

ENERGIE aktuell

Miträtseln
und einen
LAUTSPRECHER
gewinnen!

WETTBEWERB

Knipsen und gewinnen:
Die Stadtwerke Barth
prämiieren die schönsten
Bilder aus der Region.

AUSGESUMMT?

Der Schutz der Bienen
liegt vielen Menschen am
Herzen. So steht es um
die Insekten im Norden.

FAIR REISEN

Klimaschutz im Urlaub?
Die **BESTEN TIPPS** von
A wie Anreise bis Z wie
Zimmer. Nachhaltige
Erholung garantiert!

SCHÖN – DOCH WILD

Der Wolf ist zurück: In Mecklenburg-Vorpommern leben **SECHS RUDEL** – für die Artenvielfalt ein voller Erfolg. Doch das Nebeneinander von Mensch, Wolf und Nutztieren birgt Herausforderungen.

Wölfe kennen keine Landesgrenzen. Jungtiere legen in einer Nacht bis zu 60 Kilometer zurück. Sie ziehen los, um einen Partner zu finden, mit dem sie eine neue Familie gründen können. Auf der Suche nach einem Gebiet, in dem es noch kein anderes Rudel gibt, laufen manche von ihnen Tausende Kilometer – und siedeln sich so in immer mehr europäischen Ländern an. In Mecklenburg-Vorpommern haben sechs Rudel ihr neues Zuhause gefunden. Sie leben in der Kalißer Heide, Ueckermünder Heide, Retzow-Jäannersdorfer Heide, Löcknitz, Kaarzer Holz und der Nossentiner Heide.

ZWEI SEITEN EINER RÜCKKEHR

„Für mich als Landwirtschafts- und Umweltminister ist diese Nachricht Fluch und Segen zugleich. Die Rückkehr des Wolfes ist ohne Frage ein artenschutzpolitischer Erfolg“, sagt Till Backhaus, Minister für Landwirtschaft und Umwelt. „Jetzt kommt es darauf an,

ein möglichst konfliktarmes Nebeneinander von Mensch und Tier zu gestalten. Dabei hat die Sicherheit der Menschen für mich ganz klar oberste Priorität. Auch die Zukunft der Weidetierhaltung liegt mir am Herzen.“ Bereits 2010 hat das Bundesland deshalb den Umgang mit der zurückkehrenden Tierart in einem Managementplan veröffentlicht. Bis auf die Inseln Rügen und Poel wurde inzwischen das ganze Land zum Wolfsgebiet erklärt. Weidetierhalter erhalten dort unter anderem Förderungen für Schutzmaßnahmen, wie zum Beispiel Herdenschutzhunde oder Netzzäune. Außerdem stehen ehrenamtliche Wolfsbetreuer als Ansprechpartner zur Verfügung. Das Landesamt für Umwelt, Naturschutz und Geologie bittet darum, zu melden, wenn man Wölfe beobachtet, Spuren findet oder Nutz- oder Haustiere gerissen wurden.

Weitere Infos rund um die Rückkehr der Wölfe und die Telefonnummern der nach Regionen aufgeteilten Rissgutachter erhalten Sie unter: → [mehrfyi/woelfe](https://mehrfyi.de/woelfe)



AUF SEEMANN, TOD UND TEUFEL

ABENTEUER und Spannung für die ganze Familie – das bietet das Piraten-Action-Open-Air-Theater in Grevesmühlen. Vom 21. Juni bis zum 31. August erleuchten auch dieses Jahr wieder Spezialeffekte die 9.000 Quadratmeter große Bühne. Die Schauspieler fechten waghalsige Kämpfe aus und vollbringen Stunts, die den bis zu 1.600 Besuchern den Atem rauben. Jedes Jahr zeigt das Theater eine neue Episode aus dem Leben der Crew rund um Capt'n Joshua Flint: Im Jahr 1697 sind sie der Schrecken der Karibik. Als Piraten segeln sie über die Weltmeere, erleben Abenteuer und

finden Schätze. Im aktuellen Stück „Unter falscher Flagge“ fliehen sie nach einem aussichtslosen Kampf auf die Insel Grand Turk – und hecken dort einen verwegenen Plan aus.

Macht, Gold, Liebe – hat auch Sie die Abenteuerlust gepackt? Dann schreiben Sie uns eine Nachricht mit dem Betreff „Unter falscher Flagge“ und gewinnen Sie mit etwas Piratenglück zwei Karten für das Action-Open-Air (Adresse finden Sie auf Seite 16 „Der Weg zum Gewinn“). Weitere Informationen zum Stück erhalten Sie unter:

→ www.piraten-in.m-vp.de



Foto: Jan-Peter Pruessen

ENGAGIEREN UND ORIENTIEREN

AUSZEIT „Ich bin erwachsen geworden. Ich habe gelernt, Verantwortung zu übernehmen. Ich weiß jetzt, was ich will.“ Fragt man ehemalige Freiwilligendienst-Absolventen, schwärmen sie von ihren positiven Erfahrungen. Das spricht sich rum: Immer mehr junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren nehmen sich eine Auszeit, um sich für die Gemeinschaft zu engagieren. Im Rahmen eines Freiwilligen Sozialen Jahres unterstützen sie hauptamtliche Kräfte in Kindertagesstätten, Pflege- und Altenheimen, Schulen oder Einrichtungen der Jugendarbeit und Behindertenhilfe. Im Jahr 2017/2018 engagierten sich allein in Mecklenburg-Vorpommern 791 junge Erwachsene in 565 Einsatzstellen. Die neuen Jahrgänge starten im September. Wer sich für Umwelt und Natur interessiert, absolviert ein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ), zum Beispiel in einem Nationalpark. Infos zu den Freiwilligendiensten bei uns im Bundesland gibt's unter:

