



WIRO *aktuell*

Das Magazin der Wohnfühlgesellschaft

10
26



Los geht's

*Baustellen in Warnemünde und der Südstadt,
Basteln im Herbst, umsonst Eislaufen*

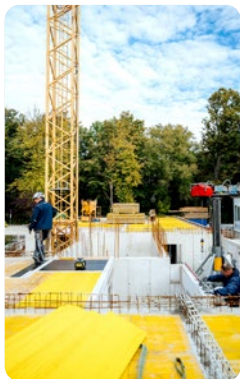
#ZuhauseInRostock

Inhalt

4

Baustellen

Hier entstehen
neue Wohnungen



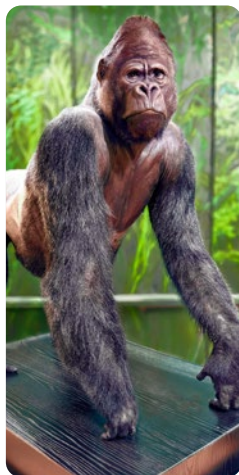
Wissenswertes

Schwimmhalle > 5
Sichere Wohnung > 13

7

Zoologische Sammlung

Kostenlose
Führung für
WIRO-Mieter



Wohnen + Leben

SBZ Toitenwinkel > 6
Rezept > 11
Spaziergänge > 12

8

Zu den Kranichen

Unterwegs mit dem Reiseklub



Veranstaltungen + Termine

Eislauf-Coupon > 14
Tag der offenen Tür > 16

10

Hagebutten

Was man aus
den Früchtchen
machen kann



Impressum Herausgeber: WIRO Wohnen in Rostock Wohnungsgesellschaft mbH, Lange Straße 38, 18055 Rostock, Leitung: Carsten Klehn (v.i.S.d.P.), Redaktion: Dörthe Hückel-Krause, Tel. 0381 4567-2323, redaktion@WIRO.de, Satz: WERK3 Werbeagentur, Titelfoto: Mathias Rövenstahl, Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH, Auflage: 34.739 Exemplare



Online KundenCenter unter
www.WIRO.de/online und als App.
Die KundenCenter erreichen Sie
per E-Mail oder telefonisch von
Montag bis Donnerstag von 7 bis 17
Uhr und am Freitag von 7 bis 13 Uhr.

**KundenCenter Groß Klein (+Schmarl,
Lichtenhagen, Warnemünde,
Markgrafenheide, Diedrichshagen)**
grossklein@WIRO.de
0381 4567-3110

KundenCenter Lütten Klein
luettenklein@WIRO.de
0381 4567-3210

KundenCenter Evershagen
evershagen@WIRO.de
0381 4567-3810

**KundenCenter Reutershagen
(+Hansaviertel, KTV)**
reutershagen@WIRO.de
0381 4567-3310

**KundenCenter Mitte (Stadtmitte, KTV,
Südstadt, Biestow, Brinckmanshöhe)**
mitte@WIRO.de
0381 4567-3510

**KundenCenter Toitenwinkel
(+Dierkow)**
toitenwinkel@WIRO.de
0381 4567-3610

**KundenCenter Haus- und
Wohneigentum**
hausundwohneigentum@WIRO.de
0381 4567-3710

WIRO-Vermietung
Sie erreichen uns per E-Mail
oder telefonisch von Montag
bis Donnerstag von 7 bis 17 Uhr
und Freitag von 7 bis 13 Uhr.
vermietung@WIRO.de
0381 4567-4567

**Sozialberatung und
Forderungsmanagement**
Unsere Experten erreichen Sie per
E-Mail oder telefonisch von Montag
bis Donnerstag von 7 bis 17 Uhr
und am Freitag von 7 bis 13 Uhr.
forderungsmanagement@WIRO.de
0381 4567-3410

**PIR Pflege in Rostock GmbH
Ambulante Pflege & Tagespflege**
Unsere Experten erreichen Sie per
E-Mail oder telefonisch von Montag
bis Donnerstag von 8 bis 15.30 Uhr
und am Freitag von 8 bis 13 Uhr
info@pflegeinrostock.de
0381 4567-2910



FOTO: MATHIAS RÖVENSTAHL

Liebe Leserinnen und Leser,

spätestens wenn der letzte Reiseklub der Saison ansteht, weiß ich: Das Jahr geht langsam, aber sicher zu Ende. Abseits von allen Aufregern und Krisen, die uns 2026 bis jetzt gebracht hat – und an denen wir nichts ändern können – ziehe ich für meine kleine Welt auch eine positive Bilanz. Mehrere hundert Mieter haben in den vergangenen Monaten mit unserem Reiseklub Tagestouren unternommen. Sie haben Land und Leute besser kennengelernt, Bekanntschaften mit anderen WIRO-Mieterern geschlossen, Neues gesehen und sind klüger wieder nach Hause gekommen. Den Reiseklub gibt es schon seit vielen Jahren und er ist nie aus der Mode gekommen. Darum geht es im nächsten Jahr natürlich weiter, die ersten Ideen liegen bereits auf dem Tisch.

Unsere Technikabteilung ist schon über die Planung hinaus, in den nächsten Wochen geht ein spannendes Projekt in die Realisierung. In der Ziolkowskistraße in der Südstadt lässt die WIRO zum ersten Mal ein Haus in modularer Bauweise errichten. Das spart viel Zeit. Mehr lesen Sie auf Seite 4.

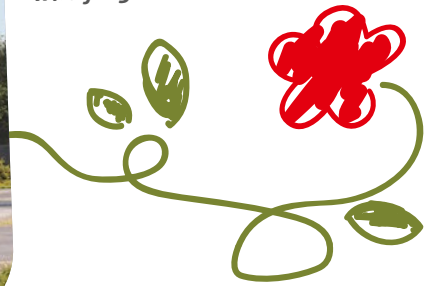
Auch wenn es langsam ungemütlich wird, hält mich der Herbst nicht davon ab, viel Zeit an der frischen Luft zu verbringen. Als Bewohner der KTV hab ich's nicht weit bis zu einem der schönsten Parks weit und breit: Der Lindenpark ist immer einen Spaziergang wert. Noch mehr Ausflugstipps finden Sie auf Seite 12.

