



Marzahner Tor

# WOHNFÜHLER

Genossenschafts ♥ Magazin

Ausgabe Winter 2025 | [www.marzahner-tor.de](http://www.marzahner-tor.de)



*Frohe Feiertage und ein glanzvolles neues Jahr!*

## **Frische Luft macht munter**

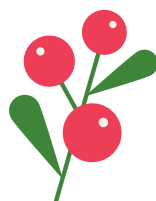
Runter vom Sofa und raus auf den Spielplatz! Auch im Winter tut es Kindern gut, im Freien zu spielen. Mit unseren Tipps für winterliche Outdoor-Abenteuer spricht nichts dagegen.

Seite 20



**Große Pläne:** Für diese Baumaßnahmen krepeln wir 2026 die Ärmel hoch. Seite 8

**Große Hilfe:** Die HVSG unterstützt Sie gern beim Frühjahrsputz im neuen Jahr. Seite 18



## Liebe Mitglieder, liebe Leser:innen!

Dem Vergangenen: Dank, dem Kommenden: Ja!

Besser als mit den Worten des ehemaligen Generalsekretärs der Vereinten Nationen, Dag Hammarskjöld, könnten wir unsere Stimmung kurz vor dem Jahreswechsel nicht beschreiben. Als Genossenschaft blicken wir auf ein bewegtes Jahr zurück, in dem wir gemeinsam viel erreicht haben: Ob die Fertigstellung unseres Leitbilds, unser sommerliches Kiezfest oder ein Wunschbaum voller Ideen – ohne unsere engagierten Mitglieder wäre manches nicht möglich gewesen. Dafür sagen wir von Herzen Danke!

Nun blicken wir zuversichtlich und mit etwas Tatendrang auf das neue Jahr. Ab Seite 8 finden Sie eine Übersicht unserer geplanten Bauprojekte – 2026 packen wir's an! Sich in den eigenen vier Wänden nicht nur wohl, sondern auch sicher zu fühlen, ist ein Grundrecht, das wir unseren Mieter:innen gern erfüllen. Unseren Sicherheitsdienst flash-security stellen wir Ihnen ab Seite 6 vor.

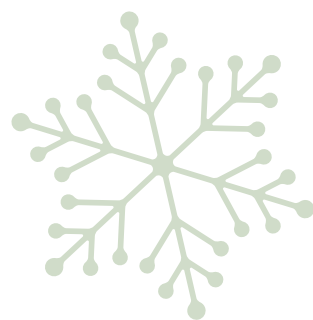
Wo viele Menschen als Gemeinschaft zusammenleben, ist immer etwas los: Eine bunte Vielfalt von Veranstaltungen lud in den letzten Monaten unsere Mitglieder zum gemeinsamen Staunen, Lachen und Spaßhaben ein. Unsere ausführliche Rückschau lesen Sie ab Seite 10. Über unsere große Ehrenamts-gala berichten wir ab Seite 14. Sie haben alles verpasst? Nutzen Sie Ihre Chance im neuen Jahr! Ab Seite 26 haben wir für Sie eine Sammlung spannender Erlebnisse für drinnen und draußen zusammengestellt.

Zusammen Zeit zu verbringen, ist übrigens auch eine gute Geschenkidee: Ein gemeinsamer Theater- oder Konzertbesuch stärkt die Freundschaft und braucht kein Geschenkpapier. Weitere Tipps und Tricks zur Müllvermeidung an Weihnachten finden Sie ab Seite 22. Wir hoffen, dass auch Sie auf einige positive Erlebnisse im vergangenen Jahr zurückblicken können. Warum wir am Jahresende so gern Rückschau halten und was unser Gehirn damit zu tun hat, lesen Sie übrigens ab Seite 4.

Ihnen und Ihren Lieben wünschen wir von Herzen ein besinnliches Weihnachtsfest und alles Gute fürs neue Jahr!

Uwe Heß, Vorstand

Manuel Karasch, Vorstand



20



**Raus mit euch:** Auch im Winter brauchen Kinder Gelegenheit, im Freien zu spielen und sich auszutoben. Die frische, kalte Luft trainiert das Immunsystem und fördert die Konzentration. Trockene Kleidung und viel Bewegung helfen dabei, warm zu bleiben. Mit diesen und weiteren Tipps steht winterlichen Outdoor-Aktivitäten mit Kindern nichts im Wege.



**Aufgepasst:** So sorgt flash-security für Sicherheit im Kiez.



**Baupläne:** Diese Instandsetzungsmaßnahmen packen wir 2026 an.

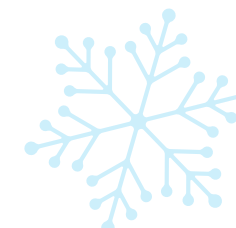


**Große Gala:** Feierliche Würdigung unserer Ehrenamtler:innen.



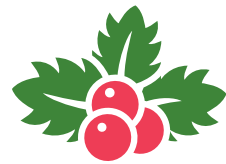
**Sauber:** Mit diesen Tipps feiern Sie Weihnachten ohne Müllberg.

- 04 **Stille Tage:** Wie unser Gehirn die Zeit zwischen Weihnachten und Neujahr zur Rückschau nutzt.
- 06 **Aufgepasst:** Gemeinsam mit flash-security sorgen wir für ein sicheres Wohnumfeld.
- 08 **Wohnkomfort:** Unsere Instandsetzungsmaßnahmen für 2026 im Überblick.
- 10 **Wir-Momente:** Ein Rückblick auf die Veranstaltungshighlights der letzten Monate im Kiez.
- 14 **Engagement:** Ohne unsere Ehrenamtlichen wäre das Zusammenleben nur halb so schön.
- 18 **Fast wie neu:** Der Reinigungsservice der HVSG bringt die ganze Wohnung zum Glänzen.
- 19 **Nicht wegwerfen!** Eine Reparatur vom Profi haucht defekten Haushaltsgeräten neues Leben ein.
- 20 **Hui statt Brrrr:** Worauf Sie bei winterlichen Abenteuern mit den Kids achten sollten.
- 22 **Geschenkt:** Diese Tipps helfen dabei, weihnachtlichen Verpackungsmüll zu reduzieren.
- 24 **Wir Marzahner:** Fotograf Asger Hunov präsentiert im Zirkus CABUWAZI sein Buch.
- 26 **Was geht im Kiez:** Veranstaltungstipps von Januar bis März für Groß und Klein.
- 28 **Rätselspaß:** Unsere Winterknobelei hält die Gehirnzellen warm.





# ZWISCHEN DEN JAHREN WENN DAS GEHIRN LEISER HÖRT



**WARUM DIE STILLE ZEIT UNSERE GEDANKEN  
SORTIERT – UND WIE WIR SIE FÜR UNS  
NUTZEN KÖNNEN.**

## **Ein kurzer Moment Atemholen**

Die Tage zwischen Weihnachten und Neujahr fühlen sich anders an. Der Kalender wird dünner, der Lärm leiser. Wissenschaftler nennen diese Phase eine „natürliche Entlastungszone“: weniger Termine, weniger Reize – und genau das verändert, wie unser Gehirn arbeitet.

