

**WIRO** *aktuell*

Das Magazin der Wohnfühlgesellschaft

# Das wünsch' ich mir

Von Gewürzen, guten Taten  
und dem Weihnachtsmann



# INHALT

## 8

### Gut für Rostock

WIRO unterstützt viele Projekte



## 10

### Ohne Bühne

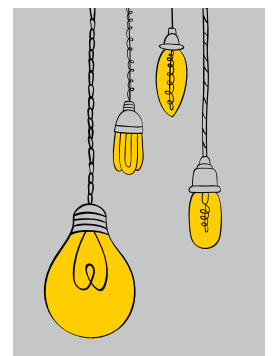
Rostocker  
Weihnachtsmann



## 12

### Kostenloser Check

So geht  
Stromsparen



## 5

### Alles gesund

Neuer Biomarkt  
bei der WIRO



### WIRO kompakt

Aktion für Mieter >> 11  
Mittelmole >> 11

### WIRO mittendrin

Pflegetochter PIR >> 4  
Deutschlandstipendium >> 8  
Hilfe für Verbraucher >> 13

### WIRO anregend

Gewürze >> 6  
Rätsel >> 15  
Termine >> 16

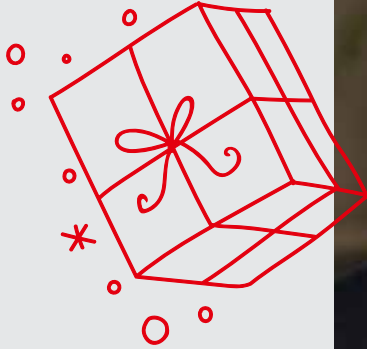


FOTO: ANDREAS DUERST

Liebe Leserinnen und Leser,

mögen diese Wochen noch so stürmisch sein, am Geist von Weihnachten ändern sie für mich nichts. Es ist die Zeit der Besinnung und des Innehaltens – auch wenn das Fest kleiner und anders ausfällt als sonst. Ich versuche, mich an den schönen Dingen zu erfreuen. Zum Beispiel an den liebevoll geschmückten Fenstern, auch das Haupthaus der WIRO strahlt festlich. Ich genieße die langen Stunden mit der Familie, die Heimlichkeit, die Vertrautheit, die weihnachtlichen Gerüche. Wir nutzen diese Atempause vom wuseligen Alltag, um Kraft zu tanken für das neue Jahr. Große Herausforderungen liegen vor uns: Ab 2021 baut die WIRO in der Thierfelderstraße und an der Möllner Straße neue Quartiere,

dazu kommen viele kleinere Baustellen im ganzen Stadtgebiet.

Nicht alle Menschen haben die Möglichkeit zum Abschalten. Sie sind während der Feiertage im Einsatz. Neben dem medizinischen Personal, das in diesen Wochen teilweise Übermenschliches leisten muss, sind es die Notdienste in vielen Bereichen. Auch die Handwerker der WIRO sind 24 Stunden am Tag für unsere Mieter unterwegs. Vielen Dank!

Ich wünsche Ihnen besinnliche Tage, bleiben Sie bitte gesund!

**Christian Urban,**  
Technischer Geschäftsführer

# \* Was für ein Start! \*

**Direkt zum Start kam der Lockdown: Pflegedienstleiter Tom Karst erzählt, wie es für die WIRO-Tochter PIR Pflege in Rostock GmbH trotzdem ein gutes erstes Jahr wurde.**

**Den Start der PIR hatten Sie sich bestimmt anders vorgestellt. Ihr Resümee?**

» Es war ein anstrengendes, intensives Jahr. Mit unserem Start im März kamen die Corona-Einschränkungen. Wir mussten uns immer wieder auf neue Situationen einstellen, verbunden mit viel Organisation. Das hat Zeit und Energie gekostet. «

**Was wäre in einem normalen Jahr anders gelaufen?**

» Wir hätten uns den Rostockern gerne vorgestellt. Themenabende waren geplant, Gesprächsrunden. Daraus wurde nichts. Das ging schon bei den Vorgesprächen los. Sonst reden wir persönlich mit Kunden und Angehörigen, nehmen uns Zeit zum Kennenlernen. In diesem Jahr lief es meist telefonisch. Auch bei den Kunden in der Häuslichkeit mussten wir Abstand halten. Mundschutz, Handschuhe, mehr körperliche Distanz – das war ungewohnt. «

**Wie ist es unterm Strich gelaufen?**

» Am Ende ist es ein erfolgreiches erstes Jahr gewesen. Unser Team aus mittlerweile zehn Pflegekräften und Alltagsbegleitern versorgt pflegebedürftige Ältere, Kranke, Kinder in allen Stadtteilen. Die Nachfrage nach Entlastungsleistungen ist überraschend hoch, wir unterstützen beim Einkaufen, im Haushalt, begleiten bei Arztbesuchen. «

**Und was sagen die Kunden?**

» Wir haben viel Dankbarkeit erfahren, die Kunden fühlen sich bei uns gut aufgehoben. Das liegt zum einen an den vertrauten Bezugspersonen. Unsere Mitarbeiter haben feste Touren. Wir sind verlässlich. Falls wir uns verspäten, rufen wir an. Das ist für die Menschen wichtig. Aber das Entscheidende: Wir haben ein richtig gutes Team. Meine Kolleginnen – noch bin ich der einzige Mann – machen die Arbeit gerne und das merken die Kunden! «

**Haben neue Interessenten denn überhaupt eine Chance?**

» Natürlich hat jeder eine Chance. Wir legen Wert darauf, dass die PIR in einem gesunden Tempo wächst. Im neuen Jahr kommen Kollegen dazu, das bereiten wir derzeit vor. Außerdem planen wir ein neues Projekt: In Reutershagen wollen wir 2022 eine Tagespflege eröffnen. «