Bleiben Sie gesund,

Ihr Daniel Radziock

Mitarbeiter Marketing & Kommunikation

Das neue WIRO-Haus
in der Ziolkowskistraße
wird fix gebaut.



VISUALISIERUNG: LRW ARCHITEKTUR UND STADTPLANUNG, MBN GMBH

Neue Wohnungen in der Südstadt

34 neue Wohnungen, Bauzeit ein Jahr. Kein Witz. Die WIRO lässt neben dem Hochhaus Ziolkowskistraße 9 in der Südstadt einen Neubau in modularer Bauweise errichten. Sobald der Bauantrag genehmigt ist, soll der Fünfgeschosser mit Staffgeschoss ruckzuck wachsen.

Der Rohbau – also Fundament, Außenwände aus Blähton und Geschossdecken – wird konventionell in Massivbauweise errichtet. Dafür kommen die Bäder schon fix und fertig auf der Baustelle an. Die »Würfel« sind gefliest, Dusche oder Wanne, WC und die Armaturen ab Werk montiert. Per Kran werden die Badzellen ins Gebäude gehoben. Auch die Installationsschächte für Abwasser, Frischwasser, Lüftung und Elektrik sind standardisiert und kommen am Stück. Die Handwerker müssen nur noch die Leitungen zusammenstecken. WIRO-Projektleiter Hannes Wilcke erklärt den Vorteil gegenüber der klassischen Bauweise, wo alle Gewerke an Ort und Stelle arbeiten: »Die Koordination von Fliesenleger, Elektriker, Maler und Installateur auf engstem Raum ist ein großer Zeitfresser.« Auch lange Trocknungszeiten fallen weg. Und: Die Nachbarn werden weniger von Lärm und Gewusel belästigt.

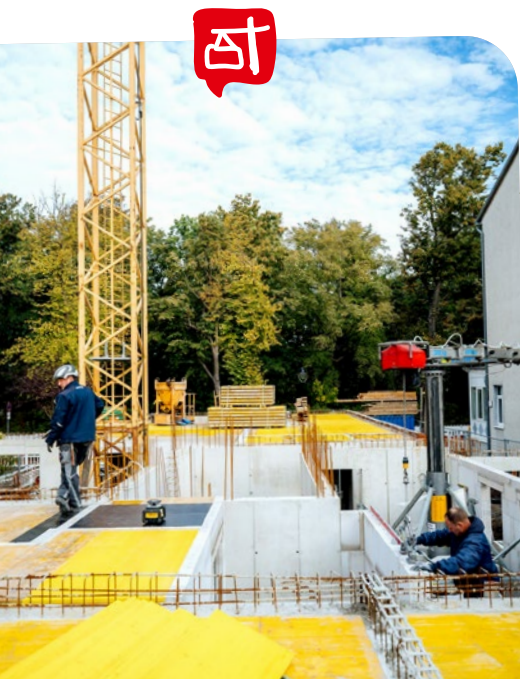
Nach den vorbereitenden Arbeiten startet der Generalunternehmer, die MBN GmbH Niederlassung Hamburg, im Frühjahr 2027 mit dem Hochbau. Etwa ein Jahr später sollen die neuen Mieter in der Ziolkowskistraße 9b einziehen. Die Wohnungen haben 2 bis 4 Zimmer, alle mit Balkon oder Terrasse. Weitere Annehmlichkeiten: Stellplätze für Autos und Fahrräder neben dem Haus, Aufzug, Fußbodenheizung und bodentiefe Fenster.

Interesse? Registrieren unter www.WIRO.de/wohnungswunsch

FOTO: MATHIAS RÖVENSTAHL

In Warnemünde wird auch gebaut.

In der Wachtlerstraße 11 steht das Erdgeschoss bereits, in wenigen Wochen soll der Rohbau mit vier Etagen fertig sein. WIRO-Projektleiterin Ulrike Haring ist guter Dinge, dass die neuen WIRO-Mieter Ende 2027 einziehen können. Neun Wohnungen mit zwei bis vier Zimmern lässt die WIRO gegenüber vom Kurpark errichten.



Nah am Wasser



Warum ein Wohnungsunternehmen eine Schwimmhalle betreibt? Das ist eine lange Geschichte. Um sie kurz zu machen: Ohne die WIRO gäbe es das Schwimmbad in Gehlsdorf wahrscheinlich gar nicht mehr. Seit 26 Jahren ist die WIRO-Halle eine wichtige Säule für die Sportstadt Rostock.

Die ersten Gäste kommen um 6 Uhr morgens. Die letzten gehen um 21 Uhr. Und in den vielen Stunden dazwischen ist in dem 25-Meter-Becken immer Betrieb. Schulschwimmen, Aquafitness, Seepferdchen-Kurse und Froschgruppen, öffentliches Schwimmen und Vereinstraining, DLRG-Ausbildung – im Belegungsplan ist keine Lücke, sagt Ingo Kanold. Er leitet das dreizehnköpfige Schwimmhallen-Team. Seit mehr als 30 Jahren arbeitet er als Schwimmmeister, oder ganz korrekt: als Fachangestellter für Bäderbetriebe. Dabei wollte er nach der Schule eigentlich Bauingenieur werden, hatte sogar schon das Studium begonnen. Dann kam die Wende und das Freibad in seinem Heimatdorf im Erzgebirge stand plötzlich ohne Schwimmmeister da. Er ist eingesprungen – und im Job geblieben. Später zog die Liebe ihn in den Norden. Er war lange bei der »Oase« in Güstrow angestellt und seit zehn Jahren ist er WIRO-Schwimmmeister.

