AUSGABE 3 | 2025

SWSG

IN STUTTGART

zuHAUSE

Das Magazin für unsere Mieterinnen und Mieter



Fest der Nachbarschaft
Die Keltersiedlung wird eingeweiht

It's Tea Time
Genussvoll durch die kühlen Tage

Nur kein Stress
So wirkt man Überbelastung entgegen



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wenn die Tage kürzer werden und das Licht golden über unsere Stadt streift, beginnt die Zeit, in der wir uns gern mit einer dampfenden Tasse Tee wärmen. Ob leuchtend grüner Matcha, duftender Oolong oder knuspriger Genmaicha – Tee bringt Farbe und Gemütlichkeit in den Herbst. In dieser Ausgabe nehmen wir Sie mit auf eine Reise zu den Stuttgarter Orten, an denen sich alles um das traditionsreiche Heißgetränk dreht.

So bunt wie die Blätter an den Bäumen war auch unsere Feier zur Fertigstellung der Keltersiedlung in Zuffenhausen. 180 neue Wohnungen sind hier entstanden – mitten im Grünen, mit viel Raum für Begegnung und Nachbarschaft. In der Rubrik ArchitekTour öffnen wir für Sie die Türen dieses neuen Quartiers und lassen die schönsten Momente unserer Feier noch einmal aufleben.

Der Herbst lädt ein, zur Ruhe zu kommen und Kraft zu tanken. Damit Sie entspannt durch die kühleren Monate gehen, haben wir für Sie Wohlfühltipps zusammengestellt und erklären, wie Sie durch cleveres Heizen und Lüften nicht nur Energie sparen, sondern sich auch in Ihrem Zuhause rundum wohlfühlen.

Ich wünsche Ihnen einen farbenfrohen Herbst voller schöner Momente und Begegnungen – genießen Sie die bunten Seiten unserer Stadt und kommen Sie gut durch die herbstlichen Tage!



Ihre **Dr. Saskia Bodemer-Stachelski**
Chefredakteurin

PS: Wenn Sie Anregungen oder Feedback zu unserem Magazin haben, freuen wir uns auf Ihre Rückmeldung an **zuhause@swsg.de** oder postalisch an Stuttgarter Wohnungs- und Städtebaugesellschaft mbH
Stichwort Mietermagazin, Augsburger Straße 696, 70329 Stuttgart

Inhalt

Stadtgespräch
4 It's Tea Time

Hausmitteilung
10 Unser Bautagebuch
26 Schwarzes Brett
16 Wie funktioniert eigentlich?
30 10 Fragen an …

Heimkommen
24 Interviews
12 Mieterporträt
31 Rätsel, Impressum

Entdecken
18 Ratgeber
20 ArchitekTour
28 Hallo Kinder!
14 Stuttgart aktiv

Stuttgart trinkt Tee:
genussvoll durch die kühlen Tage



It's Tea Time!

Tee – ein Thema, das nicht nur unter Fachleuten unzählige Fragen aufwirft: Verwendet man ganze Blätter oder kleine Beutel? Wie heiß darf das Wasser sein? Wie lange muss welche Sorte ziehen? Mit Milch oder Zitrone? Und vor allem: Wer hat's erfunden, die Briten oder die Ostfriesen? …
Im Ernst: Tee ist ein weites Feld, so weit wie die Flächen, auf denen die Teepflanze angebaut wird – wie in China, Indien und Kenia, den drei größten Tee-produzierenden Ländern, die mit ihrem begehrten Exportartikel die ganze Welt beglücken. Denn Tee ist nicht nur ein leckeres Heißgetränk, sondern eine eigene Kultur, verbunden mit Handwerkskunst, Traditionen und Ritualen. Auch in Stuttgart ist die Teekultur längst angekommen. Davon zeugen Teeläden, Teestuben und sogar Workshops, die sich trotz des großen Rivalen Kaffee nach wie vor behaupten können. Auf den folgenden Seiten haben wir Wissenswertes, Bezugsquellen und Tipps zum Thema für Sie zusammengetragen. Vielleicht genießen Sie ja beim Lesen eine gute Tasse Tee? So oder so: Wir wünschen anregende Lektüre!





Legende, Ritual, Wohlfühleinheit

Wissenswertes über
das beliebte Heißgetränk





Ein Schluck Kulturgeschichte
Die Anfänge des Teegenusses reichen über 5.000 Jahre zurück. Die Legende will, dass der chinesische Kaiser Shen Nong im Jahr 2737 vor Christus den Tee als Getränk entdeckte, als Teeblätter in sein kochendes Wasser geweht wurden. Eine köstliche Geschichte – und ein köstliches Getränk, dessen Geschmack nicht nur den Hochadel Chinas entzückte. Über Handelsrouten wie die legendäre „Teestraße" – vom Reich der Mitte durch das tibetische Hochland nach Südostasien – trat der Tee über die Jahrhunderte seinen Siegeszug durch alle Kontinente an. Heute ist Tee das nach Wasser am meisten konsumierte Getränk der Welt. Und jede Tasse und jeder Schluck erzählen von seiner langen Reise …

Superfood mit Tradition
Es war nur eine Frage der Zeit, bis der Tee von China seinen Weg ins benachbarte Japan fand. Ursprünglich von buddhistischen Mönchen mitgebracht und als Medizin verwendet, konnte sich das Getränk schließlich um 1400 nach Christus auch außerhalb der Klöster etablieren – und ist seither ein nicht wegzudenkender Bestandteil der japanischen Kultur. So werden bei der traditionellen Teezeremonie (Chanoyu) auch Achtsamkeit, Harmonie und Respekt zelebriert. Dafür braucht es natürlich einen besonderen Tee: Matcha. Der zu feinem Pulver vermahlene und schaumig geschlagene grüne Tee erlebt ja dieser Tage weltweit ein Comeback als „Superfood" – lecker, gesund und wie alle guten Dinge nicht ganz billig.

Wann ist ein Tee „echt"?
Tee, wie ihn schon Shen Nong zu trinken pflegte, wird aus den Blättern der Camellia Sinensis gewonnen. Korrekterweise dürfen sich nur die Produkte „Tee" nennen, die die Teepflanze auch wirklich enthalten. Dazu zählen z. B. schwarzer, grüner, weißer Tee und Oolong-Tee. Ein Früchte- oder Kräutertee wird im Grunde genommen erst dann zum „echten" Tee, wenn neben Früchten oder Kräutern auch die Camellia Sinensis vertreten ist. Wie so oft ist auch hier ein Blick auf die Inhaltsstoffe nicht verkehrt. Doch Authentizität hin, Purismus her: Natürlich gibt es auch viele leckere Nicht-ganz-aber-beinahe-Tees – und letztlich entscheiden Sie, welche Sorte Ihnen am besten schmeckt.





Tee oder Kaffee?
Klar: Kaffee enthält Koffein, Tee enthält Teein. Doch was ist besser/verträglicher/gesünder? Heute weiß man, dass beide Stoffe in chemischer Hinsicht identisch sind. Ihre trotzdem unterschiedliche Wirkung liegt vor allem an der Dosierung: Denn für eine Tasse Kaffee (ca. 80 mg Koffein) werden mehr Kaffeebohnen benötigt als Teeblätter für eine Tasse Tee (je nach Sorte ca. 15–70 mg Koffein). Auch die Ziehzeit des Tees beeinflusst den Koffeingehalt: So finden sich in 100 ml schwarzem und grünem Tee nach einer Minute ca. 20 mg, nach fünf Minuten ca. 33 mg Koffein. Insgesamt betrachtet, bietet sich Tee also als leicht „sanftere" Alternative zu Kaffee an.

Very British, isn't it?
England ist das einzige europäische Land, das einen festen Platz in den internationalen Top Ten des Teeverbrauchs innehat. Dort konsumiert man im Jahr durchschnittlich 1,04 kg Tee pro Person. Wie kommt's? Als Kolonialmacht kontrollierte Großbritannien wichtige Anbaugebiete in Indien und Ceylon und konnte so bereits im 17. Jahrhundert große Mengen importieren. Anfangs ein Luxusgut der Oberschicht, wurde Tee aber durch den Kolonialhandel nach und nach für alle Bevölkerungsschichten erschwinglich. Um 1840 schließlich machte Anna Russell, Duchess of Bedford, den „Afternoon Tea" populär – eine Tradition, die bis heute gepflegt wird. Wenn das nicht Lust auf eine „Cuppa" macht …

Wellness aus der Tasse
Ob kräftig-malziger Assam am Morgen, feinherb-würziger grüner Tee am Nachmittag oder blumig-weicher Oolong am Abend: Noch besser schmeckt's, wenn man aus der Teepause ein kleines Ritual macht. Nicht umsonst wird Tee in Kulturen, in denen er eine enorm wichtige Rolle spielt – wie in der Türkei, China oder Sri Lanka – bewusst langsam getrunken. So wird aus dem Teegenuss auch ein Moment des Innehaltens und der mentalen Ruhe. Und gleichzeitig versorgt er den Körper mit Flüssigkeit, beruhigt die Nerven und unterstützt die Verdauung. Kurz: Tee ist eine kleine, konzentrierte Wohlfühleinheit für Körper und Seele. Wann gönnen Sie sich eine Tasse Wellness?

Die gesunden Sieben

Vorab: Tee und Aufgussgetränke können in puncto Gesundheit nur unterstützend eingesetzt werden und ersetzen keine medizinische Behandlung. Deshalb: Besonders bei Vorerkrankungen oder Medikamenteneinnahme empfiehlt sich eine ärztliche Rücksprache.

Brennnesseltee
sorgt für einen guten Feuchtigkeitshaushalt, hat eine beruhigende Wirkung auf die Atemwege und ist gut für Herz und Blutgefäße.

Grüner Tee
besitzt von allen Tees am meisten Antioxidantien. Das unterstützt den Fettstoffwechsel und hat positiven Einfluss auf Cholesterin- und Blutzuckerspiegel.

Hibiskustee
ist gut für Herz und Blutgefäße, wirkt gegen Müdigkeit und hilft, die Blase sauber zu halten.

