem möglichst hellen Farbton. Variieren Sie diesen Farbton nicht allzu stark.
- (3) Vermeiden Sie ein zentrales Deckenlicht. Es führt zu einer „Kammer-Atmosphäre“. Arbeiten Sie mit Licht. Inszenieren Sie mit seiner Hilfe Zimmerwände. Hellen Sie die dunklen Ecken auf. Strahlen Sie Decken an. Ideal ist die sog. „Randzonenbeleuchtung“.
- (4) Mal wieder Aufräumen!



Sparen im Alltag:

Kleine Rente

– was tun?



Mit sehr wenig Geld auskommen müssen: Im Alter ist das keine Seltenheit. Bei vielen reicht die Rente hinten und vorne nicht, und die finanziellen Belastungen steigen. Tiefe Löcher in die Haushaltskasse reißen oft auch zunehmende Aufwendungen für die eigene Gesundheit. Ein kluges Finanzmanagement ist dann das A und O.

Ist die Kasse knapp, dann sind findige Lösungen nötig. Denn wie Geld einzusparen ist, dafür gibt es schon den einen oder anderen Weg. Hilfreich ist es dabei, mit einem Kassensturz zu beginnen. Denn erst wenn klar ist, was wofür ausgegeben wird, kann auch sinnvoll „der Rotstift“ angesetzt werden. Aus diesem Grund geht letztlich rein gar nichts über ein Haushaltsbuch, in dem über ein paar Monate minutiös aufgeführt wird, welche Ausgaben welchen Einnahmen gegenüberstehen. Nicht selten wird erst auf diese Weise der Blick frei auf Geldausgaben, die entweder deutlich zu hoch ausfallen oder schlichtweg überflüssig sind. Das können zum Beispiel Versicherungen sein, verzichtbare Zeitschriftenabonnements oder auch allzu hohe Strom- und Heizungskosten. Schon das konsequente Ausschalten von elektronischen Geräten und ein Verzicht auf deren Betrieb im Standby-Modus (Stecker ziehen!) kann bis zu 100 Euro im Jahr bringen.

Seniorenrabatte konsequent nutzen

Einige Sparmöglichkeiten ergeben sich auch mit Hilfe einer gezielten Ausnutzung von Rabatten. Viele Senioren wissen überhaupt nicht, dass Kommunen, staatliche Stellen und Dienstleister oft günstige Angebote bereithalten, die sich ausschließlich an die Gruppe älterer Menschen richten. Das reicht von preisreduzierten Tickets für den öffentlichen Personenverkehr und ermäßigten Tarifen im Kulturbereich (etwa: Theater, Freibad, Museen, Büchereien) bis hin zu kostenlosen Girokonten bei Banken (wobei freilich darauf zu achten ist, dass es tunlichst Geldautomaten in der Nähe gibt). Als erhebliche Belastung empfinden viele zudem die Rundfunkgebühren. Doch unter bestimmten Bedingungen (zum Beispiel: Behinderung) ist auch hier eine Befreiung oder jedenfalls eine Reduzierung möglich.

Augen auf beim Medikamentenkauf

Ein wichtiges Thema im Alter ist die Gesundheit. Und kostenintensiv ist diese Gesundheit nicht selten auch. Früher war man so gut wie nie krank und jetzt gibt man ein Heidengeld für allerlei Pillen und Salben aus. Da kann es ein echter Tipp sein, statt teurer Markenware lieber Generika (Nachahmerprodukte) zu kaufen, die meist erheblich günstiger sind. Die Versandapotheken im Internet weisen oft schon von sich aus darauf hin, dass es preiswertere Alternativen gibt – und warum nicht den Apotheker „um die Ecke“ direkt danach fragen? Bei den meisten rezeptfreien Medikamenten schließlich tobt der Wettbewerb, denn die stationären und Internetapotheken sind in der Preisgestaltung völlig frei. Deshalb lohnt hier auf jeden Fall der Vergleich. Und nicht vergessen: Sämtliche Quittungen über verschreibungspflichtige Präparate aufbewahren! Denn wenn Zuzahlungen in Summe eine „Belastungsgrenze“ von 2% der jährlichen Bruttoeinnahmen überschreiten, so kann bei den Krankenkassen ein Antrag auf Befreiung von den gesetzlichen Zuzahlungen gestellt werden.