Tom Karst und sein Team von der PIR sind mittlerweile eingespielt.  
FOTOS: DOMUSIMAGES

**PIR – Pflege in Rostock GmbH**  
Badstüberstraße 7 | 0381.4567-2910  
info@pflegeinrostock.de  
www.pflegeinrostock.de

# Bio hoch zwei

**Toralf Matthäus hat vor ein paar Monaten seinen zweiten Biomarkt eröffnet, bei der WIRO hinter der Langen Straße. Warum Bio für ihn viel mehr ist als ein Siegel.**

Es hat sich noch nicht überall herumgesprochen, so versteckt ist er: Rostock hat einen neuen Bioladen. Im ehemaligen CAP-Markt hinter der Langen Straße ist Toralf Matthäus mit seinem nachhaltigen Sortiment eingezogen. Der Rostocker ernährt sich seit fast 30 Jahren von Bio-Lebensmitteln. **»Ich lebe das mit Haut und Haar.«** Seit vier Jahren führt der studierte Ingenieur für Umweltschutz einen kleinen Bioladen in Warnemünde. Sein neues Geschäft in der City ist mit fast 500 Quadratmetern fünf Mal so groß wie sein Stammmarkt – und die zu bestücken, war gar nicht so einfach. Dem Unternehmer reicht es nicht, wenn Lebensmittel ein Bio-Siegel haben. **»Bio ist nicht gleich Bio. Ich muss von dem Produkt überzeugt sein.«** Ein Beispiel: Wenn ein Bio-Apfel aus Italien im Lkw nach Rostock transportiert wird, ist es mit der Nachhaltigkeit nicht weit her. Er hat sich auf Lebensmittel von regionalen Manufakturen spezialisiert. Joghurt und andere Milchprodukte kommen von einem SOS-Kinderdorf bei Grimmen, Wasserbüffel-fleisch vom Gut Wadow, Käse vom Siebengebelhof aus Drenkow, Gemüse von der Küstenmühle. Eier kauft Toralf Matthäus nur von Hühnermobilen oder von Höfen, auf denen das Federvieh im Freien picken darf. Es gibt Säfte, guten Wein, handgemachte Schokolade, feines Gebäck.

Die Produzenten kennt der Unternehmer alle persönlich und er weiß, wie sie arbeiten. **»Mir ist wichtig, dass jeder Schritt vom Anbau bis zur Auslieferung transparent ist.«** Der Haken: Die heimischen Bauernhöfe produzieren keine Massen, sie können nicht zu jeder Zeit

Nachschub liefern. **»Bio und regional heißt: Es ist nicht alles rund ums Jahr verfügbar!«**

Auch wenn er die Eröffnung des neuen Marktes wegen der Einschränkungen verschieben musste, ist Toralf Matthäus zufrieden. **»Ich merke, dass Leute zunehmend auf die Qualität und Herkunft ihrer Lebensmittel achten.«** Es ist nämlich nicht egal, wie das Suppenhuhn gebraten hat oder ob die Kartoffeln gespritzt wurden, sagt er. **»Nur wer sich gesunde Nahrung zuführt, kann einen gesunden Körper haben.«**



*Toralf Matthäus hat sich mit seinen Biomärkten einen Traum erfüllt.*

FOTOS: DOMUSIMAGES

## Mecklenburger Biomarkt

An der Oberkante 9

Mo bis Fr 9:33 - 18:38 Uhr

Sa 8:08 - 15:05 Uhr

[www.mecklenburger-biomarkt-rostock.de](http://www.mecklenburger-biomarkt-rostock.de)



# Für die Sinne

Zimt, Anis, Vanille, Nelken – ohne Gewürze wär' Weihnachten nur halb so schön. Ihr Duft bringt uns in Stimmung, ihr Geschmack zaubert die gewisse Weihnachtsnote ans Essen. Und sie können noch mehr: Gewürze sind gesund, manche wirken wie Medizin. Wir stellen die Wichtigsten vor.



## Sternanis

Anis riecht nach Lakritze und sieht aus wie ein Stern. Geht's noch besser? Ja. Nach einem üppigen Weihnachtsmahl hilft das ätherische Anis-Öl gegen Völlegefühl und Bauchweh. Auch Husten lindert die Heil- und Gewürzpflanze – am besten als Tee. Die sternförmige Hülle und die Samen darin werden meist zu Pulver vermahlen, können aber auch im Ganzen mitgekocht werden.



### Gut zu wissen

Auch wenn sie ähnlich schmecken und vergleichbare heilende Wirkungen haben: Anis und Sternanis sind nicht verwandt. Sternanis kommt aus Südostasien, der gewöhnliche körnige Anis aus Mitteleuropa. Sternanis ist eines der wichtigsten Gewürze in der asiatischen Küche. Bei uns darf er in der Weihnachtsbäckerei nicht

fehlen, genauso wenig in Glühwein oder Grog. Heimischer Anis, der süßlich schmeckt und etwas an Fenchel erinnert, wird beim Brotbacken verwendet.

### Unser Tipp

Sternanis-Sterne sind die perfekte Weihnachtsteko – zusammen mit Zimtstangen und getrockneten Orangenscheiben wunderschön! Und: Das Trio duftet lecker.



## Gewürznelke

Lebkuchen, Glühwein, Rotkohl – Gewürznelke sorgt in vielen Rezepturen für die weihnachtliche Note. Auf die getrockneten Blütenknospen des indonesischen Nelkenbaumes schwören auch Ärzte: Nelken wirken schmerzstillend und entzündungshemmend. Wer hat bei Zahnweh nicht schon mal auf Nelken gebissen – und sich danach besser gefühlt? Schon im alten China haben die Menschen Nelken für einen guten Atem in den Mund genommen. Wenn der Bauch grummelt, hilft Nelken-Tee: Drei Nelken mit kochendem Wasser übergießen und zehn Minuten ziehen lassen.