Ingwertee
trank man früher nicht umsonst auf Reisen, da er eine normale Magen-Darm-Funktion unterstützt. Darüber hinaus ist er gut für Immunsystem, Herz und Blutgefäße.

Kamillentee
beruhigt die Atemwege, regt Immunsystem und Verdauung an und hilft bei Schlafproblemen.

Weißer Tee
enthält wie Grüner Tee viele Antioxidantien, die der „Oxidation" entgegenwirken, und damit auch dem Alterungsprozess.

Zitronenmelisse
kann bei Stress eingesetzt werden, sorgt für seelisches Gleichgewicht und unterstützt einen erholsamen Schlaf.

Stuttgart von A bis T(ee)

Teeläden, Teestuben, Tastings & Co.



Alles so schön bunt hier

Das kennen Sie vielleicht: Steht man im Supermarkt vor dem Tee-Regal, ist man bei der Vielzahl der angebotenen Marken, Sorten und Geschmacksrichtungen oft überfordert. Was tun? Wir haben gleich drei Tipps für Sie:

- Sie lassen sich von den Expertinnen und Experten im Teeladen in Ihrem Stadtteil beraten.
- Sie kosten sich in einer der Stuttgarter Teestuben bis zu Ihrem Lieblingstee durch.
- Sie besuchen Tastings und Workshops – und werden selbst zu Tee-Expertinnen und -Experten.

Wir wünschen viel Spaß und Genuss!

Tee kaufen



The English Tearoom

Eröffnet am Hochzeitstag von Prinz William und Kate Middleton – dem 29. April 2011 –, ist der English Tearoom angetreten, die Teekultur des Vereinigten Königreichs vom Heusteigviertel aus nach Stuttgart zu bringen. Hier findet man alles für eine ansprechende Tea Time nach britischem Vorbild – rund 200 ausgewählte Teesorten, plus Geschirr, Zubehör, Cookies, Scones und Clotted Cream. By the way: Man muss nicht fließend Englisch sprechen, um von Lynn, Christian und Sabine verständlich und ausführlich beraten zu werden.
Weißenburgstraße 29, 70180 Stuttgart
the-english-tearoom.de



Grasler Tee und Keramik

Weil handgemachter Tee eine handgemachte Tasse verdient, hat sich das junge Label von Lena Grasler und Jan Cafuk auf keramisches Teegeschirr und Wildkräutertee aus eigener Fertigung spezialisiert. Das Design der Keramik besticht durch seine zeitlos-asketische Optik, die Kräuter für die Tees werden von Hand auf Streuobstwiesen und in Wäldern der Region gesammelt. Die Kunst des Selbermachens wird auch weitergegeben: Neben den Produkten werden Keramikkurse und Wildkräutertouren angeboten.
Rotebühlstraße 59A, 70178 Stuttgart
grasler.de

Tee Gschwendner

In den Königsbau Passagen bietet die Filiale des Meckenheimer Teespezialisten ausgewählte Teemischungen und hochwertiges Zubehör.
Königstraße 26, 70173 Stuttgart
teegschwendner.de

Maiers Tee & Genuss

Der Name ist Programm: In Martin Maiers Teeladen in Stuttgart-Vaihingen dreht sich alles um Genuss und Zufriedenheit der Kundinnen und Kunden. Deshalb steht bei den ausgewählten Bio-Teesorten Qualität an oberster Stelle. Ob schwarz oder grün, kräftig oder mild, fruchtig oder herb: Bei nahezu 200 verschiedenen Teesorten ist praktisch jede Geschmacksrichtung vertreten – und jeder Tee-Fan kommt auf seine Kosten.
Hauptstraße 14, 70563 Stuttgart
maiersteeundgenuss.de

Tee genießen

Teestube Pang

Bevor Diplom-Chemikerin Yanjie Pang ihren kleinen Teeladen in Stuttgart-Ost eröffnete, erforschte sie drei Jahre lang Zusammensetzung und Wirkung von Kräuter- und Teesorten. Sie schwört auf die heilsame Kraft ihrer Tees, die natürlich nur als ergänzende Therapie gedacht sind. Vor Kauf darf man eine frisch gebrühte Tasse kosten. So mancher Name im reichhaltigen Sortiment gibt einen Hinweis auf die Verwendung: „Schietwettertee", „Roter Drache", „Superstar" … Wenn das nicht vielversprechend klingt.
Hackstraße 30, 70190 Stuttgart

Stuttgarter Teeladen

Das Fachgeschäft mit Tradition: Im Stuttgarter Zentrum erwartet Sie eine große Auswahl an Sorten – und jahrzehntelange Expertise.
Eberhardstraße 33, 70173 Stuttgart,
stuttgarterteeladen.net

Tee Magazin

Aus Cannstatt ins Kännchen: eine gute Adresse für viele und vielfältige Teesorten und Geschenkideen, von großen Marken bis zu kleinen Labels.
Kübler gasse 10, 70372 Stuttgart
teemagazin-cannstatt.de

Chinesischer Garten

Lust auf einen Kurztrip in die Heimat des Tees? Der Qingyin-Garten im Norden Stuttgarts lädt ein zum Spazieren, Verweilen und Entspannen in einer traditionellen chinesischen Gartenanlage, inklusive Pavillon, Pflanzen, Steinen, Wegen, Teich und kleinem Wasserfall. Einziger Wermutstropfen: Der Quingyin-Garten bietet leider „nur" eine authentische Kulisse für den Teegenuss, aber keine Gastronomie – den Tee muss man also in der Thermosflasche mitbringen …
Birkenwaldstraße 65, 70174 Stuttgart
chinagarten-stuttgart.de

Café Justus

Die Briten wissen, wie man sich den Nachmittag versüßt: mit Cream Tea, dem leckeren Gedeck aus Tee, Scones, Clotted Cream und Konfitüre. Jeden Mittwoch um 15:30 Uhr kann man diese ur-englische Leckerei auch im Herzen Stuttgarts genießen, im Café Justus in der Olgastraße. Geliefert werden die Spezialitäten vom English Tearoom im Heusteigviertel.
Olgastraße 118, 70180 Stuttgart
cafejustus.de



Teehaus im Weißenburgpark

Juwel im Jugendstil: Errichtet 1913, war das Teehaus ursprünglich ein Geschenk des Fabrikanten Sieglin an seine Frau, die hier ihre Teekränzchen abhalten konnte. Heute zugegebenermaßen keine „klassische" Teestube, ist der denkmalgeschützte Pavillon im Stuttgarter Stadtteil Bopser nichtsdestotrotz einen Ausflug wert. Und bei einem fantastischen Blick über die Dächer der Stadt schmeckt die Tasse Tee gleich noch ein bisschen besser.
Hohenheimer Str. 119, 70184 Stuttgart
teehaus-stuttgart.de

Tee entdecken



Deutsch-Japanische Gesellschaft Baden-Württemberg – Teeschule

Aufgabe des Vereins ist die Förderung des gegenseitigen Verständnisses beider Länder. Das gelingt vielleicht am besten bei einer Tasse Tee: Deshalb lädt die Gesellschaft (leider unregelmäßig) zur Teeschule ein, wo man die Grundprinzipien der japanischen Teezeremonie erlernen kann.
japan-in-baden-wuerttemberg.de/djg2018

English Tearoom – Tea School

So macht Schulbankdrücken Spaß: Die Experts des English Tearoom laden ein zu Seminaren und Workshops zum Thema Tee, online und offline im Laden. Kurse gibt es für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Weißenburgstraße 29, 70180 Stuttgar
the-english-tearoom.de



Paper & Tea – Tea Tastings

Bei den Tastings von Paper & Tea lernt man neue Teesorten kennen und tritt ein in eine Welt voller Aromen und Geschichten. Jeder Workshop dauert eine Stunde und findet in kleinen Gruppen statt. Vielleicht auch eine originelle Geschenkidee?
Königstraße 21 (Eingang Stiftstraße), 70173 Stuttgart
paperandtea.de

Unsere Neubauprojekte

Wo entstehen aktuell neue Wohnungen in Stuttgart?



1 HAUSENRING

Familienfreundliche Eigentumswohnungen
- 32 Wohnungen
- Nachhaltiges Energiekonzept mit Wärmepumpen
- Fertigstellung: Sommer 2025
- Weitere Infos auf unserer Website: https://www.hausenring.de/



2 THEODERICHWEG

Letzter Bauabschnitt der insgesamt 107 neuen Wohnungen
- 30 Wohnungen in zwei Gebäuden, davon 15 öffentlich gefördert und 15 Eigentumswohnungen
- Fertigstellung: April 2025



3 HACKSTRASSE

Neues Quartier am Stöckach
- 28 Wohnungen, 6 davon öffentlich gefördert
- Integration Raphaelhaus für vollstationäre und ambulante Angebote für Schwerstmehrfachbehinderte
- Kita
- Stadtteilhaus
- Supermarkt und weitere Gewerbeeinheiten
- Fertigstellung: Februar 2026
- Weitere Infos auf unserer Website: https://www.swsg.de/hackstrasse.html



2025
sind
1.048
neue Wohnungen im Bau.

Weitere
1.079
Wohnungen werden modernisiert.