## **Das innere Denken schaltet sich ein**

In ruhigen Zeiten wird ein Netzwerk aktiv, das Forschende „Default Mode Network“ nennen. Es springt an, sobald wir nicht funktionieren müssen, sondern einfach da sind. Dann beginnen Prozesse, die im Alltag oft zu kurz kommen: Erinnern, Neuordnen, Bilanzieren. Neurowissenschaftliche Studien zeigen: Menschen ab 50 nutzen diese Phasen besonders intensiv. Mit zunehmender Lebenserfahrung wächst die Fähigkeit, Erlebnisse einzuordnen und aus ihnen Bedeutung zu ziehen – ein natürlicher Schutzfaktor für seelische Gesundheit.

## **Warum gerade jetzt?**

Wenn draußen wenig passiert, richtet das Gehirn den Blick nach innen. Die emotionale Qualität festlicher Tage – Wärme, Vertrautheit, Rituale – verstärkt diesen Effekt. Nostalgieforschung zeigt, dass positive Erinnerungen messbar Stress reduzieren, das Herz beruhigen und ein Gefühl von Zugehörigkeit erzeugen. Die stillen Tage bieten dafür ideale Bedingungen.

## **Aus Rückschau wird Kraft**

Rückschau ist keine Sentimentalität. Sie ist ein mentales Sortieren, das hilft, Belastendes loszulassen und Gutes sichtbar zu machen. Psychologische Untersuchungen belegen: Wer sein Jahr bewusst reflektiert, startet strukturierter, zufriedener und entschlossener in die kommende Zeit.



*„Wenn draußen  
Ruhe einkehrt,  
beginnt im  
Inneren die  
wichtigste  
Bewegung.“*

Ein kleiner Impuls für große Wirkung:  
Drei Fragen reichen, um diese besondere  
Zeit für sich zu nutzen:

- ▶ **Welche drei Momente dieses Jahres tragen mich weiter?**
- ▶ **Wovon möchte ich im neuen Jahr mehr haben?**
- ▶ **Was darf leicht bleiben – und was darf gehen?**

So wird aus den Tagen zwischen  
den Jahren mehr als eine Pause.  
Es wird ein stiller, aber kräftiger Beginn.



# GEMEINSAM für ein sicheres Zuhause!

Sich in den eigenen vier Wänden sicher und geborgen zu fühlen, ist ein menschliches Grundbedürfnis, das wir in Zusammenarbeit mit dem Sicherheitsdienst flash-security gern erfüllen.



Vielleicht sind sie Ihnen schon einmal begegnet: Regelmäßig drehen die Mitarbeiter:innen von flash-security ihre Runden im Kiez – zu Fuß, mit dem Fahrrad oder im Einsatzfahrzeug. Durch ihre Präsenz fühlen sich viele unserer Mieter:innen sicherer. Dabei geht es in der Kooperation mit flash-security ausdrücklich nicht um Kontrolle. Vielmehr stehen Unterstützung, Prävention und Dialog im Vordergrund. Die Zusammenarbeit trägt dazu bei, dass Konflikte frühzeitig erkannt werden und das nachbarschaftliche Miteinander besser gelingt.

## FÜR IHRE SICHERHEIT IM EINSATZ, RUND 250 MAL IM JAHR

Die Sicherheitskräfte stehen für unsere Mieter:innen als direkte Ansprechpartner bei Fragen oder Unsicherheiten zur Verfügung und leiten Auffälligkeiten an uns weiter. Durch den engen Austausch können wir schnell und abgestimmt handeln. Im Durchschnitt erreichen die Leitstelle von flash-security drei bis sechs Meldungen pro Woche, also rund 250 Anrufe im Jahr. Die Leitstelle nimmt alle relevanten Daten auf und gibt sie an die operativen Kräfte weiter.

Innerhalb von zehn bis fünfzehn Minuten erfolgt dann in den meisten Fällen der Einsatz – schnell, diskret und lösungsorientiert.

## SICHERHEIT IM ALLTAG, FÜNF EINFACHE TIPPS

Für ein sicheres Umfeld können wir alle etwas tun. Wir haben flash-security gefragt, wie Mieterinnen und Mieter zur Sicherheit im Kiez beitragen können:

- 1 **Augen aufhalten:** Achten Sie bewusst auf Ihr Umfeld und melden Sie Ungewöhnliches.
- 2 **Aushänge prüfen:** Ist der Kontakt zum Sicherheitsdienst im Haus noch aktuell sichtbar?
- 3 **Routinen verändern:** Wer aus dem Alltags-trott ausbricht, nimmt die Umgebung wacher wahr.
- 4 **Fragen hilft:** Wenn der Nachbar im Urlaub ist und Licht brennt – zur Sicherheit nachfragen.
- 5 **Im Gespräch bleiben:** Kontakt zu Sicherheitsdienst, Hausmeisterteam und Nachbar:innen hilft, Missverständnisse zu vermeiden.

SECURITY

## GEMEINSAM FÜR MEHR RESPEKT

Meist steckt hinter einem Anruf beim Sicherheitsdienst der Wunsch nach einem respektvollen Miteinander.

Die häufigsten Einsatzanlässe sind:

- ▶ Ruhestörungen durch laute Musik oder Fernseher
- ▶ Ruhestörungen durch Feiern oder lautes Verhalten im Freien
- ▶ Ruhestörungen durch Kinderlärm
- ▶ Meldungen über verdächtige Personen oder ungewöhnliche Beobachtungen

Für ein friedvolles Miteinander:  
Bitte nehmen Sie Rücksicht auf Ihre Nachbarn.

So erreichen Sie  
unseren Sicherheitsdienst  
Telefon 030 3229521777  
täglich 18 bis 2 Uhr  
Bei Problemen wie z. B. Ruhestörung, Graffiti oder Sachbeschädigung  
bitte melden. Alle Hinweise werden anonym behandelt.



# INSTANDSETZUNGS- PROJEKTE 2026

*Darauf können Sie bauen!*

In unser genossenschaftliches Miteinander investieren wir regelmäßig viel Herzblut. Aber nicht ausschließlich: Auch reichlich Arbeit und handfeste Geldsummen kommen zum Einsatz, um unsere Wohnanlagen zukunftsfähig und nachhaltig zu gestalten und den Komfort der Mieter:innen zu sichern.

Auch 2026 liegen uns eine starke Gemeinschaft, sichere Wohnverhältnisse und nachhaltige Entwicklungen am Herzen. Unser Engagement für die Genossenschaft schlägt sich in einer Vielzahl kleiner und großer Bauprojekte nieder, die bei unseren Mieter:innen für ein gutes Plus an Lebensqualität sorgen werden. Durch solides Wirtschaften in den vergangenen Jahren ist unsere Genossenschaft hervorragend aufgestellt, sodass wir wichtige Maßnahmen wie Modernisierung von Hausanschlussstationen und Aufzügen, Strang- und Dachsanierungen ohne Einschränkungen umsetzen können.