### Gut zu wissen

Als die ersten Gewürznelken im Mittelalter in Europa ankamen, taufte man sie wegen ihrer Ähnlichkeit mit einem kleinen Nagel »Negelkin«. Daraus wurden würzten damit ihren Wein. Die exotischen Gewürznelken waren so kostbar, dass sie zeitweise in Gold aufgewogen wurden.

### Unser Tipp

Frische Nelken erkennt man daran, dass sie Öl absondern, wenn man den Stiel leicht anritzt. Auch der Schwimmtest hilft weiter: Hochwertige Nelken sinken oder stellen sich zumindest senkrecht. Alte oder minderwertige Nelken schwimmen waagrecht auf der Oberfläche.





## Zimt

Wir streuen Zimt in Lebkuchenteig, über Milchreis und Glühwein. Gourmets verfeinern damit Bolognese und Gulasch. Eine Prise Zimt ist eigentlich in keinem Essen verkehrt – auch weil er sehr gesund ist. Zimt ist gut für die Verdauung, hilft gegen Völlegefühl und Blähungen. Zimt kurbelt den Kreislauf an, wirkt antibakteriell und ist gut fürs Gemüt.



### Gut zu wissen

Wir unterscheiden zwei Arten: Ceylon-Zimt, auch Kaneel oder echter Zimt genannt, stammt aus der Innenrinde des Zimtstrauchs. Diese wird in Stangen getrocknet – je dünner und feiner, desto wertvoller. Der günstigere Cassia-Zimt wird aus der Rinde des chinesischen Zimtbaumes gewonnen. Erkennungsmerkmal: die Stangen sind dicker.

### Unser Tipp

Stangenzimt würzt intensiver als Pulver – darum nicht zu lange mitkochen. Nach dem Kochen entfernen, sonst schmeckt das Essen bitter.



## Vanille

Die Königin der Gewürze! Vanille veredelt Plätzchen, Kuchen, Pudding – also alles, was uns glücklich macht. Gerbstoffe, Vanillinsäure und ätherische Öle heben die Stimmung, stärken die Nerven, wirken beruhigend. Vanille gehört zu den teuersten Gewürzen der Welt. Denn: Die Schoten der tropischen Orchideenarten sind rar, weil sie einzeln von Hand bestäubt werden müssen. Die Vanillebauern fermentieren und trocknen ihre Ausbeute aufwändig, bis sich das volle Aroma entfaltet.



### Gut zu wissen

Der Bequemlichkeit halber greifen wir oft zu Zuckertütchen aus dem Supermarkt. Beim Einkauf sollten wir ganz genau lesen, was auf der Verpackung steht: Der günstige Vanillinzucker enthält nur einen künstlich hergestellten Aromastoff. Echter Vanillezucker ist zwar teuer, schmeckt aber viel feiner. Wer Geld sparen und Müll vermeiden will, kann ihn auch selber herstellen. Sie brauchen nur Zucker, eine Vanilleschote und ein

Schraubglas. Die Schote und den Zucker luftdicht verschließen – nach zwei Wochen ist der Vanillezucker fertig.

### Unser Tipp

»Gebrauchte« Schoten sind zum Wegwerfen zu schade. Wenn Sie das Mark ausgekratzt haben, taugen die leeren Schoten immer noch für Vanilletee. Schote in den Schwarztee legen, nach ein paar Tagen hat der Tee das Vanillearoma übernommen.



## Ingwer

Ingwer gehört zur Gewürz-Grundausstattung – nicht nur in der Weihnachtsbäckerei. Die scharfe Knolle taucht in vielen deftigen Rezepten auf. Als Tee ist sie ein beliebtes Hausmittel bei Erkältungen. Das liegt am Gingerol in der Ingwerwurzel – es wirkt ähnlich wie die Acetylsalicylsäure im Aspirin entzündungshemmend und schmerzlindernd. Auch gut gegen Übelkeit und Schwindel.



### Gut zu wissen

Wie wär's mit Ingwer aus eigenem Anbau? Legen Sie ein 5 Zentimeter langes Stück Ingwerwurzel (mit »Augen«) über Nacht in lauwarmes Wasser. Stecken Sie den Ingwer flach in einen Topf mit Blumenerde und stellen den Topf an einen hellen, warmen Ort. Mit Klarsichtfolie abdecken, Öffnung für Luftaustausch nicht vergessen. Am besten mit einer Sprühflasche feucht halten. Nach einigen Wochen zeigt sich ein grüner Trieb, dann müssen Sie die Pflanze in einen größeren Topf umsetzen. Nach sieben bis neun Monaten verfärben sich die Blätter gelb, dann können Sie die Knolle ernten.

### Unser Tipp Ingwer-Punsch

Für vier Gläser brauchen Sie: 30 g Ingwer in Scheiben, 5 Bio-Orangen, 4 Sternanis, 2 Zimtstangen, 3 Gewürznelken, 1 Flasche trockenen Weißwein, 4 EL Honig  
**Zubereitung:** 2 Orangen dünn abschälen. Alle Orangen auspressen. Den Saft mit Ingwer, der Orangenschale und allen Gewürzen aufkochen. Herd ausschalten und 15 Minuten ziehen lassen. Wein und Honig dazugeben, erhitzen und servieren.

## Noch mehr gesunde Gewürze

### Muskat

stärkt den Magen, hilft bei Muskelschmerzen. Eine Prise in warmer Milch unterstützt beim Einschlafen. Nur in Maßen verwenden!

### Safran

beruhigt die Nerven.

### Schwarzer Pfeffer

beispielsweise in Honigmilch, soll Verstopfung und Gelenkschmerzen lindern.