4 ENTENWEG

Eigentumswohnungen in Zazenhausen
- 12 Wohnungen
- Nachhaltiges Energiekonzept mit Wärmepumpen
- Fertigstellung: November 2024
- Weitere Infos auf unserer Website: https://www.wohnen-im-entenweg.de/



5 BÖCKINGER STRASSE

Neues Quartier in Zuffenhausen-Rot
- 396 Wohnungen, davon 294 öffentlich gefördert
- Integration des eva-Gartens
- Kita
- Begegnungsstätte für Ältere PLUS
- Klimaneutrale Wärmeversorgung
- IBA'27-Projekt
- Fertigstellung: 2026/27
- Weitere Infos auf unserem Blog: https://www.swsg.de/boeckinger-strasse.html



6 BALTHASAR-NEUMANN-STRASSE 2A–C

Letzter Bauabschnitt der insgesamt 98 Wohnungen
- 18 Wohnungen, 10 davon öffentlich gefördert
- Wohngemeinschaft für Menschen mit Behinderung
- Sechsgruppige Kita
- Fertigstellung: Oktober 2024



7 WOHNHÖFE AM RÖMERKASTELL

Neues Quartier im Hallschlag
- 316 Wohnungen, davon 282 öffentlich gefördert
- 8 Gewerbeeinheiten
- Fertigstellung: 2027
- Mehr Infos unter https://www.swsg.de/hallschlag-tg-6.html



8 HALLSCHLAG

Quadratisch, praktisch, bezahlbar – der Stadtbaustein SWSG_EQ12
- 4 Würfel mit je 6 Wohnungen werden in bestehende SWSG-Quartiere integriert
- Die Würfel sind industriell vorgefertigt und werden in elementierter Bauweise errichtet
- 24 öffentlich geförderte Wohnungen
- Nachhaltiges Energiekonzept mit Wärmepumpen und PV
- Fertigstellung: Januar 2026

9 KREUZNACHERSTRASSE

Umnutzung einer ehemaligen Schule
- 12 öffentlich geförderte Wohnungen
- Fertigstellung 2026



Mehr Infos zu COA ME gibt's unter www.coame.de

COA ME

Wer vor der Herzogstraße 15 des COA ME Studios steht, dem sticht zuerst der Satz: „Come in and breathe out" an der Eingangstür ins Auge. Hinter der COA ME GmbH stehen die vier Gründer Maja, Hanna, Max und Klaus.

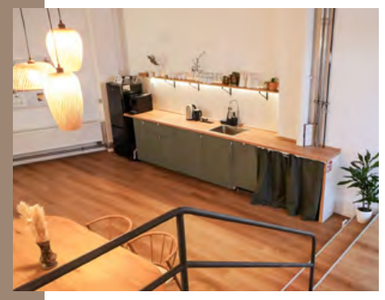
MAJA lebt Meditation und Breathwork für spürbare Veränderung und Leichtigkeit. Ob in Workshops, Events oder Onlineangeboten.

HANNA begleitet in Einzel-, Paar- und Gruppencoachings, um Beziehungen mit sich selbst und anderen zu stärken.

MAX betreut Firmen in der Gesundheitsförderung mit Beratung, Events und Vorträgen, für mehr Leichtigkeit und Gesundheit im Unternehmen.

KLAUS unterstützt als Geschäftsführer in all diesen Bereichen sowie als Bussinesscoach.



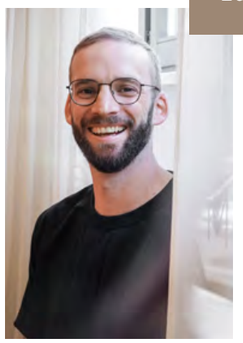


Das alte Leben abstreifen

SCHREIBEN SIE UNS!

Auch Sie haben etwas Spannendes zu erzählen? Erzählen Sie es uns: SWSG mbH, Augsburger Str. 696, 70329 Stuttgart, zuhause@swsg.de

Mit COA ME will Klaus Brüderle den Menschen zu mehr Leichtigkeit im Leben verhelfen



„Bei uns heißt es nicht höher, schneller, weiter, sondern leichter, fröhlicher, weiser" – so ist es auf der Website von COA ME zu lesen. **Klaus Brüderle** ist Geschäftsführer von COA ME, das er vor rund einem Jahr gemeinsam mit seiner Partnerin Hanna und dem befreundeten Paar Maja & Max gründete. „Wir bieten Coachings und Meditation an und widmen uns intensiv der Gesundheitsberatung", fasst der 38-Jährige das Themenfeld seines Unternehmens zusammen. „Gerade stecken wir mitten im Umbruch – denn statt rein auf Privatkunden, wollen wir uns verstärkt der Gesundheitsberatung in Unternehmen widmen." Umbruch, Veränderung, Neuanfang – diese Schlagworte gelten nicht nur für das Geschäftsfeld von Brüderle, sondern kennzeichnen auch seinen eigenen Lebensweg.

„Nach dem Abitur habe ich Nachwachsende Rohstoffe in Bioenergie in Hohenheim studiert und war anschließend als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Fraunhofer Institut tätig", berichtet der gebürtige Stuttgarter. „In der Wissenschaft habe ich mich jedoch nicht so wohl gefühlt, ich wollte lieber was Konkretes machen." Daher wird er Bauleiter und kümmert sich zwei Jahre lang um die Installation lüftungs- und klimatechnischer Anlagen. Dann entschließt Brüderle sich, seine Stärke im analytischen Denken und in der Problemlösung in den Fokus zu stellen und wechselt in die Unternehmensberatung. „Es fällt mir leicht, mich in neue Themen einzufinden, auch wenn ich nicht jede Veränderung bewusst getroffen habe." Nach sechs Jahren in der Unternehmensberatung beginnt Brüderle dann eine Ausbildung zum Coach. „Meine Frau ist systemische Therapeutin und hat sich bereits 2022 damit selbstständig gemacht. Ich bin dann auch ins Coaching eingestiegen und mir wurde klar, dass ich Lust habe, ein Unternehmen aufzubauen." Zu viert gründen sie dann COA ME: „Bei COA ME lebt die hierarchielose Unternehmenskultur davon, dass alle einander als Sparringspartner unterstützen. Ideen, Verantwortung und Umsetzung liegen in den Händen aller, sodass wir leicht, kreativ und gemeinsam gestalten."

Die Idee: „Wir machen gemeinsam das, was wir am besten können." So entsteht in der Herzogstraße in einer Gewerbeeinheit der SWSG ein Studio, das Weiterentwicklung auf der geistigen, körperlichen und der Bewusstseinsebene anbietet. „Wir wollen die Lebenslust und Lebensfreude stärken. Viele Menschen nehmen das Leben schwer und tragen eine Last mit sich rum. Wir wollen dazu beitragen, dass mehr Leichtigkeit ins Leben kommt – quasi eine Antithese zur Lebensschwere sein."

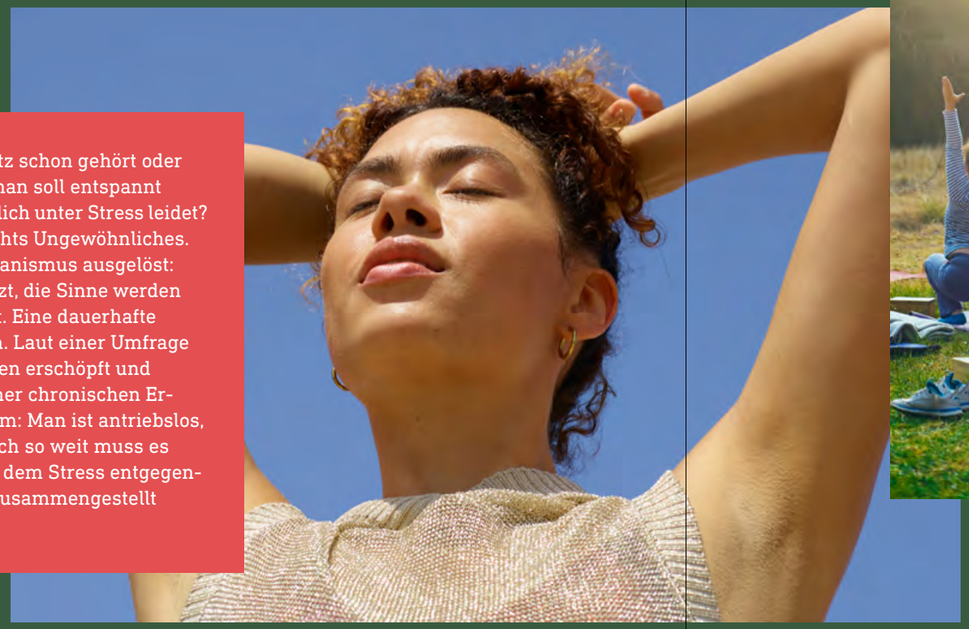
Dass das kein leichter Weg ist, unterstreicht Brüderle: „Es ist immer ein Prozess. Manche Menschen suchen mehr Ruhe im Leben, andere wollen ihr altes Leben abstreifen – das sind Entwicklungen, die wir begleiten und unterstützen. Aber die Motivation geht vom Einzelnen aus." Dabei arbeitet COA ME mit unterschiedlichen Methoden – von Paarcoachings und Meditationsangeboten – in Präsenz und als digitales Abo – über Breathwork bis hin zur Gesundheitsberatung und einer Stärkung der Kommunikation. „Wir sind davon überzeugt, dass Menschen, die ihre Veränderung aktiv angehen, eine neue Verbindung zu sich aufbauen, ihre Werte stärken und damit mehr Klarheit haben."

Dass die Themen Gesundheit und Resilienz auch in Unternehmen immer wichtiger werden, hat Brüderle auf dem Schirm: „Wir fokussieren uns daher gerade auf Angebote, die Firmen ihren Mitarbeitern machen wollen und die neue, moderne Gesundheitsformate suchen." Heißt für Brüderle: wieder eine Veränderung!

Wie sieht eigentlich sein Arbeitsalltag aus? „Der ist tatsächlich sehr bunt", lacht Brüderle, „Mal kümmere ich mich um die Buchhaltung, beantworte Mails und führe Gespräche mit Kunden. Dazwischen gibt es Teammeetings, in denen wir Projekte besprechen. Und ich kümmere mich um IT-Tools oder tausche zwischendurch auch mal eine kaputte Lampe aus. Also quasi alles, was so anfällt." Trotz Selbstständigkeit versucht Klaus Brüderle, einen ausgeglichenen Lebensrhythmus zu führen. Denn neben Job und Partnerschaft nehmen seine beiden Kinder im Alter von vier und sieben Jahren viel Raum in seinem Leben ein. „Meine Frau und ich teilen uns die Care-Arbeit paritätisch. Das funktioniert nur, weil wir viel miteinander reden und ehrlich zueinander sind." Die Prinzipien des Unternehmens lebt er somit selbst – er versucht, die Balance zu wahren zwischen geregeltem Alltag und ausreichend Freiräumen. Und ist dabei immer bereit für die nächste Veränderung.

Stress lass nach!