→ <https://karriere-in-mv.de/freiwilligendienste>

DIE NATUR ALS BÜHNE

ATMOSPHERE Das Meer rauscht. Die Blätter rascheln im Wind. Die Vögel zwitschern. Die Konzertreihe „Naturklänge 2019“ rund um die Halbinsel Fischland-Darß-Zingst nimmt ihre Zuhörer mit auf eine Reise für die Sinne. Den Veranstaltern liegt bei ihren Konzerten das Zusammenspiel von Mensch und Natur am Herzen: So mag der Weg zur Toilette etwas länger sein, die Sitze härter als im bequemen Konzertsaal, und je nach Wetterlage tröpfelt es auch mal. Aber dafür sitzen die Zuschauer in einer einzigartigen

Natur- und Geräuschkulisse. Mal spielen die Musiker am „Hohen Ufer“ zwischen Ahrenshoop und Wustrow, mal im Barockgarten von Starkow oder im Hafen von Dierhagen. Zehntausende Besucher haben sich in den letzten Jahren bereits vom Charme der Konzertreihe verzaubern lassen. Die Veranstaltungen finden von Juli bis September statt. Das Spektrum reicht vom klassischen Klavierkonzert über Jazz bis hin zur Weltmusik. Weitere Informationen erhalten Sie unter:

→ www.naturklaenge.net



Foto: Voigt & Kranz UG



DER GROSSE *STADTWERKE- FOTOWETTBEWERB*

Die Sonne geht über dem Bodden unter, Menschen schlendern durch die Barther Altstadt, eine Blaumeise flattert im Baum: So schön ist es bei uns! Deshalb rufen die Stadtwerke Barth zu einem **FOTOWETTBEWERB ZUM THEMA „REGIONALES“** auf. Sie fotografieren leidenschaftlich gerne? Dann kramen Sie in Ihrem Archiv oder streifen Sie los und knipsen ein neues Lieblingsbild. Gebäude, Plätze, Verborgenes, Besonderes – lassen Sie uns die Region durch Ihre Augen sehen!



Jeder kann mitmachen: Die 13 schönsten Motive stellen wir im Foyer der Stadtwerke Barth aus und veröffentlichen sie in einem limitierten Kalender 2020. Die Gewinner erhalten je zwei Exemplare – zum Erinnern und Verschenken. Um am Wettbewerb teilzunehmen, laden Sie Ihr Bild bis zum **31. August 2019** unter **www.stadtwerke-barth.de/foto** hoch. Geben Sie dem Foto einen Titel und schreiben Sie, wo und wann Sie es geschossen haben und wer oder was darauf zu sehen ist. Die genauen Teilnahmebedingungen haben wir für Sie auf der Website aufgeführt. Wir sind schon gespannt – und freuen uns auf Ihre Bilder!



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

um etwas Gutes für unsere Umwelt zu tun, muss man keinen grünen Daumen haben. Es geht viel leichter, indem man Kunde oder Mitarbeiter der Stadtwerke Barth wird. Genau das war auch mein Antrieb: Klimaschutz liegt mir am Herzen, und deshalb habe ich beschlossen, meine Ausbildung bei den Stadtwerken zu absolvieren. Denn ich möchte meiner Heimatstadt Barth zur Seite stehen – und sie für jetzige und nachfolgende Generationen nachhaltig mitgestalten. Neben dem Umweltaspekt schätze ich auch das kulturelle Engagement der Stadtwerke: Ich unterstütze dabei tatkräftig und werde diesen Sommer bei vielen Veranstaltungen vor Ort sein. Doch ob eine Ausbildung erfolgreich verläuft, hängt neben interessanten Themen auch von der Arbeitsatmosphäre ab. Ich habe im September 2018 bei den Stadtwerken begonnen – und bin rundum zufrieden. Das Team hat mich sehr liebevoll aufgenommen. Ich bin begeistert, was ich in so kurzer Zeit bereits alles gelernt habe, im praktischen sowie im theoretischen Teil. Am meisten macht mir dabei die Zusammenarbeit mit den Kunden Spaß! Mein Lesetipp für Sie: Wir haben die Seiten 6/7 unserer Sommerausgabe den Bienen gewidmet – und berichten dort unter anderem von der Naturwiese der Stadtwerke Barth.

Seien auch Sie wie die Bienen: „Bee“ different and happy!

Ihre Anmol Harjinder,
Auszubildende der Stadtwerke Barth zur Kauf-
frau für Büromanagement im 1. Lehrjahr



WIR LASSEN ES BRUMMEN!

Die Stadtwerke Barth engagieren sich für den Schutz der Insekten. „Wir haben uns bereits 2017 beim NABU Nordvorpommern informiert, wie wir helfen können – und dann mit seiner fachlichen Unterstützung eine Wildblumenwiese angelegt“, erzählt Gerd Klingbeil, Vertriebsleiter der Stadtwerke Barth. Seitdem blühen in der Nähe der Blauen Wiese auf 1.000 Quadratmetern rund 42 Pflanzenarten. „Erst haben wir den Boden gelockert, gefräst und eingeebnet. Dann haben wir das Saatgut ‚Blühende Landschaft‘ vom NABU gesät. Es ist eine Mischung aus 40 Prozent Wildblumen und 60 Prozent Kulturpflanzen, die einen besonders langen Blühzeitraum haben“, erklärt er. Das Ergebnis kann sich sehen lassen, denn auf dem Blühstreifen tobt das wilde Leben: Schmetterlinge flattern, Hummeln brummen, Bienen summen und Insekten krabbeln. „Mit einer Blühwiese hilft man der heimischen Tierwelt zu überleben – und spart zudem Wasser und Arbeit. Denn sie muss nur einmal im Jahr gemäht werden und benötigt weniger Wasser als eine Rasenfläche“, schwärmt Gerd Klingbeil.

Foto: dario44 - iStock



Ausgesummt?

Das bayrische Volksbegehren „Schutz der Artenvielfalt – Rettet die Bienen“ hat deutschlandweit viele Menschen bewegt. Wir haben für Sie recherchiert: So steht es um die **INSEKTEN** bei uns im Norden.