Bis zu 450 Gäste pro Tag sind normales Geschäft. Sie kommen zum Schwimmen und Saunieren, müssen duschen und wollen nach der Sporteinheit vielleicht noch etwas essen oder einen Kaffee im Bistro trinken. »Bei uns muss jeder Kollege alles können.« Die Schwimmmeister sind mit der Technik vertraut, werfen Wasserproben aus und reinigen abends die große Halle. »Da haben Gäste schon ihre Schuhe vergessen, im Winter!« Sie geben Aquafitnesskurse, bringen Kleinen und Großen das Schwimmen bei. »Die Kurse sind immer sofort ausgebucht.« Aufsicht am Beckenrand ist sowieso Alltag und manchmal, zum Glück sehr selten, müssen die WIRO-Kollegen auch Erste Hilfe leisten. Sie kennen sich aus mit Saunaaufgüssen und können hinterm Bistro-Tresen Snacks verkaufen. Nicht zu vergessen: Für seine Gäste, viele kommen schon lange, hat das Team immer ein offenes Ohr. »Langweilig wird es bei uns nie!« Und noch eine Sache, die Ingo Kanold mag: »Wer geht schon jeden Tag in kurzen Hosen zur Arbeit?« Anders sind die feuchten 30 Grad Lufttemperatur nämlich kaum auszuhalten.



Ingo Kanold leitet die Schwimmhalle Gehlsdorf.

FOTOS: MATHIAS RÖVENSTAHL

WIRO im Fernsehen

Rostocker können ab sofort regelmäßig hinter die Kulissen der WIRO schauen: bei TV Regio Rostock und auf dem YouTube-Kanal des Wohnungsunternehmens. Die Schwimmhalle in Gehlsdorf macht den Anfang. »Wir bei der WIRO« heißt die Reihe, neue Folgen erscheinen alle zwei Monate im Wechsel mit den »Rostocker Vereinsgeschichten«. Sendetermine bei Regio TV sind jeder erste Montag und Donnerstag im Monat.



Hier geht's zum Beitrag: www.WIRO.de/youtube



Im Kleiderstübchen bekommen ausranierte Klamotten eine neue Chance. Rechts: Leiterin Maria Mauga hat im Haus den Hut auf.

Ein volles Haus

Es duftet nach Kokosstreuseln. Heute ist Mittwoch und Kuchentag im »T'winkelhus«. Die ehrenamtlichen Bäckerinnen haben sich wieder selbst übertroffen, ruft ein Besucher quer über die Tische im Foyer. Willkommen im DRK-Mehrgenerationenhaus in Toitenwinkel!

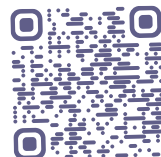


Aus den Familienzimmern hört man Kinderlachen bis auf den Flur. In der Töpferei arbeiten die Kursteilnehmerinnen hochkonzentriert an Gespenstern aus Ton. Im Kleiderstübchen stöbern ein paar junge Mädchen zwischen Wollpullovern, Winterjacken, Skihosen, Babystraplern und Herrenhemden. Alles Kleiderspenden von Rostockern, die gegen eine Schutzgebühr zwischen 50 Cent und 2 Euro weitergegeben werden. Annelene Neubauer sortiert gerade bunte Gummistiefel für Kinder ins Regal. Die 87-Jährige – so fidel, dass sie für viel jünger durchgeht – ist fast jeden Mittwoch da, um zu helfen. Auch in der Küche packt sie mal mit an oder

bei Aufräumaktionen im Haus. Anfangs kam sie als Besucherin, jeden Montag zum Seniorensport. »Nach und nach wurde mehr daraus. Im Kleiderstübchen fühle ich mich besonders wohl, die Beratung liegt mir im Blut.« Das »T'winkelhus« in der Olof-Palme-Straße ist wichtig für den Stadtteil, findet die gelernte Verkäuferin. »Hier trifft man viele nette Leute.« Im feinen Tanzcafé, im Nähkurs oder am Tauschregal im Flur. Der große Wochenplan am Eingang ist von oben bis unten voll mit Angeboten.



Annelene Neubauer schätzt das SBZ als wichtigen Treffpunkt im Stadtteil.





FOTOS: MATHIAS RÖVENSTAHL

Das funktioniert nur, sagt Thomas Hinz, zuständig für die Mehrgenerationenarbeit, weil das festangestellte Team und die Ehrenamtlichen zusammenarbeiten. »Unser Konzept basiert darauf, dass die Menschen aus dem Stadtteil mit anpacken. Die Aufgaben sind vielfältig und wir freuen uns immer über neue Ideen und Mitstreiter.« 50 Rostockerinnen und Rostocker gehören zur großen Freiwilligen-Familie. Der jüngste Neuzugang ist Lara Langmacher, die 17-Jährige hilft ebenfalls im Kleiderstübchen.

Maria Mauga leitet das T'winkelhus seit drei Jahren. Sie weiß, dass etwa jeder zweite Toitenwinkler allein lebt. »Bei uns können alle Menschen Anschluss und Gemeinschaft finden.« Die Jüngsten lernen Karate bei einer Weltmeisterin oder chillen nachmittags im Jugendclub. Die Berufstätigen kommen nach der Arbeit zum Zumba oder Yoga, die Älteren zum Malkurs oder zum gemeinsamen Singen. »Wir versuchen immer wieder, auch etwas Neues anzubieten.« Ein Repair-Café ist in Planung und eine regelmäßige Skatrunde. Zur Wahrheit gehört auch, dass einige den ersten Besuch im offenen Stadtteilhaus scheuen. »Ich sage immer: Einfach reinkommen! Hier wird jeder herzlich empfangen.« Ein guter Anlaufpunkt ist zum Beispiel die Fahrradwerkstatt. Jeden Tag zwischen 9 und 13 Uhr unterstützen ehrenamtliche Profis Toitenwinkler dabei, ihren Drahtesel wieder herzurichten. Und sie möbeln ausrangierte Räder wieder auf, die man für einen Obolus erstehen kann.