„Nur kein Stress.“ Wahrscheinlich haben Sie diesen Satz schon gehört oder vielleicht sogar selbst verwendet. Gemeint ist damit, man soll entspannt bleiben und sich Zeit lassen. Was aber, wenn man wirklich unter Stress leidet? Gelegentlicher Stress – zum Beispiel im Beruf – ist nichts Ungewöhnliches. Denn im Grunde wird damit ein lebenswichtiger Mechanismus ausgelöst: Hormone wie Cortisol und Adrenalin werden freigesetzt, die Sinne werden geschärft, und man wird zu Höchstleistungen befähigt. Eine dauerhafte Belastung durch Stress allerdings kann krank machen. Laut einer Umfrage der Krankenkassen fühlen sich vier von zehn Deutschen erschöpft und ausgelaugt. Auf Dauer kann ein solcher Zustand zu einer chronischen Erschöpfung führen – das berüchtigte „Burnout“-Syndrom: Man ist antriebslos, fühlt sich leer und fragt nach dem Sinn von allem. Doch so weit muss es nicht kommen. Denn die gute Nachricht ist: Man kann dem Stress entgegenwirken! Mit den Tipps und Techniken, die wir für Sie zusammengestellt haben. In diesem Sinne: nur kein Stress.





Techniken und Tipps, wie man einer Überbelastung entgegenwirken kann



Stress erkennen und entgegenwirken
Ob und in welchem Maß wir Stress empfinden, ist von Individuum zu Individuum verschieden und hängt mit der jeweiligen persönlichen Wahrnehmung zusammen. Wichtig ist, die auslösenden Stressfaktoren zu identifizieren – und zu akzeptieren, dass man darunter leidet. Erst dann wird man bereit dazu sein, etwas zu verändern – an der Stresssituation ebenso wie an den eigenen Reaktionen. Der Begriff „Stressmanagement“ bezeichnet Strategien und Methoden, die zur Vorbeugung, Reduzierung und Bewältigung von Stress eingesetzt werden können. Zum Beispiel …

Feste Alltagsstruktur
Unregelmäßige Abläufe produzieren Unsicherheit und Überforderung – zwei Hauptfaktoren für Stress. Hat der Tag eine feste Struktur und feste Uhrzeiten (z. B. für Arbeit, Mahlzeiten, Schlaf), kann der Körper besser zwischen Aktivitäts- und Erholungsphasen unterscheiden. Wiederkehrende Abläufe schaffen Vorhersehbarkeit, Aufgaben erscheinen weniger verwirrend, und die Stressresistenz wird gesteigert.

TIPP Entwickeln Sie auch Routinen für Ihre Freizeit, wie spazieren gehen, Musik hören, Tagebuch führen – was immer Ihnen Freude bereitet.

Sport und körperliche Aktivität
Bei sportlicher Bewegung werden Endorphine („Glückshormone“) freigesetzt und Stresshormone wie Cortisol und Adrenalin gesenkt. Regelmäßiger Sport fördert die Gesundheit und macht den Körper belastbarer. Doch auch psychisch entfaltet er Wirkung: Besonders Ausdauersport (Joggen, Radfahren, Schwimmen) und moderates Krafttraining wirken regulierend auf das Nervensystem. Sport lenkt von belastenden Gedanken ab, vermittelt ein Gefühl von Kontrolle und Optimismus.

TIPP Bei akutem Stress kurze Bewegungspausen (dehnen, spazieren gehen) einlegen.

Ausreichend Schlaf
Schlafen bedeutet keine verschwendete Zeit. Im Gegenteil: Im Schlaf werden Stresshormone abgebaut, das Nervensystem regeneriert und das Immunsystem gestärkt. Chronischer Schlafmangel dagegen erhöht die Cortisolwerte und macht anfälliger für Stress. „Guter“ Schlaf (7–9 Stunden) fördert die Konzentration und stabilisiert die Stimmung, wodurch belastende Situationen besser bewältigt werden können.

TIPP Schaffen Sie eine angenehme Schlafumgebung (dunkel, ruhig, kühl), meiden Sie eine Stunde vorm Zubettgehen TV-, Computer- und Handyscreens.

Meditation
Durch Meditation bzw. durch bewusstes Atmen wird der Entspannungsnerv Parasympathikus aktiviert, Puls und Blutdruck werden gesenkt. Aber Meditieren – wie geht das eigentlich?
1. Einen ruhigen Ort finden, an dem man nicht gestört wird.
2. Eine aufrechte Sitzhaltung einnehmen, auf einem Stuhl, einem Kissen oder auf dem Boden.
3. Die Hände entspannt auf den Oberschenkeln oder im Schoß platzieren.
4. Augen schließen oder auf einen Punkt vor sich richten.
5. Ruhig und langsam durch die Nase ein- und ausatmen.
6. Sich ganz auf die Atmung konzentrieren und alle anderen Gedanken „ausschalten“.

Starten Sie mit 3–5 Minuten täglich, nach ein bis zwei Wochen erhöhen Sie auf 10 Minuten.

TIPP Besser kurz und regelmäßig als lang und selten – entscheidend ist auch hier die Routine.

Yoga
Gerade die Kombination aus Bewegung und Atmung wirkt nachhaltig gegen Stress: Die sanften Yogaübungen lösen Muskelverspannungen, die auch durch psychische Belastung entstehen. Langsames, bewusstes Atmen aktiviert den Parasympathikus und senkt Puls und Blutdruck. Durch regelmäßiges Yoga wird das Stresshormon Cortisol gesenkt, gleichzeitig bewirkt die erhöhte Ausschüttung von Serotonin und Endorphinen eine Steigerung des Wohlbefindens.

TIPP Gemeinsam fällt alles leichter. Sicher gibt es auch in Ihrem Stadtviertel eine Yoga-Gruppe, der Sie sich anschließen können.

Gesunde Ernährung
Auch die richtige Ernährung kann Stress reduzieren – nicht als alleinige Lösung, aber als Unterstützung für das Nervensystem und die Hormonbalance. Vitamin C (z. B. Paprika, Zitrusfrüchte) und Zink (z. B. Linsen, Kichererbsen) stärken das Immunsystem, das bei Stress belastet ist. Magnesium, B-Vitamine und Omega-3-Fettsäuren (z. B. Walnüsse, Haferflocken, Spinat) wirken Cortisolsenkend. Tryptophanreiche Lebensmittel (z. B. Hülsenfrüchte, Bananen) fördern die Bildung des Glückshormons Serotonin.

TIPP Vermeiden Sie viel Koffein, Alkohol, Zucker und Convenience Food, da diese Unruhe, Reizbarkeit und Stressreaktionen verstärken können.

Nichts verpasst
Auch „FOMO“ (Fear of missing out, also die Angst, etwas zu verpassen) kann sich zum echten Stressproduzenten entwickeln. Das Gefühl, andere erleben mehr, kann Minderwertigkeitsgefühle, Unzufriedenheit oder Neid verstärken. Die Befürchtung, außen vor zu sein, führt dazu, dass man ständig seine Benachrichtigungen checkt oder die Social-Media-Kanäle durchscrollt. Das erhöht die mentale Belastung, und durch die ständige Ablenkung sinkt die Fähigkeit, sich auf eine Aufgabe zu fokussieren. Wie Stress kann FOMO die vermehrte Ausschüttung von Cortisol und Adrenalin auslösen.

TIPP Es mag banal klingen, doch ganz einfache, naheliegende Aktivitäten helfen bei der Bekämpfung von FOMO und beim Abbau von Stress. Wie eine Tasse Tee zum Relaxen und Zur-Ruhe-Kommen. Ein warmes Bad mit ätherischen Ölen. Ein kurzer Spaziergang, um den Kopf frei zu kriegen. Kerzen am Abend, um eine entspannte Atmosphäre zu kreieren. Den Tag mit seiner Lieblingsmusik ausklingen lassen. Und sich im Bett in ein Buch aus echtem Papier vertiefen. Kein Handy. Kein TV. Kein Streaming. Nehmen Sie sich die Zeit. Sie werden nichts verpassen.

Wie funktioniert eigentlich …

… ein Balkonkraftwerk für eine SWSG-Wohnung?

Die Sonne meint es gut mit Stuttgart: Rund 1.720 Sonnenstunden pro Jahr bieten viel Potenzial, mit Solarenergie nachhaltig Strom zu erzeugen. Immer mehr Menschen interessieren sich deshalb für ein sogenanntes Balkonkraftwerk – auch steckerfertige Solaranlage genannt. Doch wie funktionieren diese kleinen Solaranlagen eigentlich, und was ist bei Installation und Betrieb zu beachten?

Was ist ein Balkonkraftwerk?
Ein Balkonkraftwerk ist eine kleine Photovoltaikanlage, die auf dem eigenen Balkon oder der Terrasse angebracht werden kann. Die Installation ist vergleichsweise unkompliziert: Die Anlage wird in eine geeignete, der aktuell gültigen Norm entsprechende Steckdose eingesteckt und produziert Strom, sobald die Sonne scheint. Der produzierte Strom steht dann direkt für Ihre Haushaltsgeräte wie Kühlschrank, Waschmaschine oder Computer zur Verfügung. Das senkt Ihren Stromverbrauch aus dem öffentlichen Netz – und damit auch Ihre Stromkosten.

Was muss ich bei der Installation eines Balkonkraftwerks beachten?
Wer ein Balkonkraftwerk installieren möchte, trägt alle anfallenden Kosten selbst und muss vorab eine Genehmigung bei der SWSG beantragen. Je nach Gebäudeart oder gegebenenfalls bestehendem Denkmalschutz können weitere behördliche Genehmigungen notwendig sein. Zulässig sind Anlagen bis zu einer maximalen Einspeiseleistung von 800 Watt. Für den Betrieb benötigen Sie eine Außensteckdose.

Die Anlage darf ausschließlich auf dem Balkon oder der Terrasse installiert werden, die zur angemieteten Wohnung gehören. Die Solarpaneele dürfen nicht über die Breite und Höhe der Balkonbrüstung hinausragen. Sie sind mittig im Null-Grad-Winkel, also parallel zur Balkonbrüstung, zu installieren. Das verhindert, dass die Anlage jemanden blenden kann.