Auf Basis des vom Aufsichtsrat und Vorstand abgestimmten Wirtschaftsplanes investieren wir in den kommenden 10 Jahren insgesamt 42 Millionen Euro in die Instandhaltung und 117 Millionen Euro in Instandsetzungsmaßnahmen für Gebäude, Wohnungen und das Wohnumfeld. Davon entfallen gut 13 Millionen Euro auf Maßnahmen, mit denen wir noch 2026 loslegen.

Als Wohnungsgenossenschaft haben wir einen klaren Auftrag: unseren Mitgliedern dauerhaft ein gutes, sicheres und bezahlbares Zuhause zu ermöglichen. Darum sind Investitionen in Instandhaltung und Instandsetzung kein Luxus, sondern Pflicht.

Sie erhalten Bausubstanz und Wohnstandard, verhindern teure Schäden und sichern langfristig stabile Mieten. Gleichzeitig stärken sie Klimaschutz, Barrierefreiheit und ein gepflegtes Umfeld, in dem Nachbarschaft wachsen kann – heute und morgen.



## INVESTITIONEN IN DIE ZUKUNFT (2026): 13 MILLIONEN EURO

Die Maßnahmen lassen sich in drei große Schwerpunkte bündeln:

**TECHNISCHE INFRASTRUKTUR UND GRUNDSANIERUNG: CA. 7,7 MIO. EURO**

Zum Werterhalt unserer Bestände und für einen zuverlässigen Betrieb.

Beispiele: Strangsanierungen, Hausanschlussstationen, neue Video-Sprechanlagen.

**MODERNISIERUNG, KOMFORT UND BARRIEREFREIHEIT: CA. 1,2 MIO. EURO**

Für mehr Wohnqualität heute und in Zukunft. Beispiele: Aufzugsmodernisierungen, Instandsetzung Treppenhäuser, Umbauten nach Mietervereinbarung.

**GEBÄUDEHÜLLE, AUSSENANLAGEN UND NACHHALTIGKEIT: CA. 0,9 MIO. EURO**

Für ein gepflegtes Umfeld und klimafreundliche Entwicklung. Beispiele: Dach- und Fassadeninstandsetzungen, Photovoltaik, Spielplätze, Digitalisierung.

**ZUSÄTZLICH IN DER LAUFENDEN INSTANDHALTUNG: CA. 3,2 MIO. EURO**

Für regelmäßige Pflege und schnelle Reparaturen im Alltag. Beispiele: Wohnungsinstandhaltung und -wiederherrichtung, Gebäudeunterhalt, Verkehrssicherung im Wohnumfeld.



# RÜCKBLICK

## auf die schönsten *Wir-Momente*

In unserer Genossenschaft ist immer etwas los – Marzahner Tor macht es möglich. Für unsere Mieter:innen geben wir eben alles! Begleiten Sie uns auf eine kleine Reise durch die Veranstaltungshighlights der letzten Monate – von Halloween-Grusel bis hin zur spektakulären Zirkusshow!



*Gemeinsam genüsslich  
gruseln*



Am 31. Oktober 2025 wurde es schaurig-schön im Wohnfühltreff: Bei unserer Halloween-Party waren alle Kinder der Genossenschaft willkommen – je gruseliger das Kostüm, umso besser! Verschiedene Kreativ- und Spielangebote luden zum Mitmachen ein: Monsterdosenwerfen, Halloweenbingo, Spinnenweitpusten, Punktwurf und Taschenbemalen ließen keine Langeweile aufkommen – höchstens etwas Gänsehaut! Beim Kinderschminken und an der Tattoo-Station konnten kleine Monster mit schaurigen Motiven ihre Verkleidung vervollständigen. Auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz: Als Stärkung standen Kuchen, kleine Snacks und Süßigkeiten bereit – denn Gruseln macht hungrig!

*Sankt Martin zieht  
durchs Viertel*



Am 11. November 2025 erhellten Lichter und Laternen unseren Kiez: Familien aus der Nachbarschaft versammelten sich zum traditionellen St.-Martins-Fest. Als Auftakt fand in der katholischen Kirche am Neufahrwasserweg ein Anspiel statt. Hier wurde die Geschichte des heiligen Martin lebendig, der seinen warmen Mantel mit einem Bettler teilte und so Mitgefühl und Hilfsbereitschaft zeigte. Danach zog der Laternenumzug singend durch das Dorf hinauf zum Mühlenberg, wo die Teilnehmenden sich mit Martinshörnchen stärken und an einem großen Martinsfeuer aufwärmen konnten. Ganz im Sinne des hilfsbereiten Sankt Martin brachten viele Besucher:innen Spenden für Bedürftige mit. Die Päckchen mit Dingen des täglichen Bedarfs kommen Menschen zugute, die Unterstützung benötigen.





# 1000 Dank!

Ob Laternenumzug, Halloween-Abenteuer, Foto-Show oder hochkarätige Artistik: Alle Veranstaltungen waren ein voller Erfolg und haben zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner zusammengebracht. Unser herzlicher Dank gilt den engagierten Helfer:innen, Mitwirkenden und Besucher:innen, die diese gemeinsamen Erlebnisse möglich gemacht haben.



## Pinocchio neu interpretiert

Bei Marzahner Tor gab es diesmal schon vor dem Fest Geschenke: Die Genossenschaft spendierte ihren Mitgliedern 200 Tickets für die große Weihnachtsshow des Kinder- und Jugendzirkus CABUWA-ZI. Am 13. Dezember 2025 erlebte ein begeistertes Publikum die zauberhafte Inszenierung „BuraTINA – eine Weihnachtsgeschichte“. Inspiriert von „Pinocchio“ erzählt die Show von einem lebendig gewordenen Holzmädchen und ihrem Weihnachtsengel in Ausbildung. Artistik, Choreografien und eindrucksvolle Kostüme sorgten für strahlende Kinderaugen und reichlich Applaus.



## Vorweihnachtlicher Austausch

Am 2. Dezember versammelten sich knapp 50 Vertreter:innen unserer Genossenschaft zum jährlichen weihnachtlichen Vertreterabend in unseren Geschäftsräumen in der Märkischen Allee. Ebenfalls zu Gast war Bezirksstadtrat Stefan Bley. Auf der Agenda stand die Diskussion wichtiger Themen wie z. B. Schulbedarfe, Schulsanierungen und Neubauten im Bezirk. Die engagierten Vertreter:innen nutzten die Gelegenheit, sich über Ideen und Perspektiven für unsere Genossenschaft und den Kiez auszutauschen.



## Weihnachtsvorfreude auf Rädern

Vom 8. bis 12. Dezember strömte wieder der Duft von Punsch und gebrannten Mandeln durch den Kiez: Bereits zum fünften Mal sorgte unser Weihnachtswagen – Marzahns kleiner mobiler Weihnachtsmarkt – in unserer Nachbarschaft für eine festliche Atmosphäre. Rund 800 Mieter:innen folgten der Einladung, im Weihnachtstrubel eine kleine Pause einzulegen und sich bei festlicher Musik und weihnachtlichen Leckereien auf die Feiertage einzustimmen. Basteltisch und Weihnachtsmann-Sprechstunde erfreuten sich großer Beliebtheit bei unseren jüngeren Mitgliedern. Als kleine Aufmerksamkeit von Marzahner Tor erhielten alle Mieter:innen einen Gutschein für eine weihnachtliche Nascherei.