DRK-Stadtteil- und Begegnungszentrum und Mehrgenerationenhaus »T'winkelhus«
Olof-Palme-Straße 26 | 0381.24279240 |
sbz-toitenwinkel@drk-rostock.de
www.drk-rostock.de



Zwischen Eisbär und Grottenolm

Ein Gepard im Sprung, Eisbär Churchill, der Pfeilstorch und neuerdings auch Gorilla Gorgo: Die Zoologische Sammlung ist nicht weniger illustrierter als der Zoo – mit dem kleinen Unterschied, dass es sich um Präparate handelt. An jedem Wochentag ist die wissenschaftliche Schau am Universitätsplatz für Besucher geöffnet. Aber am 9. November haben WIRO-Mieter eine besondere Gelegenheit: Kustos Sören Möller führt eine 20-köpfige Gruppe durch die Sammlungen. Er erklärt in der Sonderschau »Zappenduster – Evolution im Dunkeln«, wie sich

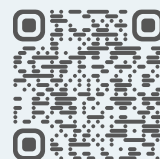


Gorilla Gorgo beeindruckt die Besucher. FOTO: PRIVAT

Tiefseefische und der Grottenolm an ein Leben in der Finsternis angepasst haben. Er zeigt im Afrikaraum Gorgo und die Elefantendame Sara, beide haben bis zu ihrem Tod im Rostocker Zoo gelebt. Zudem besuchen die WIRO-Mieter das Schaumagazin mit Tausenden Insekten, Krebstieren, Spinnen und Schnecken. Nicht zu vergessen die Biodiversitätswand mit Wolf, Mauswiesel und Feldhamstern.

Termin der Führung: 9. November ab 18 Uhr

Wer dabei sein will, muss fix sein. Für die Anmeldung ist das Telefon des Zoologischen Instituts am **2. November ab 15 Uhr** freigeschaltet. Die ersten Anrufer bekommen die Plätze.

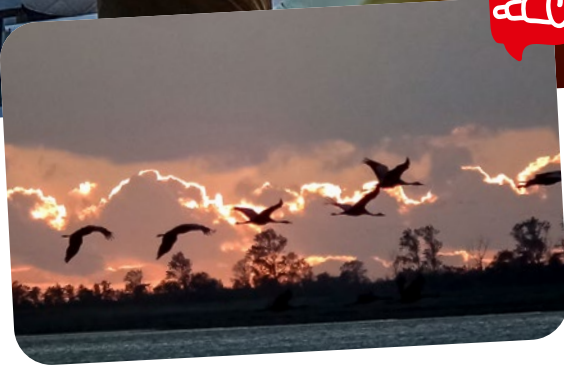


Zoologische Sammlung
am Universitätsplatz 2 |
Mo bis Fr 10 – 16 Uhr |
Eintritt frei
www.zoologie.uni-rostock.de



Bei den Vögeln des Glücks

FOTOS: WIRO (KI-MODIFIZIERT), KARSTEN PETER



Um keine falschen Erwartungen zu wecken: Kraniche zum Anfassen gab's nicht. Der WIRO-Reiseklub war auf dem Darß den Vögeln des Glücks auf der Spur – aber die scheuen Tiere lassen sich nur aus gebührendem Abstand beobachten.

Ein Mittwochvormittag Ende September, die Sonne lacht. Hinterm Rostocker Hauptbahnhof wartet ein vergnügtes Grüppchen älterer Damen. In ihrer Mitte: Daniel Radziock, WIRO-Reiseleiter, Mitte 40, nicht zu verfehlen in seiner roten Jacke. Viel Zeit zum Plaudern bleibt nicht, der Joost's-Bus ist pünktlich. Daniel Radziock bietet seinen Arm zum Einsteigen an, Fahrer Maik Harder begrüßt jeden Neuankömmling persönlich. Die Südstädterinnen setzen sich auf die letzten freien Plätze. Die anderen Mitfahrer hat Harder bereits in ihren Stadtteilen eingesammelt, wie Margitta Reinke aus Lütten Klein. Die Seniorin reist seit mehr als 20 Jahren mit dem Reiseklub. Ihre liebste Tour? »Ich kann mich nicht entscheiden, erinnere mich an jede so gern.« Sie mag es, dass der Bus meist quer über Land fährt und nicht über die Autobahn. Die WIRO-Mieter haben schon den Spreewald im Kahn erkundet, waren bei der Apfelblüte im Alten Land, haben in Kopenhagen Großstadtluft geschnuppert und sich beim Musical in Berlin amüsiert.

Heute ist die Fahrt kurz, es sind keine 70 Kilometer bis zum ersten Halt auf dem Darß. In den Sitzreihen werden Gartentipps ausgetauscht, stolz Neuigkeiten von den Enkeln berichtet. Viele Mitfahrer kennen sich, es ist ein bisschen wie Klassenfahrt. Inge Flemming aus Evershagen hat heute ihre Nachbarin Waltraud Pless im Schlepptau. Inge Flemming, 85 Jahre alt, hat vor zwei Jahren ihre erste Fahrt mit dem Reiseklub gebucht. »Alles ist organisiert, ich muss mich um nichts kümmern. Besser geht es nicht.« Wenn das neuste Mietermagazin im Kasten liegt, blättert sie als Erstes zur nächsten Ankündigung.