Zuverdienen ja – aber richtig

Immer mehr Senioren verdienen sich auch zur Rente noch etwas hinzu. Dabei ist allerdings zu berücksichtigen, dass eventuelle Verdienstgrenzen, die vom Gesetzgeber gezogen werden, nicht überschritten werden. Wenn die sog. „Regelaltersgrenze“ bereits erreicht ist, spielt das keinerlei Rolle mehr und es kann unbegrenzt dazuverdient werden. Vorher, also im Fall eines vorzeitigen Rentenbezugs (etwa aus Gründen der Erwerbsunfähigkeit), gilt das allerdings nicht. Im Zweifel sollte eine Auskunft bei der Deutschen Rentenversicherung eingeholt werden.

Regelaltersgrenze – was ist das?

Für Rentenversicherte, die vor dem 01.01.1947 geboren sind, liegt sie bei 65 Jahren. Für alle, die nach dem 31.12.1946 geboren sind, wird sie schrittweise auf 67 Jahre angehoben.

Vorsicht ist übrigens angesagt bei sämtlichen Jobangeboten, typischerweise im Internet oder in den Kleinanzeigen regionaler Tageszeitungen, die mit einem einträglichen Zuverdienst werben und sich dabei gar nicht selten direkt an bereits verrentete Senioren wenden. Oft wird dort mit hanebüchenen Versprechungen ein hohes zusätzliches Einkommen in Aussicht gestellt, für das noch dazu kaum etwas zu tun sei, eventuelle „Tätigkeitsbeschreibungen“ bleiben intransparent und eher vage. Hinter diesen so wohlklingenden Angeboten stecken leider in der Regel windige Geschäftemacher und Abzocker, denen es allein darum geht, gutgläubigeren älteren Menschen auch noch das letzte Geld aus der Tasche zu ziehen. Finger weg!

Unser Tipp, wenn es wirklich gar nicht mehr geht und die Schulden nur immer weiterwachsen: Es ist weder peinlich noch ehrenrührig, den Rat eines Fachmanns in Anspruch zu nehmen, um Probleme dauerhaft in den Griff zu bekommen. Die Schuldnerberatung kann helfen.





Noch mehr Profis des Wohnungsvereins

In den zurückliegenden Ausgaben unseres Mitgliedermagazins haben wir Ihnen zwischenzeitlich alle Bereiche unseres Servicebetriebes vorgestellt. Für die kfm. Abwicklung des Servicebetriebes von der Instandhaltungsaufnahme, Versicherungsschadensabwicklung bis hin zur Beauftragung von Bauaufträgen für unsere Neubau- und Modernisierungsmaßnahmen sorgt das Team um unseren Leiter Herrn Christian Schweer:



v.l.n.r.:
Claudia Donnermeyer,
Thomas Jansen,
Tanja Zimmermann,
Leiter Christian Schweer,
Ute Eilting,
Thomas Gerken,
n.a.d. Bild: Andre Cormann,
Julia Acar

Rauchwarnmelder:

Rauchmelder fehlt oder ist defekt?