### Fenchel-samen

beruhigen den Darm bei Blähungen.

### Lorbeerblätter

wirken anregend auf Appetit und Kreislauf.

### Kurkuma

wird gegen Entzündungen eingesetzt.

### Kümmel

ist ein altes Hausmittel bei Bauchschmerzen, am besten als Tee.

# Engagement

Die WIRO unterstützt viele unterschiedliche Initiativen und Vereine in Rostock. Auch 2020 hat sich das Wohnungsunternehmen für Sport, Kultur, Bildung engagiert, zum Beispiel in diesen Projekten:

## Neues Material

Für viele Rostocker Sportvereine war's ein schweres Jahr. Wettkämpfe und Turniere wurden abgesagt, der Trainingsbetrieb lag monatelang lahm. Auch beim **Schwimmclub Empor Rostock 2000 e.V.** haben die vergangenen Monate Spuren hinterlassen. »Den ersten Lockdown hat der Verein gut überstanden. Aber nun, zum Ende des Jahres, haben etliche Mitglieder gekündigt«, erklärt Vereinschef Ingolf Jopke. Das Problem: Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre können trainieren, aber Kurse für Erwachsene dürfen nicht stattfinden. Im nächsten Jahr bleibt es erstmal schwierig: Wettkämpfe bis April hat der Verein schon abgesagt. »Auch das ist für uns ein herber Verlust.« Dazu kommen ganz praktische Probleme: Schwimnudeln, Schwimmbretter, Bälle und Aquajogginggürtel müssen nach jeder Benutzung desinfiziert werden – und das scharfe Mittel setzt den Materialien aus Hartschaum schwer zu. **Die WIRO unterstützt den Verein bei der Anschaffung neuer Geräte. Und drückt, wie allen anderen Sportvereinen auch, die Daumen für ein besseres 2021!**



Die WIRO unterstützte den SC Empor 2000 beim Materialkauf.  
FOTO: DOMUSIMAGES

## Zuschuss zum Studium

mich trotzdem wohl hier oben.« Neben dem Studium arbeitet der 26-Jährige, um seine WG-Miete und Lebenshaltungskosten zu bezahlen. Für alle Ausgaben reicht es aber nicht. Darum hat er sich um ein Deutschland-Stipendium beworben. Das sind monatlich 300 Euro, eine Hälfte zahlt der Bund, die zweite spendiert ein Unternehmen oder eine Privatperson. Zum ersten Mal ist in diesem Jahr die WIRO dabei – ein Glück für Jeffrey Morgenstern, denn er ist der **WIRO-Stipendiat**. Eine große Entlastung: »Sonst müsste ich auch an den Wochenenden Geld verdienen. Da muss ich aber fürs Studium lernen und Hausarbeiten schreiben.«

**Um das Stipendium zu bekommen, müssen die Studierenden mehr vorweisen als gute Noten:** Engagement, das über den Durchschnitt hinausgeht. Viele Stipendiaten arbeiten ehrenamtlich oder haben eine beachtliche Vita, so wie Jeffrey Morgenstern. Nach dem Abi hat er eine Ausbildung zum Industriekaufmann gemacht, dann ein duales Studium in der Tourismusbranche mit Bravour abgeschlossen, Praktikumsaufenthalte in Irland absolviert, ein Studentenprojekt geleitet.

Alle Infos zur Initiative für junge Talente auf [www.deutschlandstipendium.de](http://www.deutschlandstipendium.de)

Jeffrey Morgenstern ist in Rostock schnell heimisch geworden.

Sein erstes Semester an der Rostocker Uni hatte sich Jeffrey Morgenstern anders vorgestellt. Im September ist der Berliner für seinen Master-Studiengang Dienstleistungsmanagement an die Ostsee gezogen. Die meisten Seminare finden derzeit virtuell statt, persönliche Kontakte sind begrenzt. »Etwas mehr Studentenleben wäre schön. Aber ich fühle





## 100 Mann, ein Wort

Der Bauservice der WIRO ist eine duftige Truppe – und mit dieser Weihnachtsaktion haben sie's nochmal bewiesen. Alle Männer und Frauen im Handwerker-Team haben je 20 Euro für Rostocker Kinder gespendet, die gerade nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen. 2.100 Euro sind zusammengekommen und die gehen zu gleichen Teilen an die Klinikclowns von den »Rostocker Rotznasen« und an den Kinderhospizdienst »Oskar«.

**So kam's zu der Aktion:** Immer im Dezember spendiert die WIRO jedem Mitarbeiter einen Zuschuss von 20 Euro für die Weihnachts-

feier. Die Abteilungsfeiern fielen in diesem Jahr aus. »Wir waren uns einig: Das Geld lassen wir Menschen zukommen, die es brauchen«, erklärt Bauservice-Chef Mathias Ziller. Weil Weihnachten vor allem ein Fest für Kinder ist, fiel die Wahl auf zwei Projekte für die Jüngsten. Er ist stolz auf seine Mannschaft: »Jeder war sofort dabei, das war überwältigend, sogar die Azubis haben mitgemacht.«

**Übrigens:** Nicht nur der Bauservice hat den Obolus gespendet. WIRO-Mitarbeiter aus vielen Abteilungen haben Rostocker Initiativen unterstützt.



## Gute Alternativen

**Das hat Tradition:** Seit vielen Jahren unterstützt die WIRO die Stadtteilstefte. 2020 sind die Veranstaltungen, bis auf das Mühlenfest in Toitenwinkel, ausgefallen. Das Wohnungsunternehmen hat trotzdem gespendet – denn Verwendung hatten die sozialen Vereine auch ohne Fest.

Der Jugendclub »Pablo Neruda« in Evershagen konnte einen Zuschuss gut gebrauchen: Der alte Geschirrspüler, der Boxsack, zwei Zimmertüren und Küchenutensilien wurden ersetzt.