Sechs Ziele fährt der Reiseklub pro Saison an. Manchmal ist das Interesse so groß, dass drei Busse fahren. Auch bei der letzten Fahrt des Jahres in wenigen Tagen, wenn es zu »Moulin Rouge! Das Musical« nach Hamburg geht. »Im Winter planen wir dann die neue Saison«, erklärt Daniel Radziock, er ist seit vielen Jahren Kopf und Herz des Reise-





Eindrücke von der Kranich-Tour, von links: Auf der »Sundevit« und bei den Kranichwelten in Günz. WIRO-Reiseleiter Daniel Radziok und Fahrer Maik Harder sorgen dafür, dass alles rundläuft.



klubs. Jedes Ziel wählt er akribisch und mit Bedacht aus. »Es muss von A bis Z passen. Das Essen ist zum Beispiel ganz wichtig!« Und die Führungen müssen auch für die machbar sein, die nicht gut zu Fuß sind. Das größte Problem ist meistens: »Wir packen zu viel Programm in einen Tag und müssen am Ende abspecken.« Ein Ziel für 2027 steht übrigens schon fest, auf Wunsch vieler Mieter. »Es geht noch einmal nach Hiddensee.«

Ankunft in Günz, einem kleinen Dorf bei Barth. Die NABU-Kranichwelten sind ein moderner, schwarzer Klotz mitten in der Landschaft. Die WIRO-Mieter staunen über ausgestopfte Kraniche unter der Decke, lauschen den Rufen aller 15 Kranicharten. Amelie vom NABU führt die WIRO-Gruppe durch die Ausstellung. Sie erklärt, dass Kraniche bis zu 1.200 Kilometer am Stück fliegen und dass ihre Luftröhre über einen Meter lang ist. Die lauten Trompetenrufe, die sie damit erzeugen können, kennt Inge Flemming gut. Wenn sie morgens in ihrem Bett in Evershagen liegt, fliegen im Herbst täglich Kraniche über ihr WIRO-Haus. »Die kommen vom Schnatermann und fliegen Richtung Doberan«, erzählt sie auf dem Weg zum »Kranorama«, einem Ausguck mit Blick auf die Günzer Seewiesen. Hunderte Kraniche stehen dort auf ihren langen Beinen und picken Mais- und Weizenkörner. Insgesamt 10.000 rasten aktuell in der Boddenlandschaft auf ihrem Weg von Skandinavien in den Süden.

Es ist 14 Uhr und die Reisegruppe hat Hunger. Nach wahlweise Zander, Roulade oder Pute im Hafen von Barth fährt Maik Harder die Rostockerinnen und Rostocker nach Zingst, zum Höhepunkt des Tages: eine Fahrt auf der »Sundevit« über den Barther

»Alles ist organisiert, ich muss mich um nichts kümmern. Besser geht es nicht.«

Bodden bis nach Pramort. An der Meerenge wollen sie später in der Dämmerung den Kranicheinflug beobachten. Das Fahrgastschiff gleitet vorbei an Reetdächern und Segelbooten. Karsten Peter, ein erfahrener Kranichexperte vom NABU, vertreibt den Gästen die Zeit mit unterhaltsamen Fakten und Fotos, auf denen schwarz-weiße Vögel tanzen, springen, balzen, kämpfen.

Die Sonne geht langsam unter, so richtig kitschig wie ein Feuerball. Viele Gäste klettern mit Ferngläsern und Fotoapparaten aufs Deck. Und da kommen sie tatsächlich: In perfekter V-Formation fliegen die Graukraniche übers Wasser zu ihren Schlafplätzen auf den kleinen Inseln. Auf der Rückfahrt nach Rostock am späten Abend sind sich alle einig: Der Reiseklub hat sich wieder gelohnt.



So reisen WIRO-Mieter:

Für den Reiseklub hat sich die WIRO einen Partner gesucht: »Joost's Ostsee-Express« veranstaltet die Fahrten. Die Tagestouren zwischen Mai und November werden mit einem Coupon in der »WIRO aktuell« angekündigt. Die Verträge kommen direkt zwischen den Teilnehmern und dem Busunternehmen zustande.



Was für Früchtchen!

Die Hagebutte wird unterschätzt. Wer weiß schon, dass die roten Früchtchen bis zu zwanzigmal so viel Vitamin C enthalten wie Zitronen? Dass sie gegen Arthrose helfen sollen? Und auch noch schmecken? Wir haben ein paar Ideen, was man mit Hagebutten anfangen kann.

FOTOS: MATHIAS RÖVENSTAHL

Türkranz Marke Eigenbau

Sie brauchen: biegsame Zweige (beispielsweise von der Weide, Waldrebe oder wildem Wein), Hagebuttenzweige mit Früchten, Wickeldraht, Schere

So geht's

- 🕒 Schneiden Sie die Hagebutten mit etwa 10 cm Zweig ab.
- 🕒 Verwirbeln Sie die Zweige für den Rohling ineinander und biegen sie zu einem Kranz. Wickeln Sie das Ende des Drahts fest um eine Stelle, damit der Kranz seine Form behält. Schneiden Sie den Draht danach nicht ab. Er bleibt während des gesamten Bindens am Stück auf der Spule.
- 🕒 Nehmen Sie immer zwei bis drei kleine Hagebuttenzweige, legen sie als Bündel auf den Rohling und wickeln den Draht zweimal straff um die Stiele und den Kranz.
- 🕒 Legen Sie das nächste Zweigbündel leicht versetzt an, so dass Stiele und Draht der vorherigen Reihe verdeckt werden. Ebenfalls mit Draht umwickeln.
- 🕒 Wiederholen, bis Sie einmal komplett um den Kranz herum sind.

Schön mit Öl

Natürliches Hautöl aus Hagebutten nährt trockene Haut, es soll Narben und Rötungen mindern.

So geht's: Schneiden Sie Stiel und den schwarzen Ansatz der Hagebutten ab und zerkleinern Sie sie grob. Lassen Sie die Hagebutten ruhig ein paar Tage antrocknen, damit die Feuchtigkeit entweicht. Stücke in ein hitzebeständiges Gefäß geben und mit Öl übergießen, bis sie bedeckt sind. Lassen Sie die Mischung für zwei Stunden im warmen Wasserbad (maximal 60 °C) ziehen. Warmes Öl durch ein feines Sieb oder einen Kaffeefilter abgießen. Das Anti-Aging-Öl hält bis zu sechs Monate, wenn es in einer Braunglasflasche im Kühlschrank lagert.