ZU EHREN DER EHRENAMTLICHEN: GROSSE GALA IM ZIRKUS CABUWAZI

# IHR SEID EINFACH *unbezahlbar!*

**Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren, machen der Gemeinschaft ein großes Geschenk: Sie teilen ihr Wissen und oftmals viel von ihrer Zeit, um etwas zu bewirken, ihre Mitmenschen voranzubringen und das Miteinander zu stärken. Dies gilt gerade auch für unsere Genossenschaft, in der Mitwirkung und Eigeninitiative „Ehrensache“ sind.**

## **Talente sind zum Teilen da**

Um denjenigen, die sich aktiv für die Gemeinschaft engagieren, etwas zurückzugeben, möchten wir eine Kultur der Anerkennung für ehrenamtliche Leistungen etablieren. Was bedeutet das? Ehrenamtliches Engagement soll sichtbar werden. Wir möchten zeigen, dass es innerhalb unserer Gemeinschaft viel Potential für ehrenamtliche Aktivitäten gibt, und so immer mehr Menschen ermutigen, zu unserer lebendigen Nachbarschaft beizutragen. Jedes Mitglied hat Talente, Fähigkeiten, Wissen und Erfahrungen, die es zum Nutzen aller weitergeben kann.

Auf der anderen Seite möchten wir den Genossenschaftsmitgliedern, die sich bereits engagieren, für ihren Einsatz unsere Wertschätzung zeigen. Um das Thema noch stärker in den Fokus zu rücken, haben wir bereits beim Neujahrsempfang des vergangenen Jahres über verschiedene Formen des Ehrenamts gesprochen, Praxisbeispiele vorgestellt und für mehr Engagement im Quartier geworben.



## **Unbezahlbar für das Miteinander**

Eines steht fest: Ohne die unbezahlte – und unbezahlbare – Mitarbeit vieler Genossenschaftsmitglieder wäre das gesellschaftliche Leben in unserem Kiez deutlich weniger bunt und vielschichtig: Einige bieten Sportkurse für Kinder an, andere laden zu historischen Stadtführungen ein oder pflegen mit viel Liebe Grünflächen und Vorgärten. Jede dieser Tätigkeiten stärkt auf ihre Weise das Miteinander im Viertel und trägt zu einem lebenswerten Wohnumfeld bei.

## **Applaus für ehrenamtliches Engagement**

Um unserer Anerkennung Ausdruck zu verleihen, luden wir gemeinsam mit der degewo, dem DRK Marzahn-Hellersdorf und anderen Akteuren aus dem Kiez am 22. November zur Ehrenamtsgala ein. Über 120 Ehrenamtliche aus Marzahn-Mitte kamen im Kinder- und Jugendzirkus CABUWAZI zu einem glanzvollen Nachmittag zusammen, bei dem sie und ihre wertvolle Arbeit im Mittelpunkt standen. Konkrete Wertschätzung erfuhren die Teilnehmer:innen durch kleine Dankesgeschenke und ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm: Beim Quiz rund um Marzahn und seine Besonderheiten konnten alle ihr Wissen testen und Luftballons sammeln.

Für große Begeisterung sorgten außerdem die jungen Artistinnen und Artisten von CABUWAZI mit einer mitreißenden Zirkusshow.







In Anwesenheit unseres Vorstands Manuel Karasch erhielten die ehrenamtlich Aktiven eine persönliche Würdigung für ihr Engagement.

**Ein großes Dankeschön an alle, die sich mit viel Zeit, Herzblut und Tatendrang einbringen und so unsere Gemeinschaft jeden Tag ein Stück lebendiger machen!**

### Ehrenamt macht glücklich

Ehrenamtliches Engagement tut allen gut. Auch die Ehrenamtler:innen selbst profitieren von ihrem freiwilligen Einsatz. Psychologische und sozialwissenschaftliche Studien zeigen, dass Menschen, die sich regelmäßig ehrenamtlich einsetzen, insgesamt zufriedener sind und ihr Leben als sinnstiftend erleben. Beim Helfen schüttet der Körper Botenstoffe wie Dopamin aus, das Belohnungssystem springt an und Stress nimmt ab. Hinzu kommt: Zusammen ist man weniger allein! Wer sich für andere engagiert, anstatt einsam zu Hause zu sitzen, fühlt sich gebraucht und knüpft leichter neue Freundschaften.

### Engagement hat viele Seiten

Eine Vielfalt von Fähigkeiten, Erfahrungen und Interessen kommt bei den ehrenamtlich Tätigen im Viertel zum Einsatz: Sie vermitteln Wissen, stärken anderen den Rücken, organisieren Veranstaltungen, sind als Ansprechpartner:innen für andere da, gestalten das genossenschaftliche Leben mit und fördern das Gemeinschaftsgefühl – z. B. bei Tätigkeiten in Umsonstläden, Nachbarschaftstreffs, Gemeinschaftsgärten, Familienzentren, im Wohnfühltreff oder als Vertreter:innen unserer Genossenschaft.



### Engagiert euch!

Wer sich selbst ehrenamtlich engagieren möchte, sollte als Erstes einen Blick auf die eigenen Stärken richten: Welches Wissen kann ich mit anderen teilen? Möchte ich Menschen unterstützen und begleiten, habe ich Organisationstalent, bin ich eher der kreative Typ oder kann ich richtig gut anpacken? Danach gilt es, Ressourcen auszuloten: Wie viel Zeit und Energie kann ich für das Ehrenamt erübrigen? Erst dann sollten Sie sich nach konkreten Einsatzmöglichkeiten umschauen. Für Einsteiger oder Unentschlossene bietet die FreiwilligenAgentur Marzahn-Hellersdorf eine Engagement-Beratung an.

→ Mehr Infos: [www.aller-ehren-wert.de/engagement-beratung](http://www.aller-ehren-wert.de/engagement-beratung)



## Freiwilliges Engagement? Bei Marzahner Tor Ehrensache!

Unsere Genossenschaft lebt von Mitgestaltung und auch in unserem Leitbild spielt Gemeinschaft eine wichtige Rolle. Als Mitglied von Marzahner Tor können Sie sich z. B. im Wohnfühltreff mit einem Kurs oder Vortrag einbringen oder sich als Vertreter:in wählen lassen. Wer weniger Kapazitäten hat, kann sein Mitwirkungsrecht durch die Teilnahme an Umfragen und Wahlen, wie z. B. der Vertreterwahl, wahrnehmen.





# BLITZSAUBERES ANGEBOT



**GÖNNEN SIE IHRER WOHNUNG EINE FRISCHEKUR –  
MIT HILFE DER HVSG**

Der Weihnachtsbaum ist abgeschmückt (→ Infos zur Entsorgung siehe Seite 22) und der Baumschmuck wieder verstaut – die beste Gelegenheit für einen ausgiebigen Neujahrsputz. Doch vielen Menschen fehlt die Zeit oder Energie, um selbst Besen und Schrubber zu schwingen. Eine glänzende Lösung bietet unsere Tochtergesellschaft HVSG: Beauftragen Sie echte Profis mit der Reinigung von Fenstern, Loggia oder Gardinen, und starten Sie blitzsauber ins Frühjahr.

