MAGAZIN FÜR ENERGIE UND MEHR
DER **STADTWERKE BARTH** | WINTER 2023

Stadtwerke Barth

ENERGIE aktuell

Miträtseln & einen **Wasserkocher oder Teegutscheine** gewinnen!

FOTOWETTBEWERB

Für den Kalender 2025 suchen die Stadtwerke nach Motiven aus der Region

HELLE FREUDE

Tipps für eine optimale Beleuchtung in jedem Raum

Winterbad in der Ostsee

Starten Sie mit einem Bad im kalten Wasser der Ostsee ins neue Jahr: Tipps und Tricks für das eisige Vergnügen

Foto: Binzer Bucht Tourismus | M. Purrwald

Foto: iStock.com – MelanieMaya

Wild auf dem Teller

Im Winter sind die Theken der Waldläden der Landesforst Mecklenburg-Vorpommern gefüllt mit frischem Wildbret aus der Region. Warum **Wild** eine gute Alternative für den Festtagsbraten ist.

Das ökologischste Fleisch, das Verbraucherinnen und Verbraucher essen können, kommt aus den Wäldern der Region: Wildschweine, Rehe und Hirsche wachsen hier einerseits artgerecht auf und ernähren sich ihr Leben lang natürlich. Andererseits verpflichten sich Jägerinnen und Jäger dazu, waidgerecht zu handeln. Das heißt unter anderem: Sie ersparen den Tieren vermeidbare Schmerzen und schützen die Bestände, zum Beispiel, indem sie Ruhezonen errichten, Brutplätze pflegen und Daten über die Entwicklung heimischer Tierarten sammeln. Außerdem enthält Wildbret keine Reste von Antibiotika – anders als Fleisch aus industrieller Tierhaltung.

Einkauf im Waldladen

Mit etwas Glück kann man auch im Supermarkt Wildfleisch kaufen – dann allerdings meist nicht aus der Region, sondern aus Polen, Ungarn oder sogar Neuseeland. In den sechs Waldläden der Landesforst Mecklenburg-Vorpommern bei Rostock, bei Damerow, auf Usedom, im Elbetal, bei den Ivenacker Eichen und am Stettiner Haff kommt das Wildfleisch direkt vom Förster. Wer hier einkauft, weiß also, von wo es kommt, und kann sich sicher sein, dass die Produkte keine bleihaltigen Rückstände von Munition enthalten. Seit 2014 ist das Jagen mit Bleimunition in den Verwaltungsjagdbezirken der Landesforst MV aus ökologischen Gründen verboten. Das macht den Verzehr von Wild unbedenklich – und schützt Tiere wie den Seeadler, der sich hin und wieder an zurückgelassenen Wildresten satt frisst.

Ideen fürs Weihnachtsessen

Neben den Verkaufsstellen finden Interessierte auf der Website der Landesforst MV auch Rezeptideen zum Nachkochen – von der Wildsuppe bis zum Rehsteak mit gedünsteten Pilzen:

www.wald-mv.de/landesforst-mv/angebote/wild-vom-foerster

Den Leuchtfeuern folgend

SEIT 1979 SIND MEHR ALS 20 LEUCHTTÜRME und Leuchtfeuer an der Ostseeküste Mecklenburg-Vorpommerns unbemannt. Leuchtfeuerwärter sind Geschichte, seit elektrische Lichter der Seefahrt den Weg weisen. Trotzdem sind Leuchttürme bis heute für viele Menschen an den Küsten ein Heimatsymbol, und ihre Türen sind vielerorts für interessierte Besucherinnen und Besucher geöffnet. Künftig soll die vielen Denkmäler eine „Europäische Route der Leuchttürme" verbinden.
Im Rahmen einer Gründungsveranstaltung in Brüssel wurde die neue Kulturroute auf Initiative Mecklenburg-Vorpommerns und der französischen Region Bretagne ins Leben gerufen. Neben Deutschland und Frankreich beteiligen sich außerdem Norwegen, Estland, Portugal und Irland an der Route. Ziel ist es, die Zusammenarbeit zwischen den europäischen Küstenregionen zu stärken sowie Leuchttürme weiterhin zu erhalten und zu nutzen.