Sie brauchen: Hagebutten, Mandel- oder Jojobaöl



Mus für jede Gelegenheit

Fruchtig-säuerliches Hagebuttenmus ist ein Geheimtipp. Zuerst schneiden Sie Blütenansätze und Stiele der Hagebutten ab. Lassen Sie die Früchte mit der Flüssigkeit 30 bis 40 Minuten weichkochen. Grob pürieren und anschließend durch ein sehr feines Sieb streichen, damit die Kerne und juckenden Härchen herausgefiltert werden. Wiegen Sie das aufgefangene Hagebuttenmark ab und mischen es im Verhältnis 2:1 mit Gelierzucker (z. B. 600 g Mus mit 300 g Gelierzucker). Vier Minuten sprudelnd kochen lassen. Füllen Sie das heiße Mus in sterile Gläser und verschließen sie fest.

Tipp: Die Marmelade schmeckt nicht nur als Brotaufstrich oder im Joghurt, sondern auch zu herzhaften Gerichten. Sie können etwas Mus in dunkle Soßen oder ins Salatdressing rühren, auch zur Käseplatte passt es perfekt.

Sie brauchen: 1 kg frische Hagebutten, 500 ml Wasser oder Apfelsaft, Gelierzucker 2:1



Mal was anderes als Erdbeer und Kirsch: Hagebuttenmus.

Aus der Naturapotheke:
Hagebuttenpulver lindert
Arthroseschmerzen.

Pulver für Gelenke

Neben Vitamin C und Antioxidantien stecken in der Hagebutte Galaktolipide – sie verhindern, dass entzündungsfördernde weiße Blutkörperchen in geschädigte Gelenke eindringen. Studien belegen, dass Arthroseschmerzen durch sie gemildert werden.

Wichtig: Die Früchte müssen schonend verarbeitet werden, denn bei hohen Temperaturen zerfallen die empfindlichen Pflanzenstoffe. Fürs Hagebuttenpulver halbieren oder vierteln Sie die Früchte. Die Kerne bleiben drin, sie enthalten wertvolle Inhaltsstoffe. Auf Backpapier verteilen und bei maximal 45 °C (am besten Umluft) komplett durchtrocknen lassen, was etwa 8 bis 12 Stunden dauert. Die Ofentür einen Spalt breit offenlassen, damit die Feuchtigkeit abzieht. Alternativ: 2 bis 3 Wochen an einem geschützten, warmen Ort trocknen lassen. Die Hagebutten sind fertig, wenn sie steinhart sind und bei Druck zerbrechen. Anschließend im Mixer oder in einer Kaffeemühle zu einem sehr feinen Pulver vermahlen – das ist wichtig, damit die Härchen an den Kernen nicht im Hals kratzen. In einem luftdichten Schraubglas hält sich das Pulver problemlos ein Jahr. Sie können es beispielsweise in Joghurt, Smoothies oder ins Müsli rühren.



Gut zu wissen:

Hagebutten können bis in den Dezember geerntet werden. Nach den ersten frostigen Nächten haben sich die bitteren Gerbstoffe teilweise in Zucker umgewandelt und sie schmecken süßer. Nur wenn sie matschig sind, sollte man sie hängenlassen.

Grundsätzlich sind alle Hagebutten genießbar.

Aber nur die Früchte von Wildrosen sind schmackhaft. Der Klassiker ist die Hundsrose (*Rosa canina*), auch Heckenrose genannt. Sie wächst an Feldwegen und Waldwegen. Ihre Früchte sind oval, schmal und leuchtend rot. Auch die Kartoffel- oder Apfelrose (*Rosa rugosa*) ist an der Ostsee verbreitet, sie wurde früher zur Dünenbefestigung eingesetzt und wächst dort bis heute. Die Hagebutten sind groß, dick und plattrund wie kleine Tomaten. Sie enthalten mehr Fruchtfleisch als die Hundsrosen und sind leichter zu verarbeiten.



Hundsrose



Kartoffelrose



Tief einatmen!

Raschelndes Laub, goldenes Licht, leuchtende Farben – der Herbst ist nirgends schöner als im Wald. Dafür muss man keine Tagesreise unternehmen. Wir haben ein paar Routen in der Stadt gefunden.

GRAFIK: KI UNTERSTÜTZT

6

2
4
3
1
5



Botanischer Garten

Wie Kurzurlaub: Im Japanischen Garten leuchtet im Herbst der bunt gefärbte Fächerahorn spektakulär. Der alte Gehölzbestand, teilweise noch aus den 30er-Jahren, im Arboretum sorgt für ein Farbenspiel. Falls es draußen richtig ungemütlich wird, kann man in den Loki-Schmidt-Gewächshäusern tropische Wärme tanken.

1 Lindenpark

Rostocks beliebtester Stadtpark hat eine spannende Geschichte. 1831 wurde hier der erste städtische Friedhof außerhalb der historischen Stadtmauern eingeweiht. Noch heute kann man unter dichtem Efeu, wenn man genau hinschaut, verwitterte Grabsteine entdecken. Unter den prächtigen, jahrhundertalten Linden ist ruck, zuck vergessen, dass man eigentlich mitten in der City ist.

5 Wallanlagen

Steile Böschungen, verschlungene Wege, die geheimnisvolle Teufelskuhle – die Wallanlagen mögen abergläubischen Rostockern nicht ganz geheuer sein. Andere finden die ehemalige Wehranlage gerade deshalb faszinierend. Für einen Spaziergang ist der kleine Park mit den alten Stadtmauern und dem Klostergarten dahinter perfekt – passt sogar in eine Mittagspause.

2 Gehlsdorfer Klinikpark

Vor 130 Jahren sollten die psychisch kranken Patienten im Park neben der »Großherzoglichen Landes-Heil- und Pflegeanstalt Gehlsheim« Ruhe und Frieden finden. Heute hat das Zentrum für Nervenheilkunde seinen Sitz in Gehlsdorf – und im Mischwald neben dem Warnowufer lässt es sich immer noch herrlich durchatmen.