## Preisübersicht

### GLASREINIGUNG

- 1-Raum-Wohnung – 50 Euro
- 2-Raum-Wohnung – 60 Euro
- 3-Raum-Wohnung – 85 Euro
- 4-Raum-Wohnung – 100 Euro
- 5-Raum-Wohnung – 120 Euro

### GLASREINIGUNG „GÄRTEN DER WELT“

- 2-Raum-Wohnung – 95 Euro
- 3-Raum-Wohnung – 109 Euro

### LOGGIA-REINIGUNG

- Loggia 1 – 50 Euro
- Loggia 2 – 60 Euro
- Loggia 3 – 85 Euro

### GARDINENSERVICE

- zusammen mit Glasreinigung – 40 Euro
- ohne Glasreinigung – 60 Euro

### WEITERE LEISTUNGEN

- Teppichreinigung pro Stunde – 60 Euro
- Wohnungsreinigung pro Stunde – 60 Euro



## BUCHEN SIE DAS HVSG-TEAM

**Kathrin Schumacher**  
Bereichsleiterin Gebäudereinigung  
E-Mail: [schumacher@hvsg-berlin.de](mailto:schumacher@hvsg-berlin.de)  
**Marcus Beyer**  
Stellvertretender Bereichsleiter  
E-Mail: [mbeyer@hvsg-berlin.de](mailto:mbeyer@hvsg-berlin.de)

**Telefon 030 930265-74**

Melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei Frau Schumacher oder Herrn Beyer. Um den Rest kümmert sich das HVSG-Team.

*Alle Preise sind Endpreise  
inklusive Mehrwertsteuer.  
Materialverbrauch  
berechnen wir separat.*

# IST MEINE Waschmaschine NOCH ZU RETTEN?

Defekte Haushaltsgeräte lassen sich häufig noch reparieren. Das ist oft günstiger und immer nachhaltiger als neu kaufen. Das Team des Marzahner Reparatur-Service Kirschnick & Teuchert weiß, worauf es bei der Reparatur von Kühlschrank, Waschmaschine und Co. ankommt. Mitglieder von Marzahner Tor erhalten hier sogar einen Zuschuss zu ihrem Kostenvoranschlag.

Bereits beim ersten Telefonat können die Reparaturprofis in vielen Fällen schon einschätzen, ob es sich lohnt, ein Elektrogerät zu reparieren. Kleinere Reparaturarbeiten unter 100 Euro reichen oft schon aus, um die Funktionsfähigkeit eines Haushaltsgeräts wiederherzustellen – und so einen teuren Neukauf zu vermeiden.

### Professionelle Gerätereparatur

Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin für Ihren Kostenvoranschlag. Häufig bekommen Sie hier schon eine erste Einschätzung. Die Reparaturprofis kommen vorbei, reparieren Ihr Haushaltsgerät direkt vor Ort und prüfen die Funktion. Sie erhalten zwei Jahre Gewährleistung auf jedes Ersatzteil.



## REPARIEREN STATT NEU KAUFEN

**Reparatur-Service  
Kirschnick & Teuchert**  
Fachbetrieb der Elektroinnung Berlin  
Michael Kirschnick & Boris Teuchert  
Marzahner Chaussee 206  
12681 Berlin

**Telefon 030 55156513**

[info@reparaturservice-berlin.de](mailto:info@reparaturservice-berlin.de)

## 20 EURO FÜR SIE!

Bis zum 30.06.2026 erhalten unsere Mieter:innen von Marzahner Tor einen Zuschuss von 20 Euro pro Kostenvoranschlag. So fällt die Entscheidung für nachhaltiges Handeln noch leichter.

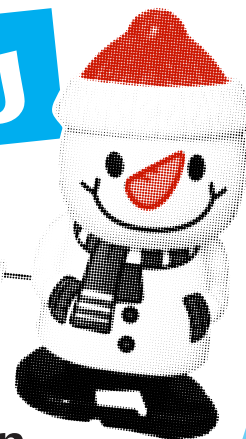


## TIPPS VOM PROFI

Betreiben Sie Waschmaschine und Geschirrspüler ab und zu mit hoher Temperatur, um Keimbildung und Gerüche zu verhindern.  
Öffnen Sie die Kühlschranktür nur kurz, um Stromkosten zu sparen.



# Warm eingepackt ins Winterabenteuer



## Warum Spielen im Freien auch bei Kälte gesund ist

### Wenn der Atem kleine Wolken malt

Viele Eltern fragen sich im Winter: Ist es gut, mit kleinen Kindern draußen zu sein – oder doch lieber drinnen? Die Wissenschaft ist hier eindeutig. Gerade im Winter profitieren Kinder besonders von Bewegung an der frischen Luft. Ihr Immunsystem lernt, sich an Temperaturwechsel anzupassen, die Lunge wird besser durchlüftet und Licht sowie Sauerstoff wirken wie natürliche Energielieferanten.

### Warum Kinder Kälte besser aushalten, als wir denken

Der kindliche Körper kann Wärme erstaunlich gut regulieren. Entscheidend ist nicht die Temperatur, sondern die Kombination aus Bewegung und sinnvoller Kleidung. Fachleute empfehlen das Zwiebelprinzip: mehrere dünne Schichten, die warmhalten, aber nicht überhitzen. Wird einem Kind zu warm, steigt die Erkältungsgefahr eher – denn Schwitzen, Nässe und Wind sind die eigentlichen Probleme. Studien zeigen zudem: Kinder, die regelmäßig draußen spielen, entwickeln seltener Atemwegserkrankungen. Die kühlere Winterluft hält die Schleimhäute leistungsfähig – ein natürlicher Virenschutz. Tageslicht verbessert außerdem Schlaf und Stimmung.

### Bewegung macht warm und mutig

Stapfen, balancieren, hüpfen: Winterabenteuer stärken Motorik, Gleichgewicht und Selbstvertrauen. Die Vielfalt draußen ist im Wohnzimmer kaum ersetzbar. Wintertage trainieren etwas, das Pädagog:innen „widerstandsfähige Neugier“ nennen – den Mut, sich auch bei widrigem Wetter

auf Entdeckungsreise zu begeben. Bewegung ist die beste Heizung. Auch für die Seele.

### Wann wird es zu kalt?

Als Faustregel gilt: Bis etwa –10 Grad sind kurze bis mittlere Aufenthalte für gesunde Kinder unproblematisch. Wichtig sind warme Hände und trockene Kleidung. Babys verlieren schneller Wärme, können aber sicher draußen schlafen oder spazieren, solange sie gut eingepackt und windgeschützt sind.