Anstelle vom Martinsfest hat die Michaelis-Gemeinde in Gehlsdorf einen lebendigen Adventskalender an der frischen Luft auf die Beine gestellt. Im Bürgerhus in Groß Klein kam die Spende gerade recht: Der Saal wird derzeit renoviert, jeder Cent hilft. Der KTV-Verein hat zusammen mit den Kindern einen Weihnachtsbaum auf dem Margaretenplatz geschmückt und das Weihnachtswichteln der Gewerbetreibenden unterstützt. Der Verein zur Förderung der Östlichen Altstadt musste die Kunstnacht absagen, das Geld wurde in die neue Bücher-Tausch-Zelle Am Wendländer Schilde investiert. Die Kolping-Initiative Lichtenhagen hat einen bunten Halloween-Nachmittag für Kinder organisiert. Anstelle des großen Stadtteilstefes hat das Mehrgenerationenhaus im Herbst einen Apfelmarkt für die Lütten Kleiner organisiert. Die Reutershäger vom RFZ haben in die Digitalisierung der Kinderstadt investiert, die WIRO-Spende floss ins Budget für Laptops und WLAN-Technik.



# Zuhause beim Weihnachtsmann



*Der Weihnachtsmann hat Kummer. Seit 37 Weihnachten hält er seine Sprechstunde für Kinder auf der Rostocker Märchenbühne ab. In diesem Jahr ist alles anders, es gibt keine Bühne. »So viele traurige Kinder, mir blutet das Herz!« Aber der Weihnachtsmann hat sich etwas ausgedacht, um das Fest zu retten. Ihren Wunschzettel können ihm die Lütten per Email schicken. Und die Auftritte mit seiner Märchentante und Räuber Immerklug hat er ins Fernsehen verlegt. Vier Weihnachtsmann-Folgen zeigt tv.rostock im Advent. Die WIRO unterstützt die Produktion.*

Was hat der Weihnachtsmann nicht schon alles erlebt. Manche Kinder standen mit

roten Bäckchen vor ihm und brachten vor Aufregung kein Wort heraus. Andere hörten gar nicht mehr auf mit dem Wünsche-Aufzählen. Einer hatte Omas Sofakissen gepopst und dem Weihnachtsmann geschenkt. Und ein besonders kesser Knirps hat an seinem Bart gezogen. »Die Weihnachtsmann-sprechstunden fehlen mir«, seufzt der Mann im roten Mantel. Unter der Kutte steckt seit 1983 Falk Petersen. Der Rostocker sitzt vor einem Kosmetikspiegel und klebt sich den weißen Rauschbart ins Gesicht. Ehefrau Karin zupft ihre blonden Locken zurecht, das himmelblaue Gewand der Märchentante liegt schon bereit. In wenigen Minuten ist Drehbeginn. Jeder Handgriff sitzt, schließlich ist die Nageldesignerin fast von Anfang an im Weihnachtsmanngefolge. Genau wie Sohnmann Kai als Räuber Immerklug.

Familie Petersen ist ein eingespieltes Team. Unzählige Stunden Programm haben sie auf der Märchenbühne bestritten:

Sie singen, erzählen fantastische Geschichten, machen Quatsch. In diesem Jahr haben sie das Kamerateam von tv.rostock ausnahmsweise zu sich in den Märchenwald eingeladen. »Dann sehen die Kinder auch mal, wie es bei uns zu Hause aussieht.« Soviel sei schon verraten: In der Weihnachtsmannwohnung gibt es viel Lametta, Kerzen, Tanne und glitzernde Kugeln. Für jedes Adventswochenende hat der Lokalsender eine fünfminütige Sendung produziert.

**Ihre Wunschzettel** – und auch ihre Fragen und Sorgen – können Rostocker Kinder in diesem Jahr an [weihnachtsmann@kabelmail.de](mailto:weihnachtsmann@kabelmail.de) mailen. Der Weihnachtsmann antwortet so schnell wie möglich.

Die Weihnachtsmannfamilie plaudert über den Märchenwaldweihnachtsfeiertagsball, zerbröselte Stollen und Polonäse.

**Die Besuche bei der Weihnachtsmann-Familie sind hier zu sehen:**  
[www.WIRO.de/weihnachten](http://www.WIRO.de/weihnachten)



*Leider nicht in echt, dafür in der Flimmerkiste: der Weihnachtsmann und seine Märchentante.*

FOTO:  
DANNY GOHLKE

## Süßes von der WIRO



Normalerweise gibt's ein Fest – in diesem Jahr eine Überraschung zum Nikolaus. Immer im Dezember lädt das WIRO-KundenCenter Reutershagen seine treuesten Mieter in die Begegnungsstätte der Volkssolidarität in die Bremer Straße ein. Das ist eine lange Tradition, aber in diesem Jahr musste die Feier ausfallen. Dafür haben Nadine Willmann und die anderen Reutershäger Wohnungsverwalter ihren langjährigen Mietern einen Beutel mit Rostocker Stollen und einer Weihnachtskarte an die Wohnungstüren gehängt. Mehr als 150 Beutel haben sie verteilt, an jeden Mieter, der seit mindestens 30 Jahren in seiner Wohnung wohnt und in diesem Jahr ein rundes Mietjubiläum feiert.

FOTO: DOMUSIMAGES

## Neue Wohnungen in der Südstadt

Die Lomonossowstraße 13 bis 16 und die Nobelstraße 16 bis 19 haben in den vergangenen Monaten eine fünfte Etage bekommen. 1.000 Quadratmeter Wohnfläche und zwölf neue, moderne Wohnungen mit zwei bis vier Zimmern hat die WIRO so geschaffen. Anfang des Jahres ziehen die neuen Mieter ein. Auch acht neue Außenaufzüge vor den Aufgängen sind einsatzbereit.