Der Volksmund bezeichnet die Honigbiene als fleißig – und das zu Recht: Sie bestäubt pro Tag bis zu 9.000 Blüten von Obstbäumen, Gemüse und Feldfrüchten, wie zum Beispiel Bohnen und Raps. Sie erzeugt dabei Honig und hält unser Ökosystem intakt. Denn etwa 80 Prozent unserer Nutz- und Wildpflanzen sind darauf angewiesen, bestäubt zu werden. Der wirtschaftliche Wert der Honigbiene beträgt deshalb mindestens das Zehn- bis Fünfzehnfache ihres Honigertrags. Das sind allein in Deutschland jährlich über zwei Milliarden Euro.

In Mecklenburg-Vorpommern sind rund 2.700 Berufs- und Hobby-Imker mit circa 27.000 Bienenvölkern gemeldet. Selbst in hoheitlichen Gefilden haben sie Unterschlupf gefunden: Mehrere Völker leben zum Beispiel auf dem Dach des Schweriner Schlosses. Im letzten Jahr produzierten die mecklenburg-vorpommerischen Imker den größten Honigertrag in Deutschland. Sie ernteten durchschnittlich knapp 25 Kilogramm pro Bienenvolk. Der Bundesdurchschnitt lag nur bei 17,7 Kilogramm, berichtet das Fachzentrum für Bienen und Imkerei aus Rheinland-Pfalz.

EINTÖNIGKEIT STATT VIELFALT

Wie viel Honig ein Bienenvolk produziert, hängt von mehreren Faktoren ab. Im letzten Jahr führte das warme Frühjahr dazu, dass eine große Anzahl an Blüten im Sommer bereits verblüht war – und die Bienen so vielerorts keine Nahrung mehr fanden. Was sich durch Frühlingswärme noch verstärkt hat, ist ein allgemeines Problem: Die Kultivierung der Landwirtschaft schreitet immer weiter voran und schränkt die pollen- und nektarreichen Pflanzen ein. Statt Vielfalt herrscht Eintönigkeit. So können sich die Bienen im Frühjahr an einem Überangebot an Obst- und Rapsblüten satt laben, doch im Spätsommer

Maja und Co.

Erlebnisreich
Bienenstraße

→ <https://bienenstrasse.de>

Bienenweidekatalog
Mecklenburg-
Vorpommern:

→ mehrfyi/bienenkatalog

Landesverband der
Imker Mecklenburg-
Vorpommern e. V.:

→ www.imkermv.de

fehlen ihnen die Nahrungsquellen. Die Crux: Gerade das ist für die Bienenvölker die wichtigste Zeit. Denn um den Winter zu überstehen, müssen sie gut genährt sein. Besonders gefährdet der Nahrungs- und Lebensraummangel ihre wilde Verwandtschaft: Fliegen, Käfer, Schmetterlinge, Wildbienen und Motten. Auch sie bestäuben unsere

Pflanzen und dienen zudem als Nahrung für Vögel. Forscher warnen, dass der Bestand der fliegenden Insekten in den letzten 20 Jahren stark zurückgegangen ist. Laut Internationaler Naturschutzunion ist in Europa fast jede zehnte Wildbienenart vom Aussterben bedroht. Auch der Bestand an Feldvögeln schrumpft zunehmend.

ENGAGEMENT FÜR DIE ARTENVIELFALT

Immer mehr Menschen engagieren sich für den Erhalt der Artenvielfalt. Ein Projekt aus Mecklenburg-Vorpommern ist das „Erlebnisreich Bienenstraße“. Die Initiatoren, Bienenfreunde der Naturparke Sternberger Seenland und Nossentiner/Schwinzer Heide, haben mit zahlreichen Partnern ein Wegesystem entwickelt. Ihre Idee: Besucher radeln durch die Region und lernen an den verschiedenen Stationen Wissenswertes über Bienen und Insekten. Zum Beispiel besuchen sie eine Schau-Imkerei oder spazieren auf einem Bienen-Baumlehrpfad. 2017 erhielt das Projekt den Umweltpreis des Landtags Mecklenburg-Vorpommern. Dieses Jahr waren sie Preisträger beim bundesweiten Wettbewerb für ländliche Räume.

Auch Sie möchten helfen? Das Ministerium für Landwirtschaft und Umwelt Mecklenburg-Vorpommern hat im Sommer 2018 einen Bienenweidekatalog veröffentlicht. Er erklärt, wie wir alle, vom Hobbygärtner bis zum Landwirt, Lebensräume und Nahrung für Insekten schaffen können. Denn egal ob Wiese, Hinterhof oder Balkonkasten – jede Blüte zählt! ■

Foto: santypan - Adobe Stock (links), Naturpark Wörin (rechts)



In Mecklenburg-Vorpommern sind rund 2.700 Berufs- und Hobby-Imker mit circa 27.000 Bienenvölkern gemeldet.

Ferien fürs KLIMA

Es müssen nicht immer ferne Ziele sein. Auch in Deutschland erleben Urlauber **ERSTAUNLICHE ABENTEUER** – und schonen die Umwelt durch kurze Anfahrtswege. Tipps für nachhaltiges Reisen.



Foto: iStock - MarekKijnsky

Träumen Sie auch manchmal von exotischen Reisezielen wie Neuseeland oder Hawaii? Aber Ihnen fehlt die Zeit oder das Geld für teure Fernreisen? Um atemberaubende Landschaften zu erkunden, müssen Sie keine weiten Flüge buchen. Ob der Eibsee in Bayern, das Hohe Venn in der Eifel oder der Heringsdorfer Strand auf Usedom – Deutschland bietet malerische und spannende Reiseziele. Schöner Nebeneffekt: Der kurze Reiseweg entlastet die Umwelt. Wer statt dem Flugzeug Bus oder Bahn nimmt, verursacht nur einen Bruchteil des Kohlendioxidausstoßes.

WAS MAN ALS TOURIST TUN KANN

Eine Flugreise lässt sich nicht vermeiden? Dann können Sie die CO₂-Emissionen Ihrer Reise ausgleichen. Klima-initiativen wie atmosfair rechnen den beim Flug anfallenden CO₂-Ausstoß in einen Geldbetrag um, der an Klimaprojekte gespendet wird. Das sollte aber nur eine Notlösung sein. Denn am besten für die Umwelt ist es, Schadstoffe gar nicht erst zu produzieren.