### Warum Winterluft mehr kann, als wir denken

Neue Forschungen zeigen, dass Kinder in kühler Luft oft konzentrierter und reaktionsfähiger sind. Das Gehirn arbeitet wacher, und auch die Koordination verbessert sich. Besonders spannend: Der Körper aktiviert vermehrt sogenanntes braunes Fett – eine Form von Körperfett –, das nicht speichert, sondern Wärme produziert. Es heißt „braun“, weil es viele Mitochondrien enthält, die Kraftwerke der Zellen. Je häufiger Kinder draußen sind, desto besser trainiert dieses natürliche Heizsystem den Stoffwechsel – effektiv und ganz unbemerkt.

Weniger bekannt: Winterluft enthält oft mehr Sauerstoff pro Liter als warme Sommerluft – das macht Ausflüge für Kinder belebend und fördert die Konzentration. Außerdem zeigen Untersuchungen, dass regelmäßige Kälteimpulse die Stressregulation verbessern. Kinder, die viel draußen sind, reagieren gelassener auf Alltagsreize und lernen, ihren Körper besser einzuschätzen.

## DIE 5 WICHTIGSTEN WINTERREGELN FÜR KIDS & ELTERN

### 1. Zwiebelprinzip

Mehrere Schichten, Mütze, warme Schuhe – aber Überhitzung vermeiden.

### 2. Bewegung statt Sitzen

Kinder kühlen im Stillstand aus. Aktivitäten einplanen.

### 3. Auf die Hände achten

Gefütterte Handschuhe regelmäßig wechseln, wenn sie feucht werden.

### 4. Trockene Kleidung

Nässe ist der größte Kältefaktor. Bei Bedarf Ersatz mitnehmen.

### 5. Kurze Checks

Sind Nase, Finger, Füße kalt? Braucht das Kind eine Pause?



### So wird der Winter zum Spielplatz

**Spuren im Schnee erkennen:** Tierpfade, Schuhabdrücke, Fahrradmuster entdecken.

**Zapfen sammeln & sortieren:** Größen vergleichen, kleine Wintermuster legen.

**Geräusche-Safari:** Winterklänge sammeln – knisterndes Laub, kalte Luft, Tropfen.

**Mini-Wetterstation:** Regenmenge messen, Windrichtung testen, Atemwolken beobachten.

**Schattenfangen:** Lange Winterschatten für Spiele nutzen, eigene Schatten umranden.

**Aufwärmritual:** Trockene Socken, warme Hände, kurzer Tee-Stopp – ein fester Abschluss, der Ruhe reinbringt und den Ausflug abrundet.

*Kälte macht nicht krank, Viren tun es. Draußen ist die Ansteckungsgefahr sogar geringer.*





# SCHÖNE SAUBERE

## Bescherung

### TIPPS UND TRICKS FÜR EIN NACHHALTIGES WEIHNACHTEN

Liebevoll verpackte Geschenke, eine weihnachtlich dekorierte Wohnung, ein aufwändiges Festessen und natürlich der geschmückte Weihnachtsbaum gehören für die meisten Menschen zum Weihnachtsfest dazu. Leider entsteht durch unsere Fei ergewohnheiten auch jede Menge Abfall – vom Geschenkpapier über Verpackungen und ausrangierte Deko bis hin zum Weihnachtsbaum. Dieser unschöne Müllberg steht bei den wenigsten Menschen auf dem Wunschzettel. Wir haben Tipps und Tricks gesammelt, mit deren Hilfe Sie das Abfall-Aufkommen zum Fest deutlich reduzieren können.

#### Geschenke verpacken – aber nachhaltig!

Verpackungsmaterialien für Geschenke haben zwar an Heiligabend einen großen Auftritt – allerdings nur einen sehr kurzen. Danach landen sie im Abfall – es sei denn, Sie streichen das Papier nach dem Auspacken glatt und verwenden es beim nächsten Mal einfach weiter. Tipp: Eingerollt lässt sich gebrauchtes Geschenkpapier gut aufbewahren und verliert noch letzte Falten.

Alternativ können Sie andere Materialien zum Verpacken verwenden, die in vielen Haushalten zu finden sind: Schenken Sie Zeitungspapier, alten Landkarten oder Musiknoten ein zweites Leben als Umhüllung für Geschenke. Eine besonders nachhaltige Verpackungsvariante kommt aus Japan: Furoshiki nennt man ein wiederverwendbares Stofftuch zum Einwickeln der Geschenke. Dekorative Wickeltechniken finden Sie online (→ [www.utopia.de/ratgeber/furoshiki-japanische-verpackungsmethode-mit-einem-tuch](http://www.utopia.de/ratgeber/furoshiki-japanische-verpackungsmethode-mit-einem-tuch)).



Alle Infos zur Weihnachtsbaum-abholung online!



[www.bsr.de/weihnachten](http://www.bsr.de/weihnachten)

## GOODBYE, BAUM!

Weihnachtsbaum-Abholung  
Marzahn-Hellersdorf (alle Ortsteile):

Samstag, 10./24. Januar

Bitte legen Sie Ihren Baum am Vorabend  
abgeschmückt an den Straßenrand.

Info: [bsr.de/weihnachten](http://bsr.de/weihnachten)

#### Selbst gemacht macht Laune

Wer seinen Weihnachtsbaum „wie früher“ schmückt, produziert automatisch weniger Kunststoffmüll. Selbstgebastelte Sterne aus Stroh oder Papier, getrocknete Orangenscheiben, Äpfel und Nüsse sowie Plätzchen, die Sie an einem Faden aufhängen, geben dem Baum eine rustikale Note und sind biologisch abbaubar – in manchen Fällen sogar durch Aufessen.

Auch bei den Geschenken bringt Selbermachen Freude – sogar zweimal: einmal beim Herstellen und ein zweites Mal beim Schenken. Über eine selbstgemachte Marmelade oder ein paar handgestrickte Socken freuen sich alle – auch die Umwelt.

#### Zeit ist kostbar – verschenken Sie sie!

Ein gemeinsamer Konzert- oder Museumsbesuch, ein Ausflug ins Grüne oder die heiß begehrten Theaterkarten stärken das Gemeinschaftsgefühl und verursachen keinen Müll.

## WUSSTEN SIE SCHON ...

Etwa 8.000 Tonnen Geschenkpapier werden zu Weihnachten in Deutschland verwendet – und landen danach größtenteils im Abfall.

Zur Weihnachtszeit steigt das Müll-Aufkommen insgesamt um 20 Prozent an – verglichen mit den restlichen Monaten des Jahres.

#### Mein Freund, der (Weihnachts-)Baum

Auch für den Weihnachtsbaum, der nur für eine begrenzte Aufenthaltsdauer das Wohnzimmer schmückt, gibt es nachhaltigere Alternativen: Kaufen oder mieten Sie sich einen Baum im Topf oder steigen Sie um auf einen „Keinachtsbaum“ (→ [www.keinachtsbaum.de](http://www.keinachtsbaum.de)), den Sie jedes Jahr wiederverwenden können. Sie hängen am traditionellen Baum? Dann achten Sie auf die Abholtermine der Stadtreinigung (→ [www.bsr.de/weihnachten](http://www.bsr.de/weihnachten)) und setzen Sie den nadelnden Gesellen rechtzeitig vor die Tür.