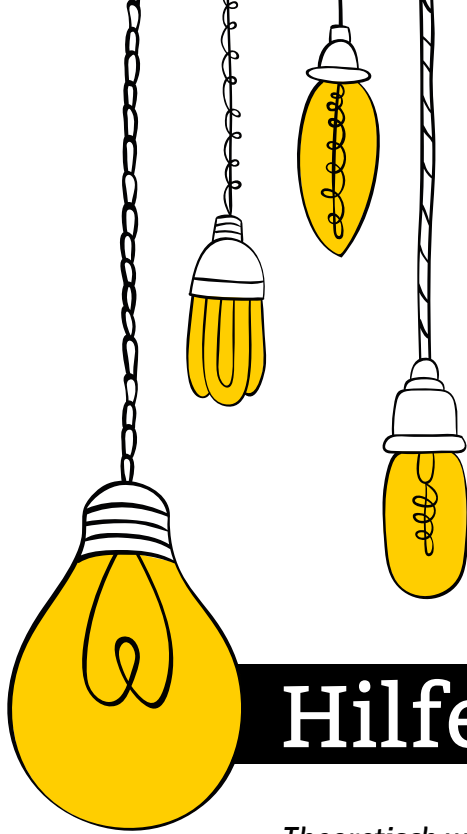


## Mehr Grün in Warnemünde

Lange lag das ehemalige Gleisbett zwischen dem Neuem Strom und dem WIRO-Parkplatz auf der Warnemünder Mittelmole brach. Nun wird es zur grünen Insel: Das Wohnungsunternehmen pflanzt Kräuter, Gräser, Blumen und eine Hecke. Im nächsten Jahr soll das frische Grün sprießen und blühen.



WIRO mittendrin



Stromsparhelfer Lars Thämlitz.  
FOTOS: DOMUSIMAGES  
ADOBE.STOCK.COM

# Hilfe beim Stromsparen

*Theoretisch wissen wir alle Bescheid: Stromsparen ist gut für die Umwelt und für den Geldbeutel sowieso. Aber manchmal ahnen wir gar nicht, wo sich Stromfresser verstecken. Der kostenlose Stromspar-Check hilft einkommensschwachen Haushalten.*

Lars Thämlitz weiß, wonach er suchen muss: Nach Geräten auf Stand-by. Nach defekten Dichtungen an Kühlschränken und 60-Watt-Glühbirnen. Der Rostocker ist Stromsparhelfer. Er und seine drei Kollegen machen den Stromspar-Check, ein kostenloses Angebot für einkommensschwache Haushalte. Beim ersten Besuch machen sich die Fachleute ein Bild, messen Stromverbräuche und analysieren die Energierechnungen. Beim zweiten Besuch, nach der Auswertung, bringen sie den **persönlichen Energiesparplan** mit. »Mit Tipps für den Alltag, die leicht umzusetzen sind und oft viel bringen.«

Wer sich für den Stromspar-Check anmeldet, bekommt obendrauf ein paar **Energiesparhelfer geschenkt, wie:** einen Mehrfachstecker zum Ausschalten, LED-Leuchten in verschiedenen Größen, einen Wasserspar-Duschkopf.

Und das alles kostet – nichts. »Viele Leute fragen uns, wo der Haken ist«, erzählt AFW-Geschäftsführerin Heike Volke lachend. »Es gibt keinen«. Das Projekt vom Deutschen Caritasverband und dem Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen wird vom Bundesumweltministerium gefördert. Das AFW setzt die bundesweite Initiative in Rostock um, gemeinsam mit dem Hanse-Jobcenter und der Klimaleitstelle.

Seit 2017 gibt es das Projekt in Rostock. Seitdem haben die Energiefachleute mehr als 500 Haushalte beraten. »Corona hat uns in diesem Jahr einen Strich durch die Rechnung gemacht«, erklärt die AFW-Chefin. Die Rostocker sind zögerlicher geworden. Aber die Beratungen finden trotzdem weiter statt, mit Maske und ausreichend Abstand. Außerdem können die vier Stromsparhelfer ihre **Beratung jetzt auch online** durchführen.



Alle Haushalte, die Sozialleistungen beziehen, können beim AFW Arbeitsförderungs- und Fortbildungswerk GmbH einen **Termin für einen Stromsparcheck** vereinbaren.

Telefon **0381.6370313**  
E-Mail [stromspar-check@afw-rostock.de](mailto:stromspar-check@afw-rostock.de)

Viele Stromspartipps auf  
[www.stromspar-check.de](http://www.stromspar-check.de)

## 3 Tipps für PC & TV

- ✓ **Verzichten Sie auf Bildschirmschoner**, die verbrauchen manchmal mehr Strom als das Arbeiten am PC.
- ✓ **Schnellstartfunktionen deaktivieren:** Es ist stromsparender, das Gerät klassisch hochzufahren.
- ✓ **Monitor und Bildschirm nicht auf maximale Helligkeit einstellen.** Das spart bis zu 50 Prozent Strom.

# Keine krummen Geschäfte

*Als Verbraucher kommt man schnell in die Bredouille. Aber wie kommt man wieder raus? Kleingedrucktes, Papierkram und Paragraphen schrecken viele ab. Die Verbraucherberater Ronny Cammin und Mathias Krämer unterstützen Rostocker ab sofort in ihrem Büro im Klenow-Tor.*

Internet-Abzocke, Etikettenschwindel, überhaupt alle Verbraucherfragen – in der Verbraucherzentrale in der Strandstraße bekommen Rostocker Rat. Aber für manche ist der Weg in die Innenstadt zu weit, zu beschwerlich, zu teuer. Ab sofort haben Hansestädter einen zusätzlichen Anlaufpunkt: im Klenow-Tor in Groß Klein bei Ronny Cammin und Mathias Krämer. Die Rostocker arbeiten für das Projekt »Verbraucher stärken im Quartier«. Finanziert wird es vom Bund, Träger ist die Verbraucherzentrale. **»Das Projekt wendet sich an Menschen, die Unterstützung am nötigsten haben«**, erklärt Ronny Cammin. Wenn das Geld knapp ist, die deutsche Sprache und Kultur ein Problem sind, tappen Verbraucher schneller in die Falle. Sie kaufen beim Billiganbieter – und bleiben am Ende auf defekten Produkten sitzen. Oder sie können Rechnungen nicht bezahlen und ruck, zuck kommen hunderte Euro Mahngebühren zusammen.