Sie sind verpflichtet, regelmäßig die sichere Befestigung der Anlage zu überprüfen. Wichtig: bei Schäden ist umgehend die Reparatur zu veranlassen! Unerlässlich ist auch eine Haftpflichtversicherung über die gesamte Betriebsdauer der Anlage.

So funktioniert die Anmeldung

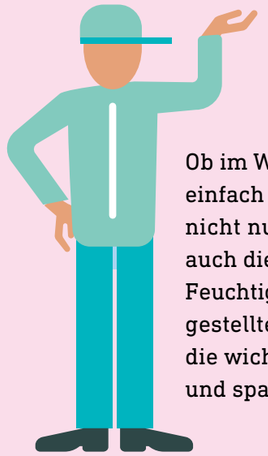
1. Stellen Sie eine schriftliche Anfrage mit allen erforderlichen Unterlagen (z. B. geplante Modul- und Montageart) per E-Mail an die SWSG: service@swsg.de
2. Die SWSG prüft die Unterlagen, die Gebäudeeigenschaften und die technischen Voraussetzungen.
3. Bei positivem Ergebnis erhalten Sie eine Vereinbarung zur Installation.
4. Nach erfolgter Installation gemäß den Vorgaben nimmt die SWSG Kontakt auf und überprüft die Anlage vor Ort.



Mehr Infos
Detaillierte FAQs und alle erforderlichen Dokumente zum Thema Balkonkraftwerk finden Sie auf unserer Website https://www.swsg.de/faq.html

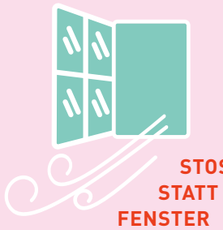


Richtig heizen, clever lüften



SO BLEIBT IHR ZUHAUSE GESUND UND GEMÜTLICH

Ob im Winter oder Sommer, ob beim Kochen, Duschen oder einfach im Alltag: Wer richtig heizt und regelmäßig lüftet, sorgt nicht nur für ein behagliches Raumklima, sondern schützt auch die Bausubstanz und den eigenen Geldbeutel. Denn zu viel Feuchtigkeit begünstigt Schimmelbildung, während falsch eingestellte Heizkörper unnötig Energie verschwenden. Wir geben die wichtigsten Tipps für gutes Raumklima, gesundes Wohnen und sparsames Heizen: kompakt und leicht umsetzbar.



STOSSLÜFTEN STATT KIPP-FENSTER

Im Winter: Mehrmals täglich 5–10 Minuten Fenster ganz öffnen. Ideal: Durchzug oder Querlüftung.
Wichtig: Dauerhafte Kipplüftung vermeiden, denn das kühlt die Wände aus, führt zu Schimmel und treibt die Heizkosten unnötig in die Höhe.
Im Sommer: 10–20 Minuten Stoßlüften, allerdings kann sich die erhöhte Luftfeuchtigkeit auch kontraproduktiv auswirken. Idealerweise Luftfeuchtigkeit mit Hygrometer messen (siehe auch Seite rechts „Schimmel vorbeugen“).



VOR DEM LÜFTEN: Heizung runterdrehen! Am besten auf „Frostschutz“. Das spart Energie beim Stoßlüften.

HEIZKÖRPER FREIHALTEN:
Keine Möbel oder Vorhänge direkt davor, denn das blockiert die Wärmeabgabe.

EMPFOHLENE RAUMTEMPERATUREN UND THERMOSTAT-EINSTELLUNGEN

	Raum-temperatur	Thermostat-einstellung
Wohnzimmer:	20–22 °C	3
Küche:	18–20 °C	2–3
Bad:	21–23 °C	3–4
Schlafzimmer (nachts):	16–18 °C	2 oder „MOND“

Gut zu wissen: 1 Grad weniger spart ca. 6 % Heizenergie und rund 40 Euro jährlich!

NACHTABSENKUNG

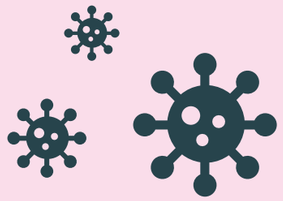
Bei Gebäuden, die mit niedrigen Heiztemperaturen versorgt werden (Fußbodenheizungen, Wärmepumpen, intelligente Kiona-Heizanlagensteuerung), ist eine Nachtabsenkung an den Thermostaten und Raumtemperaturreglern nicht sinnvoll. Denn dadurch kann eine Auskühlung der Wohnung sowie ein Mehrverbrauch durch das Wiederaufheizen verursacht werden.

In allen anderen Gebäuden kann eine **Nachtabsenkung an den Heizkörperthermostaten auf Stufe 2 oder „MOND“** wertvolle Energie und Kosten sparen.

THERMOSTATE CLEVER NUTZEN

Nur so weit aufdrehen, wie wirklich nötig. Ist der Raum kalt, nicht maximal aufdrehen. Das heizt nicht schneller! Stellen Sie alle Thermostate in einem Raum gleich ein.





Achtung Schimmel!

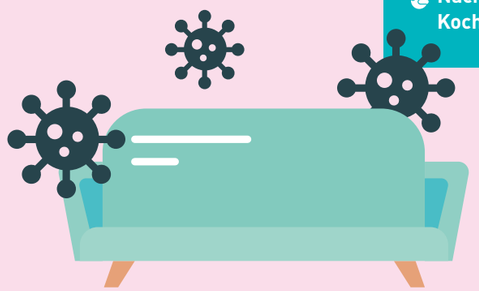
WIE ER ENTSTEHT, WO ER WÄCHST UND WAS SIE DAGEGEN TUN KÖNNEN

Schimmelpilze brauchen vor allem eines: Feuchtigkeit. Schon ab einer Luftfeuchtigkeit von über 60 % in Kombination mit kühlen Oberflächen kann sich Kondenswasser bilden – der ideale Nährboden für Schimmelsporen. Diese sind überall in der Luft vorhanden und setzen sich dort ab, wo sie feuchte, unbewegte Luft und wenig Licht vorfinden: besonders hinter Möbeln, unter Fensterbänken und in Ecken. Kurz gesagt: Feuchtigkeit + Kälte = Schimmelgefahr.



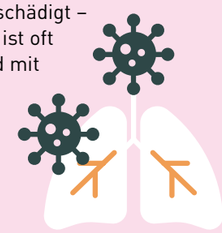
TYPISCHE SCHIMMEL-GEFAHRENZONEN IN DER WOHNUNG

- **Außenwände**: besonders in Raumecken, denn hier sind die Wände oft kühler.
- **Hinter Schränken & Sofas,** wenn zu wenig Luft zirkuliert.
- **Fensterlaibungen**: Bei ständiger Kipplüftung kühlen sie stark aus.
- **Bäder & Küchen:** Dort entsteht durch Duschen oder Kochen viel Luftfeuchtigkeit.
- **Schlafzimmer:** Nachts gibt der Körper durch Atmung und Schwitzen viel Feuchtigkeit ab.



WARUM SCHIMMEL GEFÄHRLICH IST

Schimmel in der Wohnung ist mehr als nur ein optisches Problem – er stellt immer eine ernsthafte Gefahr für die Gesundheit dar. Bereits geringe Mengen können Atemwegsreizungen, Allergien, Asthma oder Kopfschmerzen auslösen und bestehende Erkrankungen verschlimmern. Besonders gefährdet sind Kinder, ältere Menschen und Personen mit geschwächtem Immunsystem. Auch die Bausubstanz wird durch Feuchtigkeit und Schimmel nachhaltig geschädigt – die Sanierung ist oft aufwendig und mit hohen Kosten verbunden.



SCHIMMEL VORBEUGEN – AUF EINEN BLICK

- **Richtig lüften:** 2–4 × täglich Stoßlüften statt Dauerkippen.
- **Luftzirkulation ermöglichen:** Möbel mindestens 5–10 cm von Außenwänden abrücken.
- **Raumtemperaturen konstant halten**: Zu kalte Räume begünstigen Kondenswasser.
- **Nicht überheizen**, aber auch nicht komplett abdrehen.
- **Luftfeuchtigkeit messen:** z. B. mit einem einfachen Hygrometer (ideal: 40–60 %).
- **Nach dem Duschen oder Kochen** sofort lüften.



LÜFTEN NACH NUTZUNG

Nach dem Duschen, Kochen oder Wäschetrocknen: direkt lüften.
Schlafzimmer: morgens nach dem Aufstehen lüften. Feuchte Räume wie **Bad und Küche** besonders beachten:

- **Kondenswasser am Fenster?** Ein Warnzeichen für zu hohe Luftfeuchtigkeit und falsches Lüften. Spätestens jetzt heißt es: Fenster auf!
- **Luftfeuchtigkeit im Blick behalten** – am besten mit einem Hygrometer. Ideal sind 40–60 %. Achtung: Zimmerpflanzen und feuchte Wäsche erhöhen die Luftfeuchtigkeit.



VERHALTEN BEI ABWESENHEIT

Bei Urlaub oder längerer Abwesenheit Heizung nicht komplett abschalten, sondern auf Stufe 2 stellen. Bei idealen 16 °C Raumtemperatur kühlen Wände nicht aus und die Schimmelgefahr bleibt gering.
Wichtig: Bei Fußbodenheizung bitte nur auf 18 °C absenken!

LUFTZIRKULATION IM BLICK BEHALTEN

Regelmäßig Staub an Heizkörpern und Lüftungsgittern entfernen, verbessert die Luftzirkulation.