Foto: TMV/Voigt&Kranz

Foto: TMV/Roth

Es weihnachtet sehr!

BUDENZAUBER UND LICHTERGLANZ stimmen im Dezember an vielen Orten in Mecklenburg-Vorpommern auf die Feiertage ein – nicht nur in Schwerin, Rostock und Stralsund. Am 16. und 17. Dezember findet im Schlosshotel Ralswiek auf der Insel Rügen die Schlossweihnacht statt. Besucherinnen und Besucher können vor Ort von Schmuck bis Spielzeug viel Handgemachtes entdecken oder einen Glühwein aus der Schlossküche genießen. Sehenswert ist außerdem das Turmblasen am Sonntagnachmittag – eine Rügener Adventstradition. Ebenfalls am vierten Advent, vom 15. bis zum 17. Dezember, findet der Weihnachtsmarkt in Barth statt. Und kurz vor Heiligabend und zwischen den Jahren lohnt sich noch ein Ausflug nach Boltenhagen: Auf dem Wintermarkt im Kurpark vom 21. Dezember bis zum 1. Januar können Kinder eine Runde mit der Eisenbahn drehen. Neben Handwerkskunst werden viele mecklenburgische Spezialitäten angeboten – darunter Boddenpunsch und Leckereien aus Sanddorn.
Alle Weihnachtsmärkte von der Osteeküste bis zur Seenplatte finden Sie online unter: www.auf-nach-mv.de/weihnachten

Happy Birthday, Caspar!

SEIN BILD VON DEN KREIDEFELSEN auf Rügen ist weltberühmt, er war Romantiker und waschechter Greifswalder: Die Rede ist von Caspar David Friedrich. 2024 steht ganz im Zeichen des Malers, denn seine Geburtsstadt Greifswald feiert das große Jubiläum „250 Jahre Caspar David Friedrich – Von Greifswald in die Welt" und erinnert mit über 160 Veranstaltungen an das Leben und das Schaffen des Künstlers. Feierlich eröffnet wird das Festjahr am 20. Januar 2024 in der Taufkirche Friedrichs – dem Dom St. Nikolai. Mit dabei sind neben Schirmherrin Claudia Roth auch Kunsthistoriker und Autor Florian Illies sowie Musiker Christian Löffler. Im Pommerschen Landesmuseum, im Caspar-David-Friedrich-Zentrum sowie im St. Spiritus erwarten Kunstliebhaber ab dem 28. April diverse Sonderausstellungen. Und am 5. September wird unter dem Titel „Kuchen für Caspar" auf dem Greifswalder Marktplatz mit Theater, Musik und Geburtstagskuchen ausgiebig gefeiert.
Alle Veranstaltungs-Highlights und Informationen zum Jubiläumsjahr gibt es online unter: www.caspardavid250.de

Foto: TMV/Nikulski

MIT KONTINUITÄT **DURCH DIE KRISE**

Im Interview wirft Gerd Klingbeil, Leiter Vertrieb & Marketing bei den Stadtwerken Barth, einen Blick auf die **aktuelle Situation auf dem Energiemarkt** – und wagt einen Blick in die Zukunft.

Herr Klingbeil, wie entwickeln sich aktuell die Preise auf dem Energiemarkt?
Seit diesem Frühjahr beobachten wir einen deutlichen Rückgang der Großhandelspreise. Diese sind 2022 rapide in die Höhe geschossen. Zum Vergleich: Im letzten Jahr war Energie siebenmal teurer als 2021, aktuell liegen wir ungefähr beim 2,5-Fachen des damaligen Preisniveaus. Egal, ob Beschaffungspreise sinken, sich Netzentgelte ändern oder Umlagen günstiger werden: Wir geben stets alle Preissenkungen an unsere Kundinnen und Kunden weiter. Aktuell bereiten wir eine Preissenkung für Strom, Gas und Fernwärme zum 1. Januar 2024 vor. Alle Kundinnen und Kunden informieren wir darüber in einem Anschreiben.