In NRW ist per Gesetz geregelt, dass jedes Schlafzimmer, Kinderzimmer und jeder Flur, der als Rettungsweg zum Verlassen von Wohnräumen dient, über einen Rauchmelder verfügen muss. Hier eine ganz einfache Rechnung: Ein Schlafzimmer und zwei Kinderzimmer, die von einem Flur abgehen – das heißt: vier Rauchmelder sind Pflicht. Auch in dem Fall, dass Sie ein früheres Arbeitszimmer nun als Kinder- oder Schlafzimmer nutzten, gilt: **ohne Rauchmelder nicht!**

Für Ihre Sicherheit unsere Bitte: Sollten bei Ihnen in der Wohnung Rauchmelder fehlen oder defekt sein, melden Sie sich bitte umgehend bei uns unter der Rufnummer **05971-408-0**. Wir helfen.



Willkommen im Team

Am 01.04.2019 hat Herr Franc Skibinski als Tischlergeselle die Arbeiten von Herrn Werner Hollermann übernommen. Herr Werner Hollermann früher als Tischler im Kundendienst tätig übernahm bereits mit Wirkung vom 01.03.2019 die Arbeiten von Herrn Josef Nitsche. Seit dem 01.04.2019 unterstützt Frau Julia Acar als Architektin unser Team im Bereich der Bauleitung und der Planung.



Franc Skibinski



Werner Hollermann



Julia Acar

Unsere neuen Ruheständler

Nach über 10 jähriger Tätigkeit für den Wohnungsverein haben wir zum 01.02.2019 unseren Wohnungsverwalter Herrn Josef Nitsche und zum 01.04.2019 unseren Gärtner Herrn Norbert Henke in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet.



Josef Nitsche



Norbert Henke

Unsere Jubilare

Herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für Ihre Treue:



10 Jahre
Susanne Scheer
01. April 2019



10 Jahre
Sebastian Macht
01. Januar 2019



10 Jahre
Norbert Henke
01. Januar 2019

Wir suchen Anlagenmechaniker/ Maurer

Das bieten wir Ihnen:

- Neubau/Altbausanierung, keine Montagen
- regionales Einsatzgebiet in Rheine
- top ausgestatteten Handwerksbetrieb
- ein junges und dynamisches Team
- angenehmes Betriebsklima
- attraktive Vergütung
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- 30 Tage Urlaub

Ihr individuelles Profil:

- abgeschlossene Ausbildung
- Berufserfahrung
- selbstständige und strukturierte Arbeitsweise sowie freundliches Auftreten und hohe Einsatzbereitschaft

Bei Interesse richten Sie Ihre Bewerbung bitte an folgende Adresse:

Wohnungs-Verein Rheine
Betreuungs- und Verwaltungsgesellschaft mbH
Herr Christian Schweer, Leugermannstr. 1, 48431 Rheine
Tel.: 05971/408 0, c.schweer@wohnungs-verein-rheine.de



Rätselhaft.

Ein Sudoku beinhaltet neun große Quadrate, die in neun kleinere unterteilt sind und jeweils eine Zahl von eins bis neun enthalten können.

Innerhalb eines großen Quadrates darf jede Zahl nur einmal vorkommen. Dies gilt auch für jede Zeile und jede Spalte.

Finden Sie heraus welche Zahl an welche Stelle kommt.

		9	3				2	6	
		2	5						
		1			8		7	5	
1				4					
4	8			5			6	9	
			6					1	
2	5		8			6			
					7	2			
9	3			5	4				

7	1							5	
	8	6			1	4			
	2	3	4			9			
		9						8	
8			6						9
	3				5				
	4		7	9	3				
	6	4		3	2				
1						8		7	

Füllen Sie die Kästchen in Pfeilrichtung aus und finden sie so das Lösungswort.

Ein Tipp:

Unser Lösungswort bezeichnet umgangssprachlich nicht nur eine Pflanze, sondern auch eine Fernsehserie.