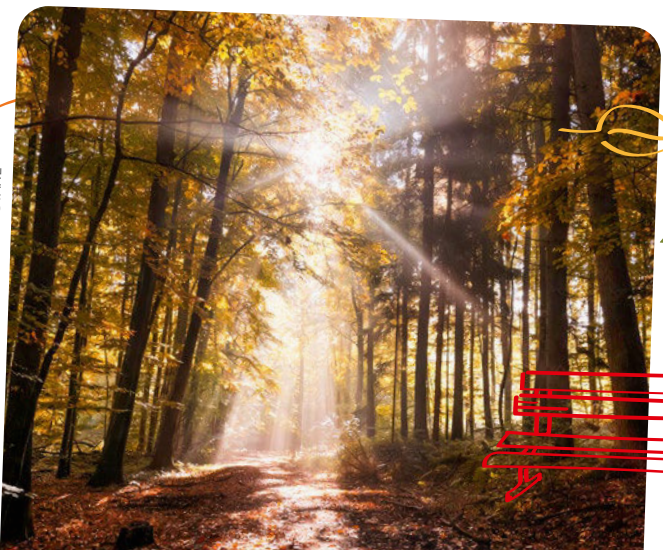
6 Fischerdorf

Als Naherholungspark wurde das Fischerdorf 1976 für die umliegenden Neubaugebiete eingeweiht. Die künstlich angelegten Teiche und weitläufigen Rasenflächen zwischen Lütten Klein und Evershagen sind immer noch ideal für eine entspannte Runde – oder vielleicht eine Sporteinheit im Skatepark, auf der Rollschuhbahn und am Disc-Golf-Parcours.

3 Barnstorfer Wald

Der Klassiker: Im Barnstorfer Wald können die Lütten Tiere beobachten und Esskastanien sammeln. Die Großen können die gute Waldluft einatmen. Mit 156 Hektar ist Rostocks grüne Lunge groß genug, damit jeder in Ruhe seiner Wege gehen kann.

FOTO: MATHIAS RÖVENSTAHL





Riegel vor!

Zuerst die gute Nachricht: Das Risiko, in Rostock Opfer eines Wohnungseinbruches zu werden, ist gering. Mit 155 Fällen im Jahr 2025 gehört die Hansestadt nicht zu den gefährlichen Pflastern. Trotzdem nutzen Einbrecher gern die dunkle Jahreszeit aus. Polizeioberkommissar Uwe Kaatz gibt Tipps, wie sich Mieter schützen können.

Machen die bösen Jungs einen Bogen um Rostock?

»Leider nein. Die Fallzahlen steigen zwar kaum, dafür aber die Zahl der Versuche. Die Wahrheit ist: Viele Einbrüche scheitern, weil Bewohner es den Tätern schwermachen.«

Mit hochmoderner Technik?

»Einfache Maßnahmen bewirken schon viel. Einbrecher haben wenig Zeit, um sich Zutritt zu verschaffen. Gerade in Mehrfamilienhäusern ist das Risiko der Entdeckung hoch. Dauert es länger, geben sie auf. Die größten Schwachstellen sind Fenster und Terrassentüren im Erdgeschoss, hier steigen Täter in 80 Prozent der Fälle ein. Nie auf Kipp lassen! Oft macht Nachlässigkeit den Einbruch erst möglich. Das beginnt damit, dass man nachts die Wohnungstür nicht abschließt oder vergisst, den Schlüssel abzuziehen.«

Was können Mieter zusätzlich tun?

»Bei einem hohen Sicherheitsbedürfnis empfehle ich beispielsweise Pilzkopfzapfen an den Fenstern. Die lassen sich im Gegensatz zu normalen Rollzapfen kaum aufhebeln. Auch abschließbare Fenstergriffe haben sich bewährt. Gute Lösungen für die Wohnungstür sind Panzerriegel und moderne Türzylinder fürs Schloss. Achten Sie beim Kauf immer auf eine VdS-Zertifizierung. Wichtig: Jeder Einbau muss vorab mit dem Vermieter abgesprochen und fachmännisch ausgeführt werden.«



Viele weitere Infos
rund ums Wohnen auf
www.WIRO.de/Lexikon

Ein anderes Dauerthema: Fahrradklau. Wie sichere ich mein Rad?

»Nutzen Sie, wenn vorhanden, den Fahrradraum im Haus. Und sichern Sie das Rad doppelt mit zwei unterschiedlichen Schlossarten, etwa einem Bügel- und einem Faltschloss. Diebe haben selten Werkzeug für beide Typen dabei.«

Haben Sie einen letzten Profi-Tipp?

»Der beste Schutz sind aufmerksame Nachbarn. Halten Sie Augen und Ohren offen. Lassen Sie keine Fremden ins Haus. Bitten Sie Nachbarn, im Urlaub den Briefkasten zu leeren, denn volle Kästen locken Diebe an. Wenn Ihnen etwas verdächtig vorkommt, wählen Sie die 110. Lieber einmal zu viel als zu wenig.«



Hinweis

Welche Einbauten durch die WIRO möglich sind, können Mieter mit ihrem Wohnungswalter besprechen. Für Sicherheitseinbauten in Eigenregie gilt: Beim Auszug muss die Wohnung im Originalzustand übergeben werden. Ein eigener Schließzylinder ist fix gegen den alten zurückgetauscht. Bei Panzerriegeln oder angebohrten Fenstersicherungen wird es schon schwieriger. In jedem Fall gilt: Fragen Sie vorher bei der WIRO nach.



FOTO: MATHIAS RÖVENSTAHL

Kostenlose Beratung

Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle
Ulmenstraße 54
Termine mit Uwe Kaatz unter
Telefon 0381 49163130 oder per E-Mail
an uwe.kaatz@polmv.de

COUPON

Umsonst aufs Eis

31. Oktober (11 – 18 Uhr) &
1. November (10 – 18 Uhr)



Der Coupon gilt für bis zu vier Personen.
Eintritt und Schlittschuhausleihe sind
gratis (gegen Abgabe eines Pfandes).

www.eishalle-rostock.de



Die WIRO spendiert ihren Mieterinnen und Mietern am 31. Oktober und 1. November ein Familienwochenende in der Eishalle in der Schillingallee. Auch für ein buntes Rahmenprogramm ist gesorgt. Schneiden Sie den Coupon aus und geben ihn am Eingang ab. Dann sind Eintritt und Schlittschuhausleihe gratis. Gilt für bis zu vier Personen. Pfand für die Schlittschuhe nicht vergessen!