Ehrenamtliche Energiepaten und -patinnen der Verbraucherzentrale besuchen Sie zu Hause und unterstützen Sie kostenfrei mit Infos und Tipps!
Termine:
esh-energieberatung@vz-bw.de

EIN FEST DER NACHBARSCHAFT

Die SWSG feiert die Fertigstellung der Keltersiedlung





Am frühen Nachmittag des 14. Juli 2025 wird man an der Künzelsauer Straße in Stuttgart-Zuffenhausen von weißen Sonnenschirmen, mit Hussen überzogenen Stehtischen und zahlreichen Gästen aus Politik, Wohnungswirtschaft und aus der Nachbarschaft empfangen. Von den diversen Food-Trucks duftet es lecker nach Flammkuchen und Waffeln. Aus den Lautsprechern spielt leise Musik. Heute begeht die SWSG die feierliche Fertigstellung der hier errichteten neuen Keltersiedlung – ein ambitioniertes Bauprojekt, mit dem 180 moderne und bezahlbare Wohnungen für rund 400 Menschen geschaffen werden konnten. Leider kündigt der wolkenverhangene Himmel einen weniger willkommenen Gast an – Regen. Tatsächlich beginnt es zu prasseln, und die Anwesenden suchen Schutz unter den Schirmen. Doch pünktlich zum Beginn der Festreden reißt die Wolkendecke auf, und die Sonne zeigt sich wieder – ein gutes Omen für die Feierlichkeiten, für das neue Quartier und natürlich für dessen Bewohnerinnen und Bewohner.

HEIMAT FÜR ALLE

Die neue Keltersiedlung bietet
lebendiges Quartier für alle Generationen



„Innenentwicklung bedeutet, mit Verantwortung und Kreativität mehr Raum zum Wohnen zu schaffen, ohne dabei die Lebensqualität aus dem Blick zu verlieren. Das heißt konkret, Freiräume zu schaffen, Bestehendes weiter zu denken und mutig auch Neues zu wagen. In der Keltersiedlung haben wir das konsequent umgesetzt."

Samir M. Sidgi, Vorsitzender der Geschäftsführung der SWSG







„Die SWSG hat mit viel Weitsicht eine nachhaltige Nachverdichtung umgesetzt, die zeigt, wie aus einer ehemaligen Reihenhaussiedlung ein lebendiges und modernes Quartier werden kann. Das ist Stadtentwicklung mit Verantwortung – und genau das brauchen wir jetzt mehr denn je."

Nicole Razavi MdL, Ministerin für Landesentwicklung und Wohnen Baden-Württemberg

„Wir setzen in schwieriger Zeit ein kraftvolles Zeichen für den Neubau von Wohnungen mit fairen und bezahlbaren Mieten. Allein in 2025, 2026 und 2027 entstehen insgesamt 1.400 neue SWSG-Wohnungen. Damit hat unsere SWSG deutschlandweit eine der höchsten Neubauquoten der städtischen Wohnungsbaugesellschaften."

Dr. Frank Nopper, Oberbürgermeister der Stadt Stuttgart

Neuer zusätzlicher Wohnraum

Wohnraum in Stuttgart, zumal bezahlbar, ist rar. Auch und gerade in Zuffenhausen, das mit rund 38.500 Einwohnerinnen und Einwohnern zu den größten und bevölkerungsreichsten Stadtbezirken der Landeshauptstadt zählt. Dies zu ändern, ist eine der Hauptaufgaben der SWSG. So war auch bei der Neubebauung der Keltersiedlung die erklärte Mission, preiswerten Wohnraum und ein lebendiges Quartier für Menschen unterschiedlichen Einkommens und aller Generationen zu schaffen. Vor der Neugestaltung bot die Siedlung im Zuffenhausener Stadtteil Mönchsberg 105 Altbaueinheiten, die sich nach Prüfung als wirtschaftlich nicht mehr sanierbar erwiesen. Die Geburtsstunde einer Vision – eines komplett neuen Quartiers, das mehr Wohnraum, modernere Wohnungen und eine ansprechendere Architektur bieten sollte als vorher. Mehr Wohnraum auf gleicher Fläche? Möglich wird dies durch die sogenannte Innenentwicklung, die intelligente bauliche Nutzung vorhandener Flächen im urbanen Kontext.

Architektonisch interessantes Gesamtbild

Statt 105 ganze 180 neue Wohnungen, in der rund 400 Menschen ein Zuhause gefunden haben: Die neue Keltersiedlung punktet mit Zahlen, die belegen, dass sich durch kluge Flächenausnutzung auch im besiedelten städtischen Raum zusätzlicher Wohnraum schaffen lässt. Entworfen wurde das neue Quartier von der EMT Architektenpartnerschaft aus Stuttgart, die mit ihrem Vorschlag den vorausgehenden Architekturwettbewerb für sich entscheiden konnte. Insgesamt wurden 14 neue Gebäude errichtet, die durch ihre ungewöhnliche Geometrie bestechen: Die unterschiedlichen Bauhöhen – drei- und viergeschossig – lockern die Optik auf und erzeugen ein luftiges, architektonisch interessantes Gesamtbild. Damit nicht genug: Die einzelnen Gebäude wurden so platziert und ausgerichtet, dass mehrere kleine Quartiersplätze und Spielflächen angelegt werden konnten, die zum Sandeln, Spielen, Verweilen und zur nachbarschaftlichen Begegnung einladen – ein echtes Plus an Lebensqualität für die Mieterinnen und Mieter.

Mission erfüllt

Bei einem Spaziergang durch das neue Quartier präsentiert sich die neue Keltersiedlung als modernes Wohnensemble, das nicht nur durch seine Architektur und sein Platzangebot, sondern auch durch seine soziale Heterogenität besticht. Kinder spielen Ball und toben herum, Erwachsene halten ein Schwätzchen, und auch Ältere haben einen festen Platz in der Quartiersgemeinschaft. Dafür spricht auch die Pflege-WG, die acht Plätze für Seniorinnen und Senioren beherbergt. Keine Frage: Hier leben Menschen unterschiedlichen Einkommens und aller Altersstufen Tür an Tür, und das in einem freundlichen, lebenswerten Umfeld. Nicht umsonst lobt Oberbürgermeister Dr. Frank Nopper die neue Keltersiedlung als „lebendiges, sozial durchmischtes Quartier für alle Generationen". Die Vision ist Realität geworden, und die Mission erfüllt. Ein schöner Erfolg für die SWSG – und ein schönes neues Zuhause für rund 400 Stuttgarterinnen und Stuttgarter.

Ein Quartier verbindet

Stimmen zum neuen Quartier aus Nachbarschaft und Architektur







»WIR SIND HIER ANGEKOMMEN!«

Uwe Kainzinger ist mit seiner Freundin im Februar 2025 in die Keltersiedlung gezogen. Die erste gemeinsame Wohnung des Paares hat ihnen von Anfang an gefallen. Der 24-jährige Verwaltungsbeamte hat sich hier in kurzer Zeit bereits sehr gut eingelebt. Wir haben mit ihm über den Einzug und das Leben im neuen Quartier gesprochen.

Herr Kainzinger, wie war es, als Sie zum ersten Mal Ihre heutige Wohnung betraten?
Daran erinnere ich mich noch gut: Meine Freundin und ich waren auf der Suche nach unserer ersten gemeinsamen Wohnung. Und die Wohnung in der Keltersiedlung war überhaupt erst die zweite, die wir besichtigt haben. Die hellen Räume haben uns sehr gut gefallen und wir waren uns noch bei der Besichtigung sicher, dass wir hier gerne einziehen würden. Sowohl von der Wohnung als auch von dem ganzen Quartier waren wir von Anfang an sehr begeistert. Als wir dann die Zusage bekamen, haben wir uns sehr darauf gefreut, ankommen zu können. Das war was Besonderes!

Was gefällt Ihnen an Ihrem neuen Zuhause besonders?
Das ist zum einen die ruhige und trotzdem zentrale Lage. Meine Freundin und ich arbeiten beide in der Innenstadt – daher sind wir froh, schnell in die nahgelegene U-Bahn steigen zu können. Andererseits schätzen wir auch die Ruhe, vor allem, wenn wir abends nach Hause kommen. Die grüne Lage und die nahen Einkaufsmöglichkeiten finden wir auch super! Und natürlich unsere Wohnung. Hier gefallen uns ganz klar die hellen Räume, die bodentiefen Fenster und die großzügige, offene Raumaufteilung.

Und wie ist Ihr Eindruck vom Quartier?
Wir waren sofort angetan von den einzelnen Gebäuden und dem hellen, freundlichen Erscheinungsbild. Ein modernes, schlichtes Design, ansprechende Farben und auch das Konzept der Loggien und Terrassen ist gut umgesetzt. Schön ist auch das viele Grün zwischen den Gebäuden mit den Spielplätzen und Sitzbänken. Man merkt gar nicht, dass das Quartier dicht bebaut ist, denn es ist trotzdem viel Platz zwischen den Häusern.

Können Sie uns etwas zur Nachbarschaft berichten?
Wir haben uns hier von Anfang an wohlgefühlt. Viele Nachbarn, denen wir begegnen, sind sehr hilfsbereit – es ist insgesamt ein vertrauensvolles und freundliches Zusammenleben. Schön ist auch, dass hier viele unterschiedliche Menschen zusammenleben – Jung und Alt, insgesamt eine sehr diverse Nachbarschaft.

SCHREIBEN SIE UNS!

Auch Sie haben etwas Spannendes zu erzählen?
Erzählen Sie es uns: SWSG mbH, Augsburger Str. 696, 70329 Stuttgart, zuhause@swsg.de





»IDENTIFIKATION, ZUSAMMENLEBEN UND INTERAKTION«

Peter Bauhofer ist Architekt bei EMT Architektenpartnerschaft mbB, die die Keltersiedlung entworfen haben. Wir haben mit ihm über den Entwurf und die Idee des neuen Quartiers gesprochen, über Kubaturen, Farbtönungen und südländische Dörfer.

Herr Bauhofer, was war die Leitidee oder das zentrale Konzept bei der Planung der Keltersiedlung?
Vor fast 9 Jahren im Dezember 2016 besichtigten wir das Gelände der Keltersiedlung zum ersten Mal. Das Areal mit einer Fläche von 1,7 ha war riesig. Wir verliefen uns fast zwischen den vielen Zeilenbauten, eine Ecke sah aus wie die andere, alles war sehr anonym, zur Orientierung mussten wir oft auf den Lageplan schauen. Aus diesen Eindrücken entwickelte sich sehr rasch unser zentrales Konzept, wir wollten die Häuser so platzieren, dass sie grüne Außenräume einfassen. Es sollten Wohnhöfe entstehen, die die Bewohner zur sozialen Interaktion anregen, fast wie „Wohnzimmer" im Freien, wo man sich gerne aufhält, sich mit den Nachbarn zwanglos trifft und die Kinder gemeinsam spielen können. Damit hatten wir den Kern unseres städtebaulichen Ordnungsprinzips gefunden – die kontinuierliche Abfolge von privaten Wohnhöfen – jeweils eingefasst von offenen Gebäudegruppen mit überschaubaren Nachbarschaften sowie untereinander verbunden über ein Netz von privaten und halböffentlichen Wegen. Das Geflecht aus zueinander versetzten Wohngebäuden und Hofflächen schafft spannungsvolle Räume und Begegnungsorte für die Quartiersbewohner.