Nagetier in Süd-, Mittelamerika	▼	humoristisch, fröhlich	Großmutter	rote Strauchfrucht	▼	Schweizer Verwaltungseinheit	ugs.: kraftlos	Abscheu	▼	dt. Name der Jizera (CZ)	Gesinde, Pöbel
hawaiische Grußformel	▶					Zauberwort in „1001 Nacht“	▶		○3		
Wohnbereich mit Feuerstätte	▶		○9							Kuchengewürz	
	▶	○2				von oben her	▶				○6
Gemeindebehörde	schmaler Durchgang		dt. Schriftsteller † (Heinr.)	▶				○7	1.000 Milliarden		Seebad in Belgien
versöhnen (gehoben)	▶			○10		Kirchenversammlung	▶	griech. Vorsilbe: Leben(s)...			
	▶		sehr betagt		gespaltene Haarspitzen	▶	○1				
knapp, schmal		Grundmodell Holzblasinstrum.	○8					Hautauschlag		mit Vorliebe, bereitwillig	○4
Hautöffnung	▶				Zeitraum von 24 Stunden			Wasserpflanze	▶		
arab. mantelartiger Umhang	▶				Autor von „Der Herr der Ringe“ † 1973	▶					
Kurort m. kochsalzhaltigen Quellen	▶							Windrichtung	▶		
Satz zusammengehör. Dinge	▶				ugs.: Lauferei	▶	○5				♣®

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Gemeine Schmerzen:

Was tun bei MUSKELKATER?

Diesen Schmerz kennt wirklich jeder. Dieses feine, aber unangenehme Ziehen. Meist tritt er einen Tag nach dem letzten Training auf – oder irgendeiner anderen größeren Belastung. Er nimmt nach und nach zu und bleibt manchmal eine ganze Woche. Doch ist Muskelkater wirklich nur ein Zeichen dafür, mal richtig was getan zu haben? Oder sollte man ihn lieber meiden?

Rücken, Arme, Po oder Beine: Alles kann von einem waschechten Muskelkater betroffen sein. Er entsteht immer dann, wenn die sog. Z-Scheiben im Muskelgewebe kleine Risse bekommen, zum Beispiel wegen zu starker Belastung oder als Folge ungewohnter Bewegungen. Denn dann kann so ziemlich alles einen Muskelkater auslösen.

Wirklich gut ist daran gar nichts. Eine alte Legende besagt zwar, dass ohne Muskelkater auch ein Aufbau von Muskeln nicht möglich sei, doch das hilft in der Praxis nur bedingt. Zwar ist ohne ein paar kleinere Risse im Muskelgewebe als unmittelbare Folge körperlicher Belastung tatsächlich kein Kraftzuwachs möglich, doch sollte diese Belastung auf gar keinen Fall übertrieben werden, und Trainings, die dem Aufbau von Muskelmasse dienen, sollten in ihrer Intensität nur langsam und nach und nach gesteigert werden.

Was viele nicht wissen: Nicht die Risse selbst verursachen die Schmerzen, die wir „Muskelkater“ nennen, sondern die Maßnahmen, die unser Körper zur „Reparatur“ der Verletzungen einleitet: Wassereinlagerungen im Gewebe. Weil dieser Vorgang etwas dauert, treten die Schmerzen stets mit zeitlicher Verzögerung auf.

Abhilfe ist nicht in Sicht

Vorbeugen lässt sich dem Muskelkater übrigens nicht. Ob ein Dehnen der Muskeln hilft, ist in der medizinischen Forschung eher umstritten (wenngleich ein Aufwärmen vor dem Sport natürlich immer stattfinden sollte). Auch an Tipps, vor dem Sport zur Magnesium-Tablette zu greifen und danach zu Vitamin C, ist nichts dran. Was wirklich hilft, ist: Gar nicht erst überbelasten.

Hat der Muskelkater erst einmal „zugeschlagen“, kann Experten zufolge Linderung nur noch das bringen, was die Durchblutung fördert: Leichte Bewegung zum Beispiel, die warme Dusche oder eine – möglichst behutsame – Massage. Ein echtes Heilmittel gibt es leider nicht.





Wir sind für Sie da.