Booksters Buchtipp

Lesen ist großartig – nur was? Für alle WIRO-Mieter, die Inspiration suchen, präsentiert der Rostocker Buchblogger Stefan Härtel jeden Monat ein aktuelles Buch. Sein Buch-Tipp im Oktober: Der Roman »Troja, später Nachmittag« von Gregor Sander.

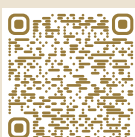


FOTO: MATHIAS RÖVENSTHAL

Durch die Verfilmung der »Odyssee« sind in diesem Jahr die Werke von Homer wieder in den Fokus gerückt. Viele Jahrhunderte galten die Epen um Troja und Odysseus als reine Literatur, fiktive Abenteuer an imaginären Orten, vergleichbar mit Westeros oder Mitteleuropa. Doch im 19. Jahrhundert war der Kaufmann Heinrich Schliemann der festen Überzeugung, dass es die legendären Orte wirklich gegeben haben muss. Über das Leben dieses berühmten Mecklenburgers hat Gregor Sander einen Roman geschrieben: »Troja, später Nachmittag«. Schliemanns Jugend in Ankershagen in schwierigen familiären Verhältnissen, seine Erfolge als Geschäftsmann, die Suche nach Troja – das alles erzählt Sander in nordisch-entspanntem Ton, oft gewürzt mit einer guten Prise Humor. Sehr lesenswert.

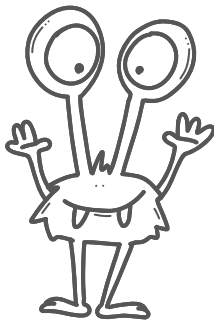


Gregor Sander,
»Troja, später
Nachmittag«,
Hardcover
Penguin Verlag
2026, 320 Seiten,
24 Euro



Wer mehr wissen will: Eine ausführliche Besprechung zu »Troja, später Nachmittag« gibt es auf www.WIRO.de/magazin

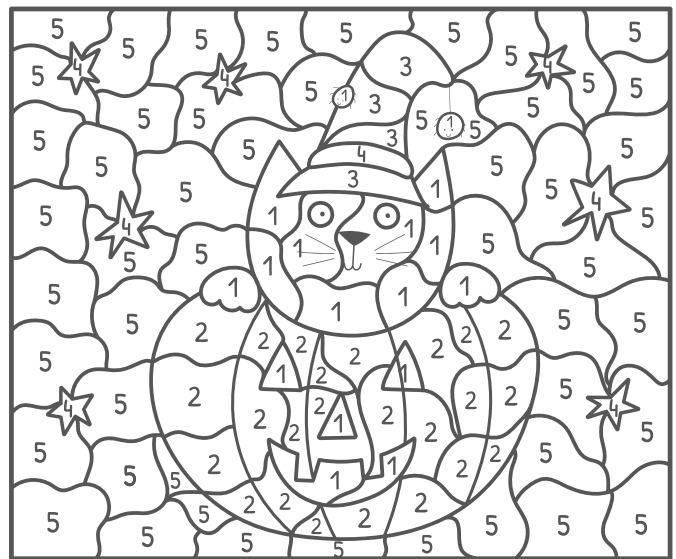
* SPIELWIESE *



VERBINDE
DIE ZAHLEN!



WELCHES GESICHT GEHÖRT
ZU WELCHEM KÜRBIS?



FOTOS: ADOBESTOCK.COM · KI GENERIERT

MALE DAS BILD IN DEN FARBEN AUS, DIE ZU DEN ZAHLEN GEHÖREN.

Nahostbewohner	früherer Erlass eines Sultans	eh. russ. Herrschertitel	künstlich	enthaltene Lebensweise	umzäunte Tierunterkunft	Hautfärbung	gewerbmäßiger Warenverkauf	Bewohner e. ital. Insel	Vorname von Piscator † 1966	Bereich, Gebiet
Heil- und Zierpflanze		5			Gewässer in Mittel-asien	2				landwirtschaftl. Gerät
bunter Papagei			griech. Unheils-göttin	Sagen-könig von Theben			kurz für: Arbeits-gemein-schaft		8	
Behelfs-haus				3	Merkmal bei Dämpfungs-anlagen	7				
Vorname der Pfaf † 1963	1			4	Teil von Musik-instru-menten		Gegen-stand, Sache	6		
Apfel-sorte					9	Terrain	10			

Lösungswort:

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



Selbstbestimmte Wohngemeinschaft in Lütten Klein

Zwei neue Wohngemeinschaften in der Warnowallee 23a bieten Raum für ein selbstbestimmtes Leben mit ambulanter Unterstützung.

- barrierefreie Einzel- oder Doppelapartments mit eigenem Bad
- großer Gemeinschaftsbereich
- Hilfe bei Einkäufen, Kochen, Wäsche
- Ambulante Pflegeleistungen nach freier Wahl



WIRO-Notdienst

Sanitär, Gas,
Heizung, Elektro:
0381 4567-4444
Schlüssel:
0381 4567-4620



Tag der offenen Tür
am 29. Oktober von 14-16 Uhr
in der Warnowallee 23a
in Lütten Klein

Mehr Infos:

0381 4567-4567
warnowallee@WIRO.de
www.WIRO.de/Gemeinschaft



Rätselauf Lösung Dachziegel



Coupon auf Seite 14



»Heiß auf Eis«

am 31. Oktober und 1. November 2026
Eintritt + Schlittschuhausleihe + buntes
Rahmenprogramm für WIRO-Mieter gratis