Welche besonderen Herausforderungen gab es bei der Umsetzung des Projekts?
Hiervon gab es nicht wenige. Zum einen die Nachverdichtung mit dem Ziel der Verdoppelung der Wohnfläche, unter Beibehaltung der für den Stadtteil typischen Kleinteiligkeit und starken Durchgrünung. Wir standen vor der Herausforderung, eine Gebäudetypologie zu entwickeln, die sich trotz ihrer deutlich größeren Baumasse angemessen einfügt. Es wurde um die Erhaltung jedes Baumes gekämpft. Der Zustand des Baumes abgewogen gegen die Anzahl der Stellplätze, die entfallen würden, wenn der Baum erhalten wird. Nicht zu vergessen die Altlastensanierung, die wir in einer solchen Dimension noch nie erlebt haben.

Wie haben Sie die Wünsche und Bedürfnisse der zukünftigen Bewohnerinnen und Bewohner in die Planung einbezogen?
Bei jedem Projekt versuchen wir, uns in die Wünsche und Bedürfnisse der Bewohner einzufühlen und diese möglichst effektiv umzusetzen. Wir kennen diese aus verschiedenen Beteiligungsformaten. Dabei kann es sich natürlich nie um den konkreten Einzelwunsch eines späteren Bewohners handeln, dafür sind die Planungs- und Vorlaufzeiten im Geschosswohnungsbau viel zu lang.

Welche architektonischen Besonderheiten zeichnen die Keltersiedlung aus?
Die kleinteilige Gliederung der Baukörper ist wohl die markanteste Besonderheit. Die Keltersiedlung ist das erste Projekt, bei dem wir das Volumen der bis zu 37 Meter langen Geschossbauten so stark in kleinere Kubaturen unterschiedlicher Höhe, Breite und Farbtönung aufgelöst haben, dass sie je nach Blickwinkel fast wie kleine Einzelhäuser erscheinen. Dies wird durch die fugenartigen Rücksprünge im Bereich der Treppenhäuser, Loggien- und Dacheinschnitte und die konsequent differenzierte Höhenstaffelung in Verbindung mit variierenden Putzfarben bewirkt.

Sie waren auch zu Gast bei der Fertigstellungsfeier der Keltersiedlung. Wie haben Sie diese erlebt?
Es ist immer ein sehr besonderer Moment, wenn ein Projekt abgeschlossen ist und alle Beteiligten zusammenkommen, um gemeinsam das gelungene Projekt zu feiern. Neben den offiziellen Reden fand ich es sehr schön, dass auch die Bewohner mit einbezogen wurden. Die Höfe wurden so ganz in unserem Sinn mit Leben gefüllt. Es war ein sehr gelungener Nachmittag, auch wenn das Wetter nicht ganz optimal war.

Was wünschen Sie sich für die zukünftige Entwicklung und das Zusammenleben in der Keltersiedlung?
Genial wäre es, wenn unser Konzept aufgehen würde, dass die Wohnhöfe zur Interaktion der Bewohner beitragen, die Bewohner die Höfe aktiv nutzen, um sich gegenseitig auszutauschen, kennenzulernen und sich ungezwungen zu begegnen. Dass dort Leben herrscht. Wir würden uns wünschen, dass sich die Bewohner mit ihrem Umfeld identifizieren und daraus ein Zusammenhalt der Hofgemeinschaften entsteht. Ich musste bei den Höfen immer an südländische Dörfer denken, wo sich alle kennen und das Leben auf der Straße stattfindet.

Schwarzes Brett

Rund um Ihre SWSG



GdW-Präsident besucht SWSG

Wie gelingt nachhaltiges Bauen und Sanieren in der Praxis? Dieser Frage gingen GdW-Präsident Axel Gedaschko und vbw-Direktorin Dr. Iris Beuerle im Rahmen einer zweitägigen Sommertour durch Baden-Württemberg nach. Im Mittelpunkt standen dabei zukunftsweisende Projekte der Wohnungswirtschaft, die eindrucksvoll zeigen, wie klimafreundliches, sozial orientiertes und bezahlbares Wohnen schon heute erfolgreich umgesetzt werden kann. Dabei besuchte der GdW-Präsident auch zwei Projekte der SWSG, nämlich das Energie-Plus-Quartier am Prießnitzweg, wo 330 Wohnungen in modularer Holzbauweise entstanden sind, sowie das umgenutzte Bettenhaus des Bürgerhospitals. Hier errichtete die SWSG 136 neue Wohnungen und erhält neben der grauen Energie die historische Formansprache des imposanten Baus.



Wir gratulieren unseren Objektbetreuern!

Mit unserer SWSG Academy und den dazugehörigen Bildungsbausteinen verfolgen wir das klare Ziel, maßgeschneiderte Bildungskonzepte anzubieten, um unsere Mtarbeitenden für ihre Aufgaben bestmöglich aus- und fortzubilden. Gemeinsam mit der Akademie der Wohnungs- und Immobilienwirtschaft GmbH (AWI) haben wir ein starkes Qualifizierungsprogramm auf die Beine gestellt: den Lehrgang des geprüften SWSG-Objektbetreuers. Der Lehrgang erstreckt sich über mehrere Monate, umfasst mehrere Schulungsmodule und schließt mit einer Prüfung ab. Wir freuen uns, dass alle Teilnehmer der diesjährigen Weiterbildung die Abschlussprüfung erfolgreich bestanden haben und gratulieren herzlich!



Arne Engel



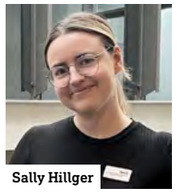
Ali Ferjani



Alice Friedrich



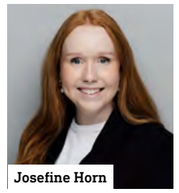
Sabrina Hasanovic



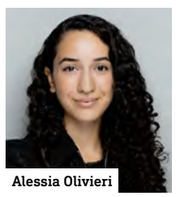
Sally Hillger



Willi Hoga



Josefine Horn



Alessia Olivieri



Jan Sochor



Irini Tsaprazi-Silioni

Unsere neuen Kolleginnen und Kollegen

Als neue Teamleiterin Soziales & Quartier heißen wir Sabrina Hasanovic herzlich willkommen! Arne Engel beginnt als Jurist in der Rechtsabteilung. Im Bestandsmanagement Mitte startet Sally Hillger als neue Kollegin in der Kundenbetreuung. Und auch das Bestandsmanagement Nord verstärkt das Team Objektbetreuung mit Ali Ferjani und Irini Tsaprazi-Silioni. Alice Friedrich beginnt als Kundenbetreuerin Gewerbe und Sonderimmobilien. Das Team Operative Energiewende im Bereich Energie & Nachhaltigkeit bekommt mit Willi Hoga einen neuen Teamleiter. Jan Sochor startet bei der SWSG als Referent Controlling und Reporting in der Unternehmenssteuerung. Alessia Olivieri beginnt ihre Ausbildung zur Immobilienkauffrau und Josefine Horn unterstützt als Werkstudentin die Personalabteilung. Wir wünschen allen einen guten Start und viel Erfolg!



AOK-Firmenlauf 2025 – Team SWSG war am Start

19 Kolleginnen und Kollegen der SWSG stellten sich der sportlichen Herausforderung und nahmen am Firmenlauf rund um den Stuttgarter Fernsehturm teil. Bei warmem Sommerwetter meisterten alle Teilnehmenden die rund sechs Kilometer lange Strecke mit großem Einsatz und Teamgeist. Zahlreiche weitere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstützten die Läufer als Fans.



SWSG ist Teil von jetztklimachen!

Die Landeshauptstadt Stuttgart zeigt diesen Sommer, an welchen Orten in Sachen Klimaschutz angepackt wird. An unterschiedlichen Futurepoints – vor Ort in der Stadt oder digital – gibt auch die SWSG Einblicke in ihre Projekte und Maßnahmen für ein klimafreundlicheres und lebenswerteres Stuttgart. Alle Futurepoints und Infos gibt's hier:
https://jetztklimachen.stuttgart.de/futurepoints

HALLO KINDER!

Abenteuer Schulweg!

Was es unterwegs alles zu entdecken gibt – und wie du sicher ankommst

Dein Schulweg ist jeden Tag ein kleines Abenteuer: Da flattert eine Taube über den Gehweg, ein Eichhörnchen huscht den Baum hoch, und manchmal liegt sogar ein verlorener Handschuh auf der Bank an der Ecke. Ja, wer mit offenen Augen geht, entdeckt eine Menge!

Doch so spannend der Weg zur Schule auch sein mag: Es ist wichtig, wachsam und vorsichtig zu sein. Denn Straßen sind nicht nur für Fußgänger da, sondern auch für Fahrräder, Roller und Autos. Deshalb heißt es: Augen auf, Ohren auf und nur bei Grün gehen!

Verkehrsregeln für kleine Schulweg-Profis

- Bei Grün darfst du gehen – bei Rot bleibst du stehen! Das gilt immer, auch wenn kein Auto zu sehen ist.
- Erst nach links, dann nach rechts, dann wieder nach links schauen, bevor du die Straße überquerst. Manchmal kommt ein Auto, ein Roller oder ein Fahrrad schneller als erwartet!
- Nie zwischen parkenden Autos über die Straße laufen! Dort sehen dich Fahrer oft erst, wenn es zu spät ist. Such lieber nach einer Ampel oder einen Zebrastreifen. Dort müssen Autos anhalten. Aber nur, wenn sie dich rechtzeitig sehen! Und auch bei einem Zebrastreifen gilt, links – rechts – links schauen.
- Immer Blickkontakt mit den Fahrern suchen. Ein Nicken oder Winken signalisiert dir, dass du die Straße gefahrlos überqueren kannst.
- Du darfst rennen, hüpfen, lachen, singen, aber bitte nur auf dem Gehweg und niemals mitten auf der Straße!