Wohnungsverein
Rheine 
VERMIETEN/VERWALTEN/MODERNISIEREN

Ansprechpartner des Wohnungsvereins für Ihre Anliegen.

Unsere Mitarbeiter sind Ihnen gerne behilflich. Sie erreichen sie unter der Rufnummer **408-** mit entsprechender Durchwahl.

Anliegen	Ansprechpartner	DW
Empfang/Zentrale	Eva-Maria Witting	47
Interne Dienste Verwaltung	Ina Schmitz/Susanne Scheer	35
Assistenz Vorstand/Geschäftsführung	Sonja Scholz	50
Leiter Servicebetrieb	Christian Schweer	81
Planung/Bauleitung	Julia Acar	88
Interne Dienste Technik	Ute Eilting	86
Lagerverwaltung/Buchhaltung	Thomas Gerken	84
Bauleitung/Neubau/Modernisierung	Andre Cormann	87
Bauleitung/Neubau/Modernisierung	Thomas Jansen	82
Technik/Reparaturen/Versicherungsschäden	Claudia Donnermeyer	83
Technik Reparaturen	Tanja Zimmermann	85
Leiter Bestandsmanagement	Dietmar Lockenkötter	32
Vermietung	Hildegard Lohaus	23
Vermietung	Aline Judl	29
Wohnungsverwalter	Jörg Niehoff	14
Wohnungsverwalter	Werner Hollermann	24
Mahn- und Klagewesen/Mietenbuchhaltung	Maria Steinborn	42
Mietanpassungen	Ursula Hübner	22
Verwaltung von Wohneigentum	Cornelia Teichmann	39
Verwaltung von Wohneigentum	Elke Winter-Stegemann	49
Leiter Rechnungswesen	Günter Scholz	34
Rechnungswesen/Nebenkostenabrechnungen	Inga Koesters	38
Rechnungswesen/Mitgliederverwaltung	Isabell Becker	33
Rechnungswesen/Zahlungsverkehr	Niklas Heinrich	52

Öffnungszeiten am Firmensitz in der Leugermannstraße 1 in Rheine.

Zur Terminvereinbarung erreichen Sie uns unter ☎ 059 71 / 40 80.

Montag und Dienstag	09:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag	09:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch und Freitag	nach Terminvereinbarung

Notdienste

Ansprechpartner im Notfall

Sanitär- und Heizungsnotdienst

bei Gasgeruch oder Rohrbruch der Heizungs-, Sanitär oder Abwasseranlagen und bei Totalausfall der Heizung bei Minustemperaturen

☎ 01 74 / 99 44 403

Firma Uhlenbrock

bei Verstopfung der Toilette

☎ 0 25 72 / 97 21 1

Elektronotdienst

bei Ausfall der Elektrik in der gesamten Wohnung

☎ 01 74 / 99 44 403

Schlüsselnotdienst

Wolfgang Klewitz
(täglich bis 22.00 Uhr)
bei Verlust des Wohnungsschlüssels oder Abbruch des Schlüssels im Schloss

☎ 0 59 73 / 42 32

☎ 01 52 / 21 64 78 24

Pyur

bei Problemen mit dem Fernsehempfang nach der Umrüstung auf SAT-Schüsseln

☎ 0 30 / 25 777 777

Nur für Mitglieder

Nur für Mitglieder

Zuhause in Rheine

ist eine Zeitschrift für Mitglieder, Freunde und Förderer des Wohnungsvereins Rheine.

Herausgeber:

Wohnungs-Verein Rheine
Betreuungs- und Verwaltungsgesellschaft mbH
Leugermannstraße 1 • 48431 Rheine
☎ 059 71 / 40 80
www.wohnungs-verein-rheine.de

V.i.S.d.P.:

Ludger Hellkuhl
Vorstandsvorsitzender

Konzept, Redaktion und Gestaltung:

Comvirtus GmbH
Weserstraße 20
48145 Münster
www.comvirtus.de