Das gilt auch für Fahrten am Urlaubsort. Nehmen Sie statt eines teuren Mietwagens besser öffentliche Verkehrsmittel oder das Rad, um Ihr Reiseziel zu erkunden.

Testen Sie einheimische Restaurants und Geschäfte, die regionale Speisen und Waren anbieten. So tauchen Sie in fremde Kulturen ein und fördern die lokale Wirtschaft.

Klimaanlagen in Hotels sind einer der größten Stromfresser: Schalten Sie sie ab oder auf niedrige Stufe, wenn Sie Ihre Unterkunft verlassen. Viele Hotels bieten außerdem an, Handtücher erst zu wechseln, wenn es gewünscht wird – das spart Energie und Wasser.

Bei der Suche nach nachhaltigen Urlaubsangeboten helfen Reisesiegel. TourCert berücksichtigt zum Beispiel ökologische und soziale Kriterien von Reiseveranstaltern, -büros und Unterkünften. Viabono fördert nachhaltig geführte Hotels, Naturparks oder Campingplätze. Die Ökostandards der zertifizierten Anbieter werden regelmäßig kontrolliert. Außerdem lohnt es sich, bei der Suche nach Bio-Hotels Ausschau zu halten: Sie gehen sparsamer mit Ressourcen um, reduzieren Müll und servieren beim Essen bevorzugt regionale Küche. So macht Reisen Spaß und schont die Umwelt. ■

Wussten Sie, dass man den Eibsee „die Malediven Bayerns“ nennt, Europas größtes Hochmoor in der Eifel liegt und Andernach einen Geysir hat, dessen Wasserfontäne sogar Islands aktivsten Geysir übertrumpft? Mehr Infos und alle Fotos auf:
→ www.energie-tipp.de/reiseziele

WOHIN IHR VOLT

Kann man eigentlich auch weite Strecken im Elektroauto fahren? Ja. Allerdings ist es ratsam, die Reise **SORGFÄLTIG ZU PLANEN**. Ein Ratgeber, worauf Sie bei der Vorbereitung unbedingt achten sollten.

Weite Strecken meistert man im „normalen“ Auto spielend – ohne groß darüber nachzudenken. Gepäck rein, losfahren, fertig. Und wenn der Sprit ausgeht, dann findet sich problemlos und schnell eine Tankstelle. Für Elektroautofahrer sieht das noch ein bisschen anders aus. Sie sollten sich gut vorbereiten, bevor sie in den Urlaub aufbrechen oder auf eine längere Geschäftsreise gehen.

ROUTE PLANEN

Erster wichtiger Planungspunkt: Wählen Sie eine Route aus, an der möglichst viele Ladestationen liegen. Achten Sie dabei darauf, dass die Stationen mit Stecker-Typen ausgerüstet sind, die zu Ihrem Auto passen. Nur zwei Beispiele: Wer einen Nissan Leaf fährt, braucht eine Ladesäule, an der man Gleichstrom mit einem CHAdeMo-Stecker beziehungsweise -Kabel „tanken“ kann. Einen BMW i3 hingegen lädt man – wie die meisten anderen europäischen E-Autos – über den CCS-Standard.

Welche Stationen wie ausgerüstet und wo zu finden sind, verraten Ihnen spezielle Routenplaner im Internet. Auf der Website von GoingElectric können Sie zum Beispiel eingeben, welches Auto Sie fahren und welchen Stecker Sie brauchen. Aus diesen Daten errechnet der kostenlose Web-Service dann Ihre individuelle Route.

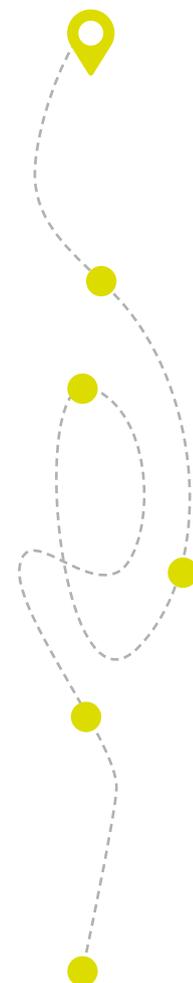
Egal, wohin die Reise geht: Prüfen Sie noch zu Hause, ob Sie auf Ihrem Weg oder am Zielort eine Registrierung zum Tanken brauchen. Auch das funktioniert via GoingElectric. Der Routenplaner verrät Ihnen, welche Ladekarten der Anbieter akzeptiert und zu welchem Ladeverbund die Station zählt.