Wie schützen Sie Ihre Kundinnen und Kunden vor großen Preissprüngen?
Die Stadtwerke Barth beschaffen ihre Energie in kleineren Mengen und immer langfristig. Den Strom, den wir 2024 abgeben werden, haben wir über drei Jahre verteilt eingekauft. Beschaffungsleitfäden und ein ständiger Blick auf die Entwicklung der verschiedenen Marktparameter helfen uns, rationale Entscheidungen zu treffen und möglichst frei von spekulativem Handeln Energie einzukaufen. Mit dieser Strategie sind wir nicht der günstigste Anbieter am Markt. Sie verhindert aber, dass wir uns verspekulieren oder gezwungen sind, in Hochpreisphasen einkaufen zu müssen. Die langfristige Beschaffung glättet die allergrößten Preisausschläge an den Großhandelsmärkten und sorgt dafür, dass Energie für unsere Kundinnen und Kunden berechenbar bleibt.

"Unsere Bestands-kundinnen und -kunden sind unser starkes Rückgrat. Viele von ihnen gehen seit Jahren durch dick und dünn mit uns."

Im vergangenen Winter war immer wieder von einer drohenden Gasmangellage die Rede. Wie sieht die Lage aktuell aus?
Ganz unabhängig von fossilen Energieträgern und deren Lieferanten werden wir wohl auch zukünftig nicht sein. Trotzdem bezieht Deutschland Erdgas mittlerweile aus verschiedenen Quellen, um Abhängigkeiten – insbesondere von Russland – zu reduzieren. So kommt unser Erdgas aktuell überwiegend aus Norwegen, den Niederlanden und Belgien. Die Gasspeicher in Deutschland sind gut gefüllt, und die Ausgangslage für den bevorstehenden Winter ist deutlich besser als noch vor einem Jahr. Ein Restrisiko bleibt immer: Ein sehr kalter Winter könnte den Gasverbrauch stark ansteigen lassen. Allerdings gehen unsere Kundinnen und Kunden nach wie vor sehr sparsam mit Energie um.

Was ist aktuell die größte Herausforderung für die Energiewirtschaft?
Wir als Gesellschaft stehen vor der enormen Herausforderung, unsere Energieversorgung grundlegend umzubauen. Wir müssen verstärkt Anlagen zur Erzeugung erneuerbarer Energien errichten und unsere Netze an die neuen Anforderungen anpassen. Weil Photovoltaikanlagen und Windräder nur Energie liefern, wenn die Sonne scheint oder der Wind weht, müssen wir Erzeugung und Verbrauch künftig besser steuern. Da das immense Investitionen erfordern wird, brauchen wir letztendlich einen staatlichen Regulierungsrahmen, wie diese Kosten gerecht verteilt werden können.

Welche Erkenntnisse nehmen die Stadtwerke Barth aus der Energiekrise mit?
Langfristiges Denken und nachhaltiges Handeln versprechen nur selten schnellen Erfolg. Allerdings können wir auf diese Weise Risiken beherrschen und uns stets weiterentwickeln. Außerdem hat uns diese Krise erneut gezeigt, dass unsere Bestandskunden – viele von ihnen gehen seit sehr langer Zeit mit uns durch dick und dünn – unser starkes Rückgrat bilden. Deshalb halten wir an unserer Entscheidung fest, Neukunden keine niedrigeren Preise anzubieten als Bestandskunden. Kontinuität und Verlässlichkeit bleiben uns wichtiger als ein schneller Kundenzuwachs. Eine weitere Erkenntnis wird unsere tägliche Arbeit in den nächsten Jahren zunehmend bestimmen: Auch als kleines Stadtwerk müssen wir alles daransetzen, aktiv die Energiewende mitzugestalten. Wir wollen nachhaltige Lösungen anbieten, die die regionalen Bedürfnisse und Besonderheiten berücksichtigen – die vor allem aber bezahlbar sind.

AUGENBLICK MAL!