Das Büro im Klenow-Tor ist zentral, Besucher sind ohne Anmeldung und Termin willkommen – derzeit aber nur telefonisch oder per E-Mail. Mathias Krämer: **»Die Leute können mit allen rechtlichen Unklarheiten zu uns kommen, von der Betriebskostenabrechnung bis zum Ärger mit dem Einkauf im Internet.«** Ihr Ziel: Wer Recht hat, soll auch Recht bekommen. Die Verbraucherschützer informieren, klären auf, helfen beim Antwortschreiben und verweisen an die richtigen Stellen. **»Einige Menschen brauchen mehr als eine Auskunft, sie brauchen Lebenshilfe. Wir haben die Zeit und den Raum dafür.«** Übrigens alles kostenlos.

Die Männer warten nicht nur auf Besucher, sie gehen auch in die Quartiere. So wollen sie Ältere in SBZs über Verkaufsstrategien bei Kaffeefahrten aufklären, in Schulen und Jugendclubs Sprechstunden über Mobilfunkverträge oder die erste eigene Wohnung anbieten. **»Prävention ist nämlich der beste Schutz.«**

Ronny Cammin (li.) und Mathias Krämer vor ihrem Arbeitsplatz im Klenow-Tor.  
FOTOS: DOMUSIMAGES, ADOBE.STOCK.COM



## Verbrauchertipp Haustürgeschäfte

Teure Lexika, Zeitschriftenabos, Haushaltsgeräte – dies und mehr bieten Vertreter gerne an Haustüren feil. Mieter fühlen sich überrumpelt, werden schwach und kaum sind die Verkäufer weg, bereuen sie den Kauf. Für Geschäfte an der Tür gilt: Innerhalb von 14 Tagen (Frist beginnt mit Widerrufsbelehrung) können sie den Kauf durch ihr Widerrufsrecht rückgängig machen. Das Gleiche gilt auch für andere Käufe zwischen »Tür und Angel«, also beispielsweise auf der Straße und auf Kaffeefahrten. Schicken Sie einen schriftlichen Widerruf, am besten Einschreiben mit Rückschein, an den Verkäufer.



### **»Verbraucher stärken im Quartier«**

Albrecht-Tischbein-Straße 48  
im Klenow-Tor  
0381.45828813 oder -12  
quartier@verbraucherzentrale-mv.eu

# Schatzsuche mit dem Smartphone

Wie sich die Zeit vertreiben, wenn die Weihnachtsferien lang werden?  
Unser Vorschlag: moderne Schnitzeljagd. Geocaching ist sehr  
viel spannender als ein normaler Spaziergang – auch für Knirpse.  
So geht die Schatzsuche für die ganze Familie:

## Was suchen wir?

Geocaches (oder kurz Caches = Versteck). Das sind wasserdichte Dosen oder Röhrchen, die andere Geocacher gut versteckt haben.

## Was brauchen wir?

Smartphone oder GPS-Empfänger, Stift, wetterfeste Kleidung, Koordinaten des Verstecks, kleine Tauschgegenstände

## Wie suchen wir?

Millionen Caches wurden weltweit versteckt, auch in Rostock liegen genügend. Schatzsucher registrieren sich auf [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com) oder [www.opencaching.de](http://www.opencaching.de) (gibt es auch als App), suchen nach einer Geocache-Tour in der Nähe. Oft ist auch ein Schwierig-

keitsgrad angegeben. Die GPS-Navigation lotst die Sucher zum Ziel. Am Ende wird's oft knifflig – der Schatz ist gut versteckt, damit Spaziergänger ihn nicht zufällig finden. Haben sie den Cache gefunden, tragen sich die Finder im Logbuch ein und verstecken die Dose wieder. Vor allem für Kinder verlockend: Oft liegen auch kleine Tauschgeschenke dabei. Der Finder darf's nehmen, muss dafür aber etwas anderes dalassen. Meist gibt es ein zusätzliches Logbuch online.

## Für Fortgeschrittene:

Ein Multi-Geocache besteht aus mindestens zwei Stationen. Mit den Koordinaten für die erste Station startet man, am Ziel findet man weitere Koordinaten oder andere Hinweise für weitere Stationen.



[www.geocaching.com](http://www.geocaching.com)

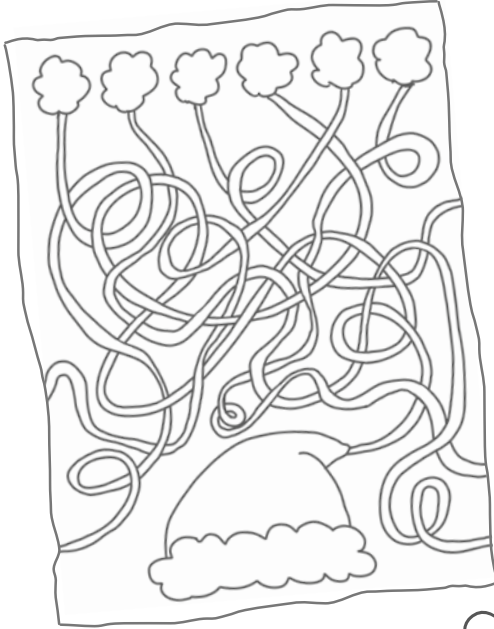
[www.opencaching.de](http://www.opencaching.de)