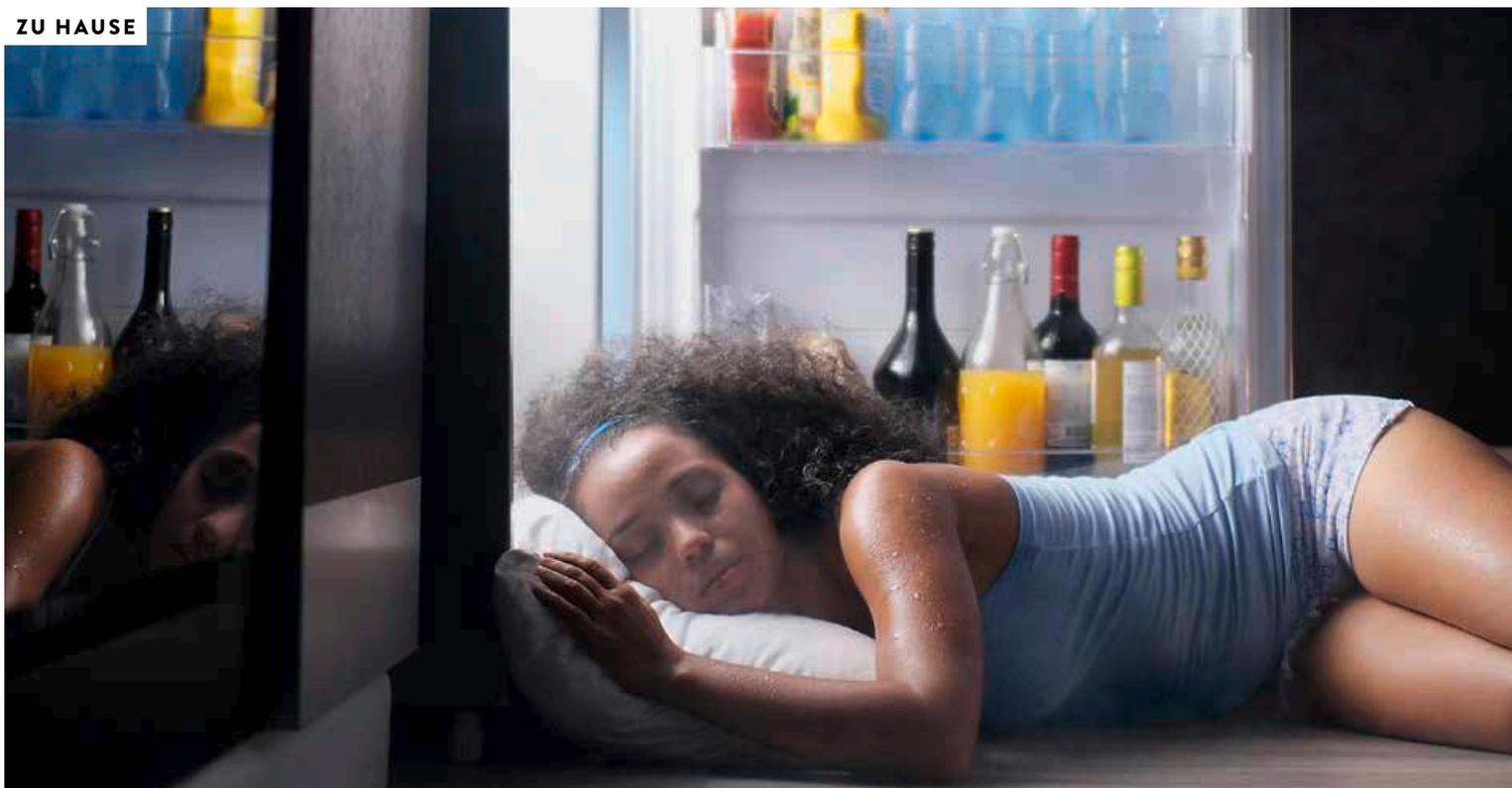
ZEIT MITNEHMEN

Ganz wichtig: Planen Sie ein, dass Sie deutlich mehr Zeit für Ihre Strecke brauchen als im herkömmlichen Auto. Denn das Aufladen dauert länger als das Nachtanken beim Benzin- oder Diesel. Wenn Sie nicht gerade an einer Schnellladestation halten, müssen Sie Geduld mitbringen. Je nach Auto und Akkuleistung sowie der Ladeleistung der Station kann es fünf, sechs Stunden oder länger dauern, bis der Akku wieder voll ist. Wer mitten in einer Stadt auflädt, sollte die Wartezeit nutzen und in aller Ruhe bummeln oder essen gehen.

Noch ein Tipp: Mit Apps wie Next Plug oder Wattfinder sind Sie auch unterwegs immer auf der Höhe. Sie basieren auf demselben Ladesäulenverzeichnis wie GoingElectric. Geeignete Ladestationen suchen, die Routen planen und das Aufladen bezahlen: Dabei helfen die Apps PlugFinder und ChargeEV (beide iOS).

Mehr Infos unter: → www.smarter-fahren.de





ALLES FRISCH?

Drückende Hitze in den eigenen vier Wänden muss nicht sein. Wie **WOHNÄRÄUME** im Sommer angenehm kühl bleiben – auch ohne Klimaanlage und offenen Kühlschrank.

Foto: Stock – diego.cervo

Bei Gluthitze den Kopf in den offenen Kühlschrank stecken? Keine so coole Idee: Dann arbeitet das Gerät im Dauerbetrieb und seine Abwärme heizt den Raum auf statt ihn zu kühlen. Viel öfter erwärmt natürlich die Sonne die Räume – im Winter erwünscht, im Sommer sehr lästig. Wenn die Sonne auf ein etwa zwei Quadratmeter großes Fenster scheint, erzeugt sie etwa so viel Wärme wie ein 1 000-Watt-Heizlüfter. Billige Klimageräte aus dem Baumarkt helfen wenig und produzieren hohe Stromkosten. Wer aber in der heißen Jahreszeit die Wärme clever aussperrt, behält auch in der Wohnung einen kühlen Kopf. Mit richtiger Dämmung und guter Verschattung bleibt die Hitze draußen. Bauherren sollten das gleich mit einplanen. Aber es gibt noch viel mehr, was sich gegen den Hitzestau daheim tun lässt. Die besten Tipps und Tricks:

LÜFTEN

Möglichst nachts, am späten Abend oder frühmorgens querlüften, wenn es draußen kühl ist. Nachrüstbare elektronische Fensteröffner lüften zu einstellbaren Zeiten automatisch. In Häusern den Kamineffekt nutzen: Im Erdgeschoss Türen und Fenster öffnen und die warme Luft durch die offenen Dachfenster entweichen lassen. Nicht benötigte Elektrogeräte und Lampen ausschalten – sie produzieren Wärme.

KLIMATISIEREN

160 Euro und mehr kostet es, einen mittelgroßen Raum einen Sommer lang mit einem mobilen Klimagerät um fünf Grad zu kühlen. Effektiver, leiser und preiswerter: die Hitze aussperren. Menschen in südlichen Ländern kennen die Lösung: Fenster und Türen, Rollläden, Jalousien und Vorhänge frühmorgens schließen. Das verhindert das Aufheizen des Raums um rund ein Drittel. Wen der Luftzug nicht stört, dem verschafft ein Ventilator Kühlung. Moderne Geräte mit Energiesparmotoren glänzen mit besonders niedrigem Stromverbrauch.

SCHLAFEN BEI HITZE

Wenn nachts das Thermometer noch 27 Grad zeigt, die warme Luft im Raum steht und der Schlafanzug am Körper klebt: Sechs Ratschläge für erholsame Sommernächte.

