

Arbeiten, Erfrischen, Abkühlen! B.Z. sagt, welche Rechte Sie haben und wie die Hitze heute auszuhalten ist

Annabella (19) und Freundin Sara Naser (18, l.) genießen einen spritzigen Sommercocktail am Spreeufer. Es muss bei diesen Temperaturen übrigens nicht immer mit Alkohol sein. Unsere schnellen Rezepte lassen sich auch mit Säften pimpen. Einfach mal probieren



S wie Sommer-Cocktail

O wie Obdachlosen-Hilfe

N wie Natur

Tropische Nächte sind in ganz Berlin lang. Und zu denen passt ein cooler Cocktail. B.Z. zeigt Ihnen drei einfache, aber richtig leckere Cocktail-Rezepte.

► **Gin-Basilikum-Holunder-Cocktail:** 1/2 Limette, Basilikumzweige, 10 ml Holundersirup, 20 ml Gin, 50 ml Lillet, 75 ml Tonic Water
Zubereitung: Ein paar Basilikumblätter und drei Limettenscheiben mit dem Holunderblütensirup in ein Gefäß geben und mit einem Holzstößel quetschen. Gin und Lillet dazugeben, verrühren und kühlen. Vor dem Servieren durch ein Sieb gießen, mit Tonic und weiteren Limettenscheiben auffüllen. Zum Abschluss mit Basilikumblättern garnieren.

► **Himbeer-Mojito:** eine Handvoll Himbeeren, ein Zweig Minze, 1/2 Limette, 2 EL Rohrzucker, 50 ml weißer Rum, 90 ml Sprudelwasser, Eiswürfel, Minze zum Garnieren
Zubereitung: Etwas Minze mit einem Holzstößel im Glas quetschen. Limetten halbieren. Hälfte Limetten, Hälfte Himbeeren mit Rohrzucker und Rum in das Glas geben und ebenfalls mit dem Stößel quetschen. Die Minze mit den restlichen Himbeeren und Limettenscheiben sowie den Eiswürfeln hinzugeben. Mit Sprudelwasser auffüllen und mit Minze garnieren.

► **Blue Lagoon:** 40 ml Wodka, 20 ml Blue Curaçao, 10 ml Zitronensaft, Sprite, Eiswürfel

Zubereitung: Wodka, Blue Curaçao, Zitronensaft und Eiswürfel in ein Glas geben und mit Sprite auffüllen. Mit einer Zitronenspirale garnieren. (mlk)

Von JULIAN LOEVENICH

Schöneberg - **Jeden Tag will Gabi (30) jetzt in die Hitzehilfe kommen. „Hier kann ich in Ruhe schlafen, essen und trinken“, sagt sie.**

Von diesem Mittwoch an läuft in dem ehemaligen Verwaltungsgebäude an der Kurmärkischen Straße 1-3 die Hitzehilfe für Wohnungs-

lose des Sozialverbands IB Berlin-Brandenburg an. Ein stadtwieites Pilotprojekt! Täglich von 10 bis 20 Uhr können Betroffene dort Schutz vor der Sonne suchen, gekühlte Getränke bekommen, Kleidung, in einem der 30 Betten schlafen oder sich kalt abduschen.

Die Idee dazu hatte Matthias Steuckardt (42, CDU), Bezirksstadtrat in Schöneberg: „Im Winter gab es hier die Kältehilfe und ich dachte, wir müssen auch was im Sommer machen.“ Denn: Für wohnungslose Menschen kann die Hitze ebenso gefährlich werden wie die Kälte.

Bis Ende September soll die Hitzehilfe laufen. Dann, so der Plan, wird wieder auf Winterunterkunft umgestellt.



Sozialstadtrat Matthias Steuckardt (42, CDU) hatte die Idee zur Hitzehilfe

Von ISABEL PFANNKUCHE

Spandau - **Damit Ihnen die Balkonpflanzen in der Sonne nicht eingehen, gibt Gartenberaterin und Bloggerin Gunhild Rudolph (38) aus Spandau Tipps.**

1 Keine dunklen Blumentöpfe in Anthrazit oder Braun nutzen! „Die Kübel heizen sich stark auf und bringen die Wurzeln zum Kochen“, sagt Rudolph.

2 Töpfe ins Wasser tunken! Rudolph: „So können sich die Blumen richtig vollsaugen.“ 20 Minuten soll man den Terrakottatopf in ein größeres Wassergefäß stellen.

3 Klug gießen! „Am besten früh am Morgen, nicht auf die Blätter gießen und besser kühles als eiskaltes Wasser nehmen“, sagt die Expertin. Und: „Der Stoffwechsel der Pflanzen spielt bei der Hitze verrückt. Ein Schluck Dünger hilft.“

4 Mulchen! „So verdunstet das Wasser nicht direkt wieder“, sagt Rudolph zur B.Z.

5 Pflanzen schon vor dem Sommer richtig auswählen! Gut geeignet für viel Sonne sind zum Beispiel Astern, Geranien oder Wiesmargeriten.



Auch auf dem Balkon von Gartenberaterin und Bloggerin Gunhild Rudolph (38) in Spandau müssen die Blumen gerade besonders gepflegt werden