Für die mittlerweile 5. Auflage ihres **KALENDERS** suchen die Stadtwerke Barth nach tollen Motiven. Das diesjährige Thema: AugenBlicke.

Wolfgang Pönisch reichte für den Kalender 2024 ein Foto zweier Radler bei einer Rast am Bodden zwischen Barth und Bodstedt ein.

Der Blick über den Bodden bei Sonnenaufgang, das bunte Meer aus Strandmuscheln am ersten heißen Tag des Jahres oder durch die Lüfte segelnde Möwen – die Stadtwerke Barth suchen für den Kalender 2025 nach Ihrem schönsten AugenBlick aus der Region, festgehalten mit der eigenen Kamera. Gesucht werden Momente, die die Region und ihre Menschen liebens- und lebenswert machen. Eine Jury der Stadtwerke kürt die besten Fotos: Die 13 schönsten Motive werden im Foyer des Energieversorgers ausgestellt und erscheinen gesammelt im Stadtwerke-Fotokalender 2025. Die Gewinner erhalten nach Druck jeweils ein Exemplar des Kalenders. Außerdem werden unter allen Einsendungen drei 200-Euro-Erlebnis-Gutscheine verlost, die bei allen Partnern des Nationalparks Vorpommersche Boddenlandschaft einlösbar sind.

Teilnehmen und gewinnen

Werden Sie kreativ, halten Sie Ihren Lieblingsmoment auf einem Foto fest und laden Sie Ihr Bild bis zum 31. Mai 2024 unter www.stadtwerke-barth.de hoch. Schreiben Sie dazu, wann und wo Sie das Bild aufgenommen haben. Und nicht vergessen: Sind Menschen auf dem Bild erkennbar, brauchen Sie ihr Einverständnis für die Veröffentlichung. **Einsendeschluss ist der 31. Mai 2024**.

JETZT SCHNAPPSCHUSS HOCHLADEN:

Fotos: Claas Abraham (S. 4); deagreez – stock.adobe.com, Wolfgang Pönisch (beide S. 5)

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

das Jahr 2023 hat uns gezeigt, dass wir uns in einer Zeit des Umbruchs befinden: Wir müssen uns den Aufgaben der Digitalisierung stellen, den Weg für erneuerbare Energien ebnen, die kommunale Wärmeplanung vorantreiben und unsere Energienetze weiterentwickeln, damit die Energiewende gelingen kann. Diese Herausforderungen werden uns auch die nächsten Jahre begleiten.

Trotzdem bleibt unsere wichtigste Verpflichtung, unseren Kundinnen und Kunden eine sichere, zuverlässige und bezahlbare Energieversorgung zu gewährleisten. An dieser Stelle möchte ich einen besonderen Dank an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtwerke Barth richten, die trotz vieler Unwägbarkeiten mit ihrem Engagement auch in diesem Jahr dafür sorgten, dass das Schiff in der stürmischen See sicher auf Kurs blieb. Mein Dank gilt aber auch allen Kundinnen und Kunden, die uns nach wie vor ihre Treue schenken und uns durch ihr positives Feedback in unserem Einsatz bestätigen. Außerdem möchte ich mich für die Unterstützung unseres Aufsichtsrates und unserer Gesellschafter bedanken.

Ich habe aber auch Wünsche: Ich wünsche mir für die Zukunft unserer Kinder mehr Akzeptanz, Toleranz, gegenseitigen Respekt, dass wir uns gegenseitig zuhören und gemeinsam die besten Lösungen anstreben. Für die vielen globalen Konflikte wünsche ich mir friedlichere Lösungen. Und von der Politik wünsche ich mir, dass sie die Sorgen der Menschen ernster nimmt. Wir tragen alle eine Verantwortung für ein friedliches Miteinander und die Zukunft unserer Umwelt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, ein frohes und friedliches Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr!

Ihr Jörg Köhler
Geschäftsführer der Stadtwerke Barth GmbH

Ist es draußen sehr kalt, muss erst mal ein Loch ins Eis geschlagen werden – so wie hier in Rostock-Gelsdorf mit