Für Nachtschwärmer waren die italienischen Nächte im Rekordsommer 2018 ein Traum: Auch nach Mitternacht noch im T-Shirt und in kurzen Hosen durch die Stadt radeln, nächtelang Sternschnuppen zählen oder im Brunnen baden, wenn eh keiner zusieht. Allen, die schlafen wollten oder mussten, machte die Hitze allerdings zu schaffen. Wer im Hochsommer einige Tipps beachtet, schläft besser und startet entspannter in den nächsten Tag:

1 Das **Schlafzimmer kühl** halten. Tagsüber abdunkeln und Fenster schließen. Vorm Zubettgehen gut lüften. Wenn Licht oder Lärm nicht stören, Fenster nachts offen lassen.

2 Übliche Bettdecke gegen **dünnes Baumwollaken** tauschen. Nachtwäsche aus Leinen oder Naturseide kühlt, saugt den Schweiß auf und trägt sich angenehmer als Synthetik.

3 Statt schwer verdauliche, scharfe und heiße Mahlzeiten am **Abend besser Obst, Gemüse, Salat, Joghurt und Quarkspeisen** essen.

4 Viel trinken! Am besten sind Mineralwasser, Kräutertee oder Saftschorle. Vorm Einschlafen statt kaltem Wasser eine Tasse warmen Kräutertee genießen, zum Beispiel mit beruhigender Melisse. Alkohol und Koffein stören den Schlaf.

5 Vorm Zubettgehen kurz mit **lauwarmem Wasser abduschen**, auch wenn eine kalte Dusche angenehmer wäre. Kaltes Wasser verengt die Blutgefäße, der Körper kann die gespeicherte Wärme schlechter abgeben.

6 Dunkelheit sorgt für guten Schlaf: Wenn es hell wird, lässt die Wirkung des Schlafhormons Melatonin nach, und wir wachen wieder auf.

Der heißeste
Tag 2018:
39,5°C
in Bernburg an
der Saale.

BESCHATTEN

Wer je im Sommer unter einem Baum lag, der weiß, dass die Natur am effektivsten Schatten spendet. Deshalb Bäume, Büsche oder Kletterpflanzen als natürlichen Sonnenschutz vor hitzegefährdeten Fensterpartien pflanzen. Wer sich für Weinreben oder Brombeeren entscheidet, kann gleich noch ein paar Früchte genießen. Auch manche Zimmerpflanzen wirken als natürliche Klimaanlage.

DIMMEN

Moderne Sonnenschutz-Fensterscheiben lassen sich stufenweise abdunkeln. Zwischen den Gläsern liegt eine mit einem Edelgas gefüllte „Sandwich-Scheibe“. Auf Knopfdruck dimmt ein elektrischer Impuls das Glas in fünf Stufen von durchsichtig zu blau. Der Raum heizt sich im Sommer weniger auf, die Sonne blendet nicht. Der Lichteinfall sinkt um bis zu 88 Prozent, die Aussicht bleibt. Dimmbare Gläser lassen sich bis maximal 1,3 mal 3,3 Meter in alle üblichen Fensterrahmen einbauen. Kosten: 600 bis 700 Euro pro Quadratmeter.

DÄMMEN

Keine Dämmung, Südseiten ohne Schatten, falsch geplante Wintergärten und Dachflächenfenster verursachen im Sommer Hitzestau. Schatten spendende Vordächer bieten guten Schutz vor der hoch stehenden Sonne. Ein Haus mit gutem Wärmeschutz erhitzt sich weniger als ein schlecht gedämmtes. Holzfaserplatten halten Sommerhitze besonders gut ab und eignen sich ideal zur Dachdämmung.



Hitzefrei!

Siesta halten und erfrischen! So lässt sich's bei Hitze angenehm leben:
→ www.energie-tipp.de/hitzefrei

STROMHANDEL AN DER BÖRSE: WIE GEHT DAS?

Strom ist ein flüchtiges Gut und muss überwiegend direkt verbraucht werden. Das regelt der Handel an der **STROMBÖRSE**. Aber wie funktioniert das?

Der Kaffee in der Maschine brodeln, der Kühlschrank surrt, der Router blinkt: Unser modernes Leben ist ohne Strom nicht möglich. Einkaufsexperten der Energieversorger kümmern sich darum, dass die Menschen rund um die Uhr genug Energie haben. Dafür müssen sie weit im Voraus denken und handeln. „Stabile Preise und eine sichere Versorgung stehen für uns an erster Stelle“, sagt Konrad Lanz, Geschäftsführer und Hauptverantwortlicher für den Stromerwerb bei den Stadtwerken Barth.

STROM ALS HANDELSWARE

Bleibt die Frage: Wie kommen die Großhandelspreise zustande – und damit letztlich auch die sichere Versorgung? Der größte Marktplatz Europas für den Handel mit Strom ist die Strombörse European Energy Exchange (EEX) in Leipzig. Dort kaufen große Energieversorger und Einkaufsgemeinschaften im Auftrag kleinerer Stadtwerke einen Großteil der Energie ein, die ihre Kunden benötigen. Die EEX führt nationale und internationale

Stromanbieter und -nachfrager zusammen, also Kraftwerks- und Windparkbetreiber auf der einen und Energieversorger, Banken und Industriekonzerne mit hohem Strombedarf auf der anderen Seite. Handelspartner ist für beide Seiten die Börse. Damit sollen Markt- und Preismanipulationen ausgeschlossen werden.

Täglich werden an der EEX gigantische Mengen an Strom umgeschlagen, natürlich nur bilanziell. Die tatsächlichen, physischen Lieferungen erfolgen zwischen Verkäufer und Käufer zum jeweils vereinbarten Zeitpunkt. Und der liegt meist weit in der Zukunft. Gehandelt wird an der Börse nämlich nur zu einem Bruchteil der Strom, der am gleichen oder nächsten Tag aus der Steckdose kommt. Der überwiegende Teil ist Strom, der erst in Zukunft produziert und verbraucht werden soll.

