



## Hochwasser-Hilfe am Herd

Kreative Unternehmerinnen generieren Spenden per Kochbuch

MÜNSTER. Mit 36 Lieblingsrezepten und einer guten Tat zwischen den zwei Buchdeckeln ist das kreative Spenden-Kochbuch „GAhRZEIT“ ein ideales Weihnachtsgeschenk. Die Frauen der GsU (Gemeinschaft sozial engagierter Unternehmen und Menschen) haben es gemeinsam in ehrenamtlicher Arbeit erstellt. Den Erlös spenden sie an hochwassergeschädigte Unternehmerinnen, die an der Ahr und anderswo jetzt dringend Hilfe benötigen, um sich und ihre Familien über Wasser zu halten.

„Frauen und Kochen, das ist scheinbar ein Klischee“, räumt Rezept-Spenderin Marion Krobb ein. Die selbstständige Werbetexterin aus Münster hatte die Idee für das Spenden-Kochbuch und hat sich um die Gestaltung gekümmert. „Aber dieses besondere Kochbuch ist auch eine phantastische Gelegenheit, zu zeigen, was wir Unternehmerinnen so alles können. Wir sind kreativ, anpackend, bunt, solidarisch – und mit einfach-genialen Rezepten leckeres Essen auf den Tisch zaubern können wir ganz nebenbei auch.“

Die Fundraising-Initiative entstand, nachdem Unternehmerinnen aus den Flutgebieten im Netzwerk-Treffen der GsU Frauen von ihrer individuellen Katastrophenlage berichtet hatten. „Einigen war nicht mehr als ein Smartphone geblieben, um zu versuchen, ihre Geschäfte irgendwie am Laufen zu halten“, berichtet Marion Krobb. Ohne Büro- und Praxisräume, Computer, Drucker usw. haben besonders Solo-Selbstständige kaum eine Chance, ihr Geschäft alleine neu aufzubauen. Viele wirtschaften sowieso schon am Existenzminimum. Doch Unternehmerinnen schaffen eine Menge, vor allem wenn sie zusammenarbeiten. Das beweist auch dieses Spenden-Kochbuch.

Binnen weniger Wochen schrieben 33 Friseurinnen, Immobilienmaklerinnen, Coaches und Beraterinnen, Marketing- und andere Expertinnen ihre persönlichen Lieblingsrezepte auf. Dazu fotografierten sie geschmackvoll ihre Gerichte, erstellten einen eigenen Webshop und gewannen prominente Unterstützer\*innen für ihr Charity-Projekt: Sternekoch Roland Trettl und Star-Barkeeper Nic Shanker steuerten ebenso Rezeptkreationen bei wie die Malerin Theresa Kallrath. Von der international bekannten Künstlerin stammt auch das einzigartige Cover-Design des Spenden-Kochbuchs.

Alle Kreativ-Beiträge und zig Stunden an Arbeitszeit für Druckvorbereitung, Organisation und Logistik erbrachten die GsU-Frauen ehrenamtlich. „Ehrensache“, konstatiert Marion Krobb. Unter **frauen.gsu-netzwerk.de/shop** ist das kreative Spenden-Kochbuch „GAhRZEIT“ nun erhältlich. Tipp für alle, die gerne kochen, essen oder helfen: Jetzt bestellen, die verfügbare Auflage ist limitiert!

### Weitere Infos zum Kochbuch:



**Relephant**  
Communication

Marion Krobb | Texterin  
Dodostr. 11  
48145 Münster

[gsu@relephant.de](mailto:gsu@relephant.de)

<https://frauen.gsu-netzwerk.de/das-kochbuch>

### zur GsU:



Ulrich Bohnen  
Heiligenstr. 75  
41751 Viersen

[bohlen@gsu-netzwerk.de](mailto:bohlen@gsu-netzwerk.de)

<https://gsu-netzwerk.de>



## Hintergrundinfos:

Die Gemeinschaft sozial engagierter Unternehmen und Menschen (GsU) verbindet kontaktfreudige Vertreter\*innen verantwortungsbewusster Unternehmen. Lokal aktiv und überregional vernetzt unterstützen sie einander und machen sich gemeinsam für soziale Projekte stark. Bei regelmäßigen lokalen und virtuellen Veranstaltungen tauschen die Mitglieder Wissen und Kontakte und denken sich kreative Spendenwege aus.

Die GsU startete vor rund drei Jahren im Rheinland und ist mittlerweile bundesweit in immer mehr lokalen Gruppen aktiv und erfolgreich. Der Münsteraner Ableger traf sich erstmals im Februar 2020 – und fand sich danach gleich im Corona-Lockdown wieder. Doch der harte Kern hat die kontaktarme Dürrezeit gut überstanden und will nun weiter wachsen.

Bereits im September 2020 überreichten die engagierten Unternehmer\*innen in Münster einen Spendenscheck an das Kinderhospiz Königskinder. Nach einer großen Hilfspakete-Sammelaktion Anfang 2021 noch einen zweiten. Weitere Aktionen sind in Planung. Neue Mitglieder mit Herz, helfenden Händen und kreativen Spenden-Ideen sind zum Mitmachen herzlich eingeladen.



*Eine gute Tat und 36 kreative Rezepte – das Spenden-Kochbuch GAHRZEIT bietet sich als ideales Weihnachtsgeschenk an.*



>>>> Jetzt bestellen auf:  
[frauen.gsu-netzwerk.de/shop](https://frauen.gsu-netzwerk.de/shop)