FOTOS: STOCK.ADOBE.COM

WIRO anregend

# SPIELWIESE



arab. mantel-artiger Umhang	Ein-zeller	Amts-pflicht, Beruf	Insekten-fresser	franz. Opern-komponist †	körperliche Best-form	Stadt bei Teheran	plasti-sches Bild-werk	mit einem Zapfen im Werkstoff verankern	Stadt in Belgien	Ehe-schlie-Bung	getrock-nete Wein-beere	Teil des Schafts antiker Säulen
Staats-haus-halts-plan		4			verwirrt			Schande		1		
	2		altgriech. Buhlerin	Indianer-boot	8				ein Edelgas frz. Autor (Claude) †			
Figur in "Zar und Zimmermann"	Kf.-Telefon-konferenz Kfz.-Z. Gua-temala				Strom in Afrika			feines Gewebe				5
Wachol-der-brannt-wein		Nähr-mutter				Monats-mitte im röm. Kalender			3	längliche Meeres-bucht (span.)		
amerik. Luftfahrt-pionier † 1954	7				franz. Schrift-steller † 1857			Renn-strecke in Frankreich (2 Wörter)				
Spezies		Brauch, Sitte (lat.)	6			Zeichen-satz (EDV, Druckw)				aroma-tisches Getränk		®

Lösungswort:

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



## Gottesdienste an Heiligabend – eine Auswahl

**Die Termine der  
katholischen Kirchen**  
unter [www.herz-jesu-rostock.de](http://www.herz-jesu-rostock.de)

**Kirche in Biestow:**  
Online-Gottesdienst um 14 Uhr,  
Infos auf [www.kirche-mv.de](http://www.kirche-mv.de)

**Petri- + Nikolaikirche**  
gestalten einen Weihnachtsweg mit vielen  
Stationen in der Östlichen Altstadt  
15 bis 19 Uhr  
Zettel mit Kontaktdaten mitbringen

**Universitätskirche**  
Christvespern um 14:30, 16:00 und  
17:30 Uhr | vor allem für Gemeindeglieder  
mit eingeschränkter  
Mobilität | Anmeldung im Gemeinde-  
büro unter 0381.510897-10

**Immer jemand da**  
**Schlüssel verloren? Heizung bleibt kalt?**  
Für solche Pannen steht auch während  
der Feiertage der WIRO-Notdienst parat.  
Der zentrale Notdienst ist rund um die Uhr  
besetzt und unter **0381.4567-4444**  
zu erreichen. Der Schlüsselnotdienst unter  
**0381.4567-4620**.

**Zu laut im Haus?**  
Unter 0381.2078-270 erreichen  
WIRO-Mieter das Lärmtelefon von  
Exsiro. Die Wachfirma ist außer-  
halb der Sprechzeiten für Mieter  
im Einsatz und sorgt für Ruhe.  
Sie erledigen auch Notreinigungen  
in WIRO-Häusern.



### Verteiler gesucht

Die Verteilung der »WIRO aktuell« übernimmt  
seit vielen Jahren die Firma G & B Frachttaxi  
Rostock und Spedition GmbH. Der WIRO-Part-  
ner freut sich über neue Verteiler. Melden  
Sie sich unter 0381. 4407840 oder  
per E-Mail an [info@frachttaxi.de](mailto:info@frachttaxi.de)



Vielen Dank  
an Sebastian Bielke vom  
»Rosenrot« in der Langen Straße,  
unser Model von der  
Titelseite.

**Ihr KundenCenter bleibt an Heiligabend, den Weihnachtsfeiertagen sowie an Silvester und Neujahr geschlossen.** Zwischen den Feiertagen und in der ersten Januarwoche erreichen Sie uns nur telefonisch oder per E-Mail. In dieser Zeit sind nur die Kassenautomaten in den KundenCentern Reutershagen, Toitenwinkel und Forderungsmanagement in Betrieb. Bitte informieren Sie sich online auf [www.WIRO.de](http://www.WIRO.de)



**KundenCenter Reutershagen**  
(+Hansaviertel, KTV)  
[reutershagen@WIRO.de](mailto:reutershagen@WIRO.de)  
0381.4567-3310

**KundenCenter Mitte**  
(Stadtmitte, KTV, Südstadt, Biestow,  
Brinckmanshöhe)  
[mitte@WIRO.de](mailto:mitte@WIRO.de)  
0381.4567-3510

**KundenCenter Evershagen**  
[evershagen@WIRO.de](mailto:evershagen@WIRO.de)  
0381.4567-3810

**KundenCenter Groß Klein**  
(+Schmarl, Lichtenhagen,  
Warnemünde, Markgrafenheide)  
[grossklein@WIRO.de](mailto:grossklein@WIRO.de)  
0381.4567-3110

**KundenCenter Toitenwinkel**  
(+Dierkow)  
[toitenwinkel@WIRO.de](mailto:toitenwinkel@WIRO.de)  
0381.4567-3610

**KundenCenter Lütten Klein**  
[luettenklein@WIRO.de](mailto:luettenklein@WIRO.de)  
0381.4567-3210

**KundenCenter  
Forderungsmanagement**  
[forderungsmanagement@WIRO.de](mailto:forderungsmanagement@WIRO.de)  
0381.4567-3410

**Grundstücke und  
Eigentumswohnungen**  
[ig@WIRO.de](mailto:ig@WIRO.de)  
0381.4567-2331

**KundenCenter für  
Haus- und Wohneigentum**  
[hausundwohneigentum@WIRO.de](mailto:hausundwohneigentum@WIRO.de)  
0381.4567-3710