BLICK IN DIE ZUKUNFT

In der Zwischenzeit kann der Strom sogar mehrfach den Besitzer wechseln, bevor er schlussendlich beim Kunden ankommt. Das nennt man wie an anderen Börsen: Terminhandel. Am Termin-



markt decken sich die Stadtwerke und Regionalversorger zwischen fünf Wochen bis zu sechs Jahren im Voraus ein und beschaffen dort einen Großteil der Strommengen für den prognostizierten Strombedarf ihrer Kunden. „Dadurch gewährleisten wir, dass die notwendigen Mengen sicher verfügbar sind und senken zugleich das Risiko starker Preisausschläge“, sagt Konrad Lanz.

Dabei kommt es auf viel Know-how an. Zum einen gilt es, den künftigen Strombedarf möglichst genau abzuschätzen: Denn je weiter die Prognose von der tatsächlichen Nachfrage abweicht, umso mehr muss tagesaktuell dazugekauft werden. Kurzfristig geordeter Strom ist in der Regel deutlich teurer als „Futures“, wie die Terminprodukte heißen. Zum Zweiten kommt es bei stark schwankenden Strompreisen darauf an, möglichst dann zu ordern, wenn die Strompreise gerade etwas nachgegeben haben. Um das Risiko zu mindern, kaufen die Stadtwerke deshalb den Strom nicht auf einmal ein, sondern „strukturiert“ – also Teilmengen zu verschiedenen, möglichst günstigen Preisen.

FEINTUNING BIS ZUM LETZTEN AUGENBLICK

Natürlich können die Bedarfsprognosen nicht tagesgenau sein. Das geht schon wegen ungenauer Wettervorhersagen nicht: Laufen beispielsweise bei großer Hitze unvorhersehbar viele Klimaanlage-

FAKT ODER MYTHOS?

Niedrige Pegelstände von deutschen Flüssen führen zu höheren Strompreisen an der Börse.

Fakt. Diesen Effekt konnten Börsianer im Sommer 2018 beobachten. Weil auf dem Rhein Schiffe gar nicht oder nur teilbeladen fahren durften, konnte kaum noch Kohle in die Kraftwerke im Süden Deutschlands transportiert werden. Die Folge: Die Lager der Kohlekraftwerke leerten sich langsam, andere Kraftwerke mussten einspringen. Die Börsenpreise für die kurzfristige Beschaffung gingen zeitweise hoch. Auch Kühlwasser, das normalerweise aus den Flüssen entnommen wird, war knapp: Das ohnehin von der Sonne aufgeheizte Wasser durfte nicht zusätzlich durch die Kühlkreisläufe der Kraftwerke geleitet und erwärmt werden, um die Fischbestände zu schonen. Die sichere Versorgung der Menschen mit Strom war allerdings nicht in Gefahr.

auf Hochtouren, müssen die Stromeinkäufer nachordern. Es bleiben also immer bestimmte Restmengen, die sehr kurzfristig zu beschaffen sind. Das passiert am Spotmarkt der Börse – für den nächsten Tag oder sogar noch für den gleichen Tag.

Im sogenannten Day-Ahead-Handel müssen bis spätestens 12 Uhr des Vortags Stromverkäufer ihre Angebote und Käufer ihre Gebote abgeben. Die Schnittstelle von Angebot und Nachfrage bestimmt dann den Börsenpreis. Ein letztes Feintuning erfolgt schließlich im Intraday-Handel. Die Vorlaufzeiten dafür haben sich dank Digitalisierung sowie hochflexibler Blockheizkraftwerke und Stromspeicher in letzter Zeit immer mehr verkürzt. Bis zu fünf Minuten vor Lieferbeginn können noch Abschlüsse erfolgreich sein. Vorausgesetzt, am Markt findet sich ein Anbieter, der so kurzfristig liefern kann. ■

LEICHTER GENUSS

Bei sommerlichen Temperaturen stehen frische, **KALORIENARME GERICHTE** auf dem Plan. Unsere Rezepte sind gut für die Figur – und richtig lecker.

Es muss ja nicht immer Ketchup oder Senf sein. Wie wäre es mit **CHIMICHURRI?**

Die würzige Kräutersauce aus Argentinien wird meist zu gegrilltem Rindfleisch und Steaks serviert. Sie schmeckt aber auch als Marinade oder als Dip zu Schaschlikspießen.

Zutaten (für 4 Personen)

SPIESSE:

- 600 g Schweinefilet
- 1,5 EL Sesamöl
- 1 EL Honig
- ca. 400 g rote und gelbe Cocktailtomaten
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

CHIMICHURRI:

- 2 Knoblauchzehen
- 2 Schalotten
- 1 Chilischote
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Limette
- 1 TL Thymian (oder 1 Zweig)
- 1 TL Oregano (oder 1 Zweig)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 EL Olivenöl



GEBACKENE PUTENBÄLLCHEN MIT SALAT

Zutaten (für 4 Personen)

BÄLLCHEN

UND SALAT:

400 g Putenbrustfilets
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 g Frischkäse
1 EL Olivenöl
1 Eigelb
2 EL Senf (mittelscharf)
1/2 TL weißer Pfeffer
1/2 TL Paprika
1/2 TL Curry
1 Eiweiß (für die Panade)
50 g Sesam
Salz nach Geschmack
2 Avocados
4 Karotten
200 g gemischter Gartensalat

DRESSING:

5 EL Apfelessig
2–3 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer nach Geschmack
15 g Mandelstifte

- 1 Die Putenbrustfilets sehr klein schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken, mit Frischkäse, Öl, Eigelb und Senf vermischen und mit Pfeffer, Paprika- und Currypulver verfeinern.
- 2 Aus dem Fleischteig kleine Bällchen formen. Rundum mit Eiweiß benetzen, dann in Sesam wälzen. Im Backofen bei 200 Grad (Ober-/Unterhitze) circa 30 Minuten backen, bis die Bällchen goldbraun sind.
- 3 Avocados halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch herauslösen und in Streifen schneiden. Jeweils die Streifen einer Avocado-Hälfte in einem tiefen Teller mittig arrangieren.
- 4 Karotten schälen, mit dem Spiralschneider schneiden und die Streifen neben der Avocado platzieren. Salat waschen, schleudern und ebenfalls im Teller anrichten.
- 5 Apfelessig, Olivenöl, Salz und Pfeffer miteinander verrühren und das Dressing über den Salat geben. Die gebackenen Putenbällchen dazu legen und alles mit Mandelstiften bestreuen.