Mach deinen Weg zur Schule jeden Tag zu einem kleinen Abenteuer – aber einem sicheren. Viel Spaß beim Entdecken, Aufpassen und Sicherankommen!

Leise Autos, große Gefahr

Früher hat man ein Auto schon von Weitem gehört. Heute gibt es aber auch viele Elektro-Autos, und die geben nur ein leises Summen von sich. Sie sind besser für die Umwelt, aber man hört sie fast gar nicht!

Darum gilt: Hör nicht nur hin, sondern schau dich um! Schau lieber zweimal, ob ein Auto kommt. Und wenn du Musik hörst oder auf dein Handy schaust: Stopp! Am besten, Kopfhörer und Handy bleiben in der Tasche, solange du unterwegs bist.

Von Superhelden und Schulweg-Scouts

Hast du schon mal davon geträumt, ein Held zu sein? Jemand, der mutig und klug ist und andere beschützt? Dann mach's doch wie die Schulweg-Scouts! Das sind Kinder (manchmal auch Erwachsene), die an besonders gefährlichen Stellen aufpassen, dass alle sicher über die Straße kommen. Vielleicht gibt's so jemanden auch bei dir? Oder du willst selbst mal einer sein, wenn du älter bist? Bis dahin: Sei ein Vorbild! Wenn andere Kinder sehen, wie du dich an die Regeln hältst, machen sie's dir nach. Und das ist ziemlich heldenhaft, oder?

Vorsicht bei der Einfahrt!

Oft sind es nicht die großen Straßen, sondern kleine Einfahrten, die tückisch sind. Denn: Autos kommen dort manchmal rückwärts raus, und die Fahrer sehen nicht immer alles. Also wenn du an einer Einfahrt vorbeigehst, schau zuerst rein: Kommt da ein Auto? Bewegt sich etwas? Lieber kurz warten als überrascht werden!

Und wenn du mit dem Roller oder Fahrrad unterwegs bist?

Dann gelten besondere Regeln: Fahr langsam und vorsichtig, vor allem an Einmündungen und Kreuzungen. Steig lieber einmal mehr ab und geh zu Fuß über die Straße. Trag einen Helm. Der sieht cool aus und schützt deinen klugen Kopf. Und denk dran: Auf dem Gehweg haben Fußgänger Vorfahrt. Also Rücksicht nehmen und bremsbereit sein.



10 FRAGEN AN

André Pais Nisa

Name / André Pais Nisa
Tätigkeit bei der SWSG / Teamleiter in der Objektbetreuung
Bei der SWSG seit 2021

Was schätzen Sie am meisten an Ihrer Arbeit?
Die tägliche Zusammenarbeit mit meinem Team in der Objektbetreuung und die Kollegen der Kundenbetreuung sowie der Instandhaltung. Die Kollegen schaffen eine angenehme Arbeitsatmosphäre durch respektvollen Umgang, Hilfsbereitschaft und offene Kommunikation. Das ist die Basis, um gemeinsam die Unternehmensziele zu erreichen.

Was war Ihr Traumberuf als Kind?
Feuerwehrmann.

Was bedeutet Heimat für Sie?
Der Geruch des Meeres und im Garten meiner Eltern unter den Orangenbäumen in Portugal zu sitzen.

Haben Sie einen Stuttgart-Tipp für Neuzugezogene?
Das Teehaus im Weißenburgpark. Traumhaft und ruhig gelegen, oberhalb vom Stadtzentrum, mit einer schönen Aussicht.

Was ist Ihre größte Stärke?
Menschenkenntnis.

Was ist Ihr liebster Platz in Stuttgart oder welchen Stadtteil mögen Sie am meisten?
Es gibt viele schöne Plätze und jeder Stadtteil hat seine Besonderheiten und Attraktionen. Dennoch würde ich einem Touristen, der nur für einen Tag in Stuttgart ist, Bad Cannstatt empfehlen. Es ist ein Stadtteil mit vielen Blickwinkeln und einer lebendigen Atmosphäre für Jung und Alt. Morgens in die Therme. Zum Mittagessen in eine rustikale Weinstube in der Altstadt. Danach ein Spaziergang durch den Kurpark oder ein Besuch in der Wilhelma. Am Abend ein Konzert in der Schleyer-Halle oder ein Besuch auf dem Volksfest. Ein Stadtteil, den man kennenlernen und schätzen sollte!

Was mögen Sie gar nicht bzw. wovor graut es Ihnen?
Unordnung! Sei es zu Hause oder im Büro.

Was ist das Wertvollste, das Sie besitzen?
Meine Familie.

Was möchten Sie auf jeden Fall noch machen?
Eine Reise durch Südamerika.

Haben Sie ein Lebensmotto?
Fordere dich selbst immer wieder heraus, um zu wachsen.

Kreuzworträtsel

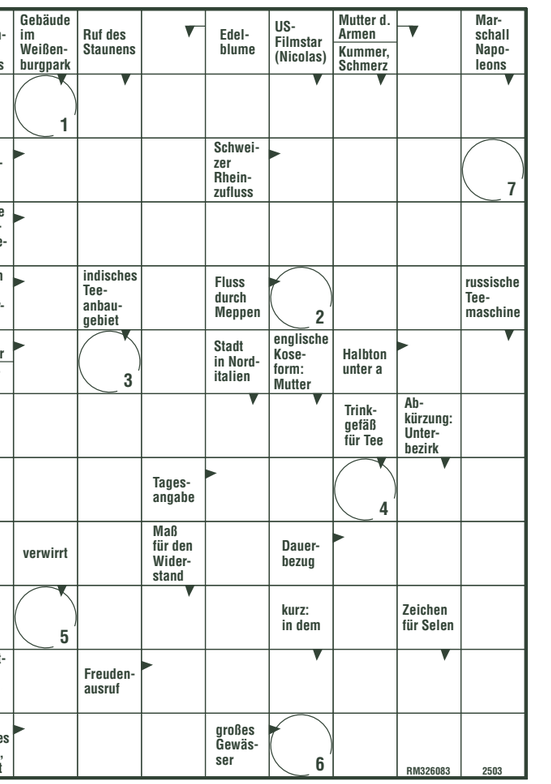
Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir 5 Buchgutscheine. Einfach das Lösungswort auf einer frankierten Postkarte oder per E-Mail samt Ihrer Anschrift an uns schicken. Mitmachen können SWSG-Mieterinnen und -Mieter und/oder deren Angehörige, ausgenommen sind Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SWSG sowie deren Angehörige. Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7

Auflösung des Preisrätsels aus der Ausgabe 2 / 2025: Das Lösungswort lautete: RESTMUELL

Wenn Sie uns eine Postkarte oder E-Mail mit dem richtigen Lösungswort bis zum Einsendeschluss zugeschickt haben, dann waren Sie bei der Verlosung dabei. Die Verlosung fand unter Aufsicht eines Juristen statt.

Die fünf Gewinnerinnen und Gewinner der Buchgutscheine sind:
Gabriele Flinspach, Emma Gatzanis, Ellen Bauer, Laura Gagliano, Martin Rieg.



Alle Gewinnerinnen und Gewinner erklären sich mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

MITRATEN UND GEWINNEN!

Schicken Sie Ihre Lösung mit Angabe Ihrer Adresse an:
SWSG-Öffentlichkeitsarbeit
Preisrätsel Ausgabe 2 / 2025
Augsburger Straße 696, 70329 Stuttgart
E-Mail: zuhause@swsg.de
Einsendeschluss: 01. 11. 2025



Impressum

Herausgeber: Stuttgarter Wohnungs- und Städtebaugesellschaft mbH, SWSG, Augsburger Str. 696, 70329 Stuttgart
V.i.S.d.P.: Dr. Saskia Bodemer-Stachelski, Tel.: 0711 9320-430, E-Mail: zuhause@swsg.de
Gestaltung & Produktion: Werbung etc. Werbeagentur AG, Teckstraße 70, 70190 Stuttgart, www.werbungetc.de

Bildnachweis: SWSG (S. 10/11, 26/27, 30) | Sebastian Bullinger (S. Titel, 20–23) | Ferdinando Iannone (S. 12/13, 24/25) | Fotofabrik Stuttgart (S. 2, 26/27) | Paper & Tea GmbH Stuttgart (S. 8/9) | Heike Schiller, The English Tearoom (S. 8/9) | Jan Cafuk, Lena Grasler (S. 8/9) | Sarah Schmid (S. 8/9) | Yaeko Heinisch (S.8/9) | Lilian Grace Hutschinson (S. 18/19) | Shutterstock (S. 4/5: Julia Henze, S. 6/7: FFDesigner, S. 8/9: Podolnaya Elena, S. 16/17: Astrid Gast, KB_3, S. 28/29: Marish) | Unsplash (S. 2/3: Marcel Gaelle, S. 4/5: Joanna Kosinska, Andrej Lisakov, S. 6/7: Joanna Kosinska, Quang Nguyen-Vinh, Annie Spratt, Oriento-Gy, S. 14/15: Leandro Crespiw, Amauri Mejia, David Foodphototasty, S. 31: Austris Augusts, Rücks. Robert Wiedemann) | Dirk Langenfeldt Rätselmanufaktur (Kreuzworträtsel S. 31)

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links.
Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.



Hauptsitz in Obertürkheim:
Augsburger Straße 696
70329 Stuttgart
service@swsg.de

Geschäftsstelle Bad Cannstatt:
Rostocker Straße 2–6
70376 Stuttgart
service@swsg.de

SWSG

Danke, dass Sie mit Termin kommen.
Vereinbaren Sie vor Ihrem Besuch Ihren persönlichen Beratungstermin.

0711 9320-222 | **www.swsg.de** | **QR-Code scannen**

Bitte halten Sie Ihre Mietvertragsnummer bereit.