# MARZAHN ZEIGT PERSÖNLICHKEIT(EN)

## DER AUTOR

Asger Hunov ist professioneller Fotograf aus Dänemark. Er lebt mit seiner Familie in Kopenhagen und arbeitet dort an einer Fachhochschule. Marzahn mit seiner urbanen Architektur, seinen überraschend weitläufigen Grünflächen und seinen vielen sozialen Gemeinschaften besitzt für ihn einen besonderen Reiz abseits der üblichen Touristenpfade.



Unser Bezirk hat viele Gesichter. 50 davon präsentiert der dänische Fotograf Asger Hunov in seinem Buch „Wir Marzahner“, das im August 2024 im BeBra Verlag erschienen ist. Am 16.10.2025 stellte Hunov sein Projekt im Zirkus CABUWAZI vor. Die Besucher:innen erlebten eine gelungene Mischung aus Fotografie, Musik und persönlichen Geschichten aus unserem Viertel.

## DAS BUCH

Für sein Buch interviewte und fotografierte Hunov über 50 Menschen aus Marzahn. In kurzen Texten und außergewöhnlichen Porträts erweckt der Bildband den Kiez zum Leben – authentisch und ohne Vorurteile.

„Wir Marzahner – Eine fotografische Liebeserklärung“  
BeBra Verlag, 2024, Paperback, 144 Seiten,  
24 x 21 cm, 101 Fotografien  
ISBN 978-3-8148-0306-7  
Für 20 Euro im Buchhandel erhältlich.

## ARCHITEKTUR IST NICHTS OHNE IHRE BEWOHNER:INNEN

Marzahn gilt als größte Plattenbausiedlung Europas. Die einen empfinden die Neubaugebiete als Betonwüste. Andere sehen in unserem Bezirk ein außergewöhnliches Beispiel funktionaler Baukunst und finden in den Fassaden mit ihren farbenfrohen Mustern spannende Fotomotive. Auch der dänische Fotograf Asger Hunov war von der Architektur im Viertel fasziniert, entdeckte aber schnell, dass Marzahn noch weit mehr zu bieten hat.

Während seiner Streifzüge – oft auf dem Fahrrad – kam er mit vielen verschiedenen Marzahner:innen ins Gespräch und stellte fest: Die spannendsten Motive liegen nicht in der Architektur, sondern in ihren Bewohner:innen. Ohne ihre Bewohner wirken die Häuser wie leere Hüllen. Es sind die Menschen, die ein Viertel und seine Geschichte erst zum Leben erwecken.

## LIEBESERKLÄRUNG AN MARZAHN

Über Social Media und persönliche Kontakte suchte der Fotograf nach Bewohner:innen, die bereit waren, über ihr Leben in Marzahn zu sprechen und sich fotografieren zu lassen. Aus diesen Gesprächen entstanden mehr als 50 Porträts, die unserem Kiez Persönlichkeit und eine Stimme verleihen – darunter ein freischaffender Künstler, eine Judo-Trainee aus der Ukraine, eine Bibliothekarin, eine alteingesessene Rentnerin und viele weitere Menschen mit ganz unterschiedlichen Lebenswegen. Unter dem Titel „Wir Marzahner“ ist aus den Fotos und Gesprächen eine fotografische Liebeserklärung in Buchform entstanden. In kurzen Texten und außergewöhnlichen Fotografien erzählt das Buch lebendige und positive Alltagsgeschichten aus einem häufig verkannten Bezirk.

## GROSSE KIEZLIEBE IM ZIRKUS CABUWAZI

Mitte Oktober zog es Asger Hunov erneut nach Marzahn, um im Zirkus CABUWAZI sein Projekt vorzustellen. Mit großem Stolz auf den Kiez und Neugier auf die Menschen hinter den Bildern kamen Genossenschaftsmitglieder und Nachbar:innen zusammen, um ihr Viertel in den Geschichten und Fotos ganz neu zu entdecken. Auch einige der Porträtierten waren persönlich anwesend. Musikalisch begleitet wurde der Abend von Liedermacher Wolfgang Reuter und dem Marzahner Kammerchor, der übrigens ebenfalls einen Platz im Buch gefunden hat.

Wir bedanken uns herzlich bei allen Mitwirkenden, insbesondere bei Asger Hunov für die tollen Einblicke sowie Renate Zimmermann von der Mark-Twain-Bibliothek als Organisatorin und Moderatorin des Abends.



## WINTERSPAZIERGÄNGE GÄRTEN DER WELT

Auch ohne Blumenpracht sind die Gärten der Welt im Winter ein Highlight. Besonders stimmungsvoll: der Japanische Garten mit seinen ruhigen Wegen. Tagesticket für Erwachsene gibt es für 4 Euro. Täglich 9–16 Uhr.

## WOCHENMARKT HELENE-WEIGEL-PLATZ

Genussmenschen finden hier alles, was das Herz begehrt: von regionalen Fleisch- und Wurstwaren über Obst, Gemüse, Käse und Räucherfisch bis hin zu frischen Blumen und Pflanzen. Mo–Sa ab 9 Uhr.



## 9. LESENACHT AN DER TRAM M8

11 Leseorte, 11 Genres, 39 Autor:innen: Erleben Sie die Lesenacht an der M8 – von Lyrik bis Rundfunk, von Kabarett bis Reisestory. Stellen Sie sich Ihre Lesereise zusammen! 20 Euro pro Person für drei Lesungen. 17. Januar, 18.30–23 Uhr.



## SAISONSTART GÄRTEN DER WELT

Mit ersten Frühlingsboten öffnen zusätzliche Themenbereiche. Besonders schön: Die Kirschblüte rückt Ende März langsam in Reichweite. Tagesticket Erwachsene 9 Euro. Täglich 9–18 Uhr, ab April 9–20 Uhr.



## VALENTINSLAUF GÄRTEN DER WELT

Läuft bei Euch? Dann ab zum Valentinslauf! Starten können alle Paare – ob verliebt, verheiratet, beste Freunde oder gerade erst kennengelernt. Möglich sind Strecken von 3/5/10 km. Startgeld von 21 bis 29 Euro pro Person zuzüglich 4 Euro Eintritt. 15. Februar ab 9 Uhr.



## AUSSTELLUNG SCHLOSS BIESDORF

Nur noch für kurze Zeit: Die Ausstellung „Die Zeit ist ein Ozean“ macht das schwer fassbare Thema Zeit durch die vielfältigen Arbeiten der zwölf teilnehmenden Künstler:innen erlebbar. Ausstellung eröffnet bis 27. Februar.



## „EDENBRIDGE“ KONZERT IM ORWOHAUS

Deutschlands größtes selbstverwaltetes Probenhaus präsentiert die österreichischen Symphonic Metal Pioniere mit ihrem neuen Album „Set The Dark On Fire“ – energetisch, hart und melodisch. VVK 25 Euro, AK 30 Euro. 13. März, Einlass 18.30 Uhr.