TIPP: Die Putenbällchen schmecken auch kalt und mit Chimichurri-Sauce sehr gut – ideal für die Lunchbox.

MARINIERTES SCHASCHLIKSPIESSE MIT CHIMICHURRI-SAUCE

- 1 Das Schweinefilet in walnussgroße Stücke schneiden, in einer großen Schüssel mit Sesamöl, Honig, Paprikapulver, Salz und Pfeffer marinieren und beiseitestellen.
- 2 Den Grill anheizen.
- 3 Für die Chimichurri-Paste Knoblauch und Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Chili in kleine Ringe schneiden, die Petersilie grob hacken (ein wenig davon für die Deko abzweigen). Alles in eine Schüssel geben und mit Limettensaft beträufeln. Pfeffer, Salz, Thymian, Oregano und Olivenöl zugeben und mit dem Pürierstab zu einer glatten Masse verarbeiten.
- 4 Anschließend abwechselnd rote Tomaten, Schweinefleisch und gelbe Tomaten auf die Spieße stecken. Noch mal etwas salzen. Für circa acht Minuten grillen, anschließend mit Petersilie bestreuen und mit der Kräuterpaste anrichten – fertig. Wetten, dass bei dieser leckeren Kombination keiner eine kohlenhydratreiche Beilage vermissen wird?



Einkaufszettel

Bildcode scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Smartphone laden

bloß- gestellt	▼	Kanton der Schweiz	▼	See in Schott- land (Loch ...)	Abk.: äußerlich	▼	franzö- sisch: ich	▼	▼	lang- schwän- ziger Papagei	himmel- blau	▼	Wind- rich- tung				
Dauer	▶			▼			behörd- liche Anord- nung	▶	1		▼						
▶			4			<p style="text-align: center;">RÄTSELN UND GEWINNEN</p> <p style="text-align: center;">Die Buchstaben aus den farbig umrandeten Kästchen der Reihenfolge nach rechts eintragen und fertig ist das Lösungswort.</p> <p style="text-align: center;">Einsendeschluss ist der 10. Juli 2019</p>				▶		6	9	sagen			
Zahl- schalter		betrieb- sam								Heil- kundiger	afrika- nisches Lilien- gewächs			Spiel- karten- farbe	▼		
griechi- sche Götter- botin	▶	8	▼		3					▶	▼		▼			7	
▶					kurz für: an dem								Garten- gerät		Initialen Delons	▶	
weib- liche Fabel- wesen				Welt- raum	▶						franzö- sisch: Gold	▼	norwe- gische Münze	▶		5	
Mann- schaft (engl.)	▶									ein Tonge- schlecht	▶		Schul- stadt an der Themse	▶			

Lösungs-
wort:

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

DER WEG ZUM GEWINN

Senden Sie das Lösungswort unseres Kreuzworträtsels auf einer frankierten Postkarte an:
Stadtwerke Barth GmbH
 Stichwort: Rätsel
 Hölzern-Kreuz-Weg 11
 18356 Barth
 Es geht auch per E-Mail:
 raetsel@stadtwerke-barth.de
 Um die Theaterkarten zu gewinnen (S. 3), nutzen Sie dieselbe Adresse,
 Stichwort: „Unter falscher Flagge“.
Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 1/2019: SPAZIERGANG

Mit der Teilnahme akzeptieren Sie die folgenden Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben. Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren Dritter ist unzulässig. Der Gewinn wird unter den Einsendern mit den richtigen Lösungswörtern verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auch auf eine erneute Gewinnerbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, erlischt der Anspruch auf den Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Alle personenbezogenen Daten, die wir per Post erhalten haben, werden nicht elektronisch erfasst oder gespeichert. Einsendungen per Post oder E-Mail werden ausschließlich zum Zweck des Gewinnspiels verwendet und nach Ablauf der Verlosung vernichtet oder gelöscht. Mehr zum Datenschutz unter: www.stadtwerke-barth.de/datenschutz.html

HELLER KLANG

Lösen Sie unser **KREUZWORTRÄTSEL** und gewinnen Sie mit etwas Glück einen von drei Wireless Speakern von Metmaxx® – mit integrierten Lichteffekten.

LICHT AN, MUSIK AB – und das Ganze zum Mitnehmen: mit dieser Sound-Laterne kein Problem. Per Bluetooth spielt der Wireless Speaker Musik ab, die von stimmungsvollen Lichteffekten begleitet wird. Ob turbulenter Kindergeburtstag oder gemütliches Grillen mit Freunden – der leuchtende Klang peppt jedes Fest auf. Ist Ihnen eher nach Entspannung zumute,



können Sie gedimmtes Licht einstellen. Abends auf Balkon, Terrasse oder im Garten bringt die strahlend helle Einstellung atmosphärisches Licht ins Dunkel. Der 10-Watt-Lautsprecher hat einen praktischen Handgriff und ist 725 Gramm leicht – so lässt er sich problemlos transportieren. Ein integrierter Lithium-Ionen-Akku ermöglicht stundenlanges Entertainment. ■

IMPRESSUM

Herausgeber: Stadtwerke Barth GmbH, Hölzern-Kreuz-Weg 11, 18356 Barth
 Telefon: 038231-683-0, info@stadtwerke-barth.de, www.stadtwerke-barth.de

Verlag: trurnit GmbH, Putzbrunner Straße 38, 85521 Ottobrunn, Telefon: 089-608001-0

Redaktion: Gerd Klingbeil (verantw. Lokalteil Stadtwerke Barth); in Zusammenarbeit mit Tanja Siggelkow und Andrea Melichar (Ass.), trurnit Hamburg GmbH, Friesenweg 5/1, 22763 Hamburg **Foto:** AlesVeluscek - iStock (S. 5) **Druck:** hofmann infocom GmbH, Emmericher Str. 10, 90411 Nürnberg