## FAMILIENKINO IM EASTGATE

Gemütliche Wochenenden im UCI Kids Club: Das Eastgate-Kino zeigt ausgewählte Kinderfilm-Highlights in Wohlfühl-Atmosphäre. Jeden ersten Samstag im Monat, 15 Uhr.



# Was geht im Kiez?

## VERANSTALTUNGSTIPPS FÜR JANUAR BIS MÄRZ 2026

Das neue Jahr startet in Marzahn-Hellersdorf mit richtig viel Programm: Von sportlichen Herausforderungen über Genussmomente bis hin zu Naturerlebnissen und Kulturangeboten. Hier kommen unsere Favoriten für das Frühjahr 2026 – vielleicht ist ja der perfekte Winter-Ausflug oder ein frischer Frühlingsmoment für Sie dabei!

## KINDERFASCHING FREIZEITFORUM MARZAHN

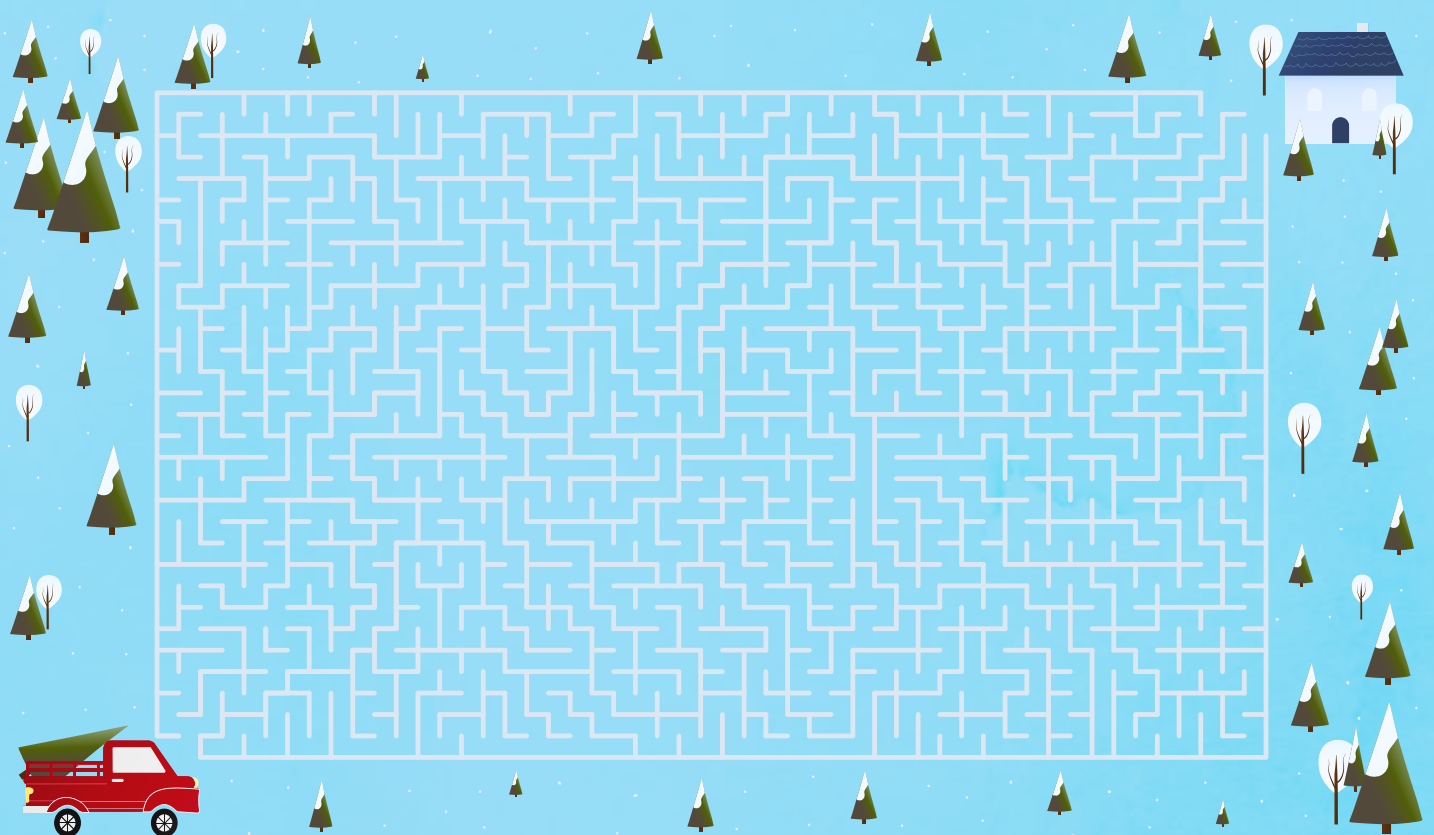
Das Nobel Popel Musiktheater präsentiert eine knallbunte Party für Kinder ab 6 Jahren: Wilde Musik, lustige Spiele und verrückte Geschichten sorgen für allerbeste Faschingslaune. Eintritt 7 Euro (pädagogisches Fachpersonal frei). 12. Februar, 10 Uhr.





# Winter Knobelspaß

Finde die zwei identischen  
Schneeflocken.



Wie kommt das Auto mit dem  
Weihnachtsbaum nach Hause?

Wohnungsgenossenschaft  
Marzahner Tor eG

Märkische Allee 210 A, 12679 Berlin  
[www.marzahner-tor.de](http://www.marzahner-tor.de)

**Geschäftsstelle:**

Mo., Mi., Fr. 9–13 Uhr | Di., Do. 9–18 Uhr  
Tel. 030 54994248, [service@marzahner-tor.de](mailto:service@marzahner-tor.de)

**Bereitschaftsdienst:**

Tel. 030 549942-99, mobil 0171 3303665

**IMPRESSUM**

Ausgabe Winter 2025, Redaktionsschluss 8.12.2025, nächste Ausgabe (Frühling): 15.3.2026

Herausgeber: Wohnungsgenossenschaft Marzahner Tor eG, Vorstand: Uwe Heß, Manuel Karasch

Konzeption, Design: REVOLUTION Werbeagentur, Redaktion: Marzahner Tor, REVOLUTION, Stefka Meyer

Fotos: Nastco/iStock (Titel), Mkovalenskaya/iStock (S.2), aleksandarvelasevic/iStock (S2/3), artvea/iStock (S.2/3), AndreyPopov/iStock (S.2/7), SerrNovik/iStock (S.2/8/9), Denis Novikov/iStock (S.2), stellalevi/iStock (S.4/5), Marzahner Tor (S.10), EyeEm Mobile GmbH/iStock (S.11), tatyana\_tomsickova/iStock (S.11), Jugendzirkus CABUWAZI (S.12), Revolution Werbeagentur (S.13), Cathrin Bach (S.14–17), alashi/iStock (S.19), Anna Orlova/iStock (S.20), SbytovaMN/iStock (S.21), cienpies/iStock (S.22/23), Ansgar Hunov (S.24), DuchesseArt/iStock (S.26/27), Iryna Lozovytka/iStock (S.28), Kharlamova/iStock (S.28)

Dieses Magazin wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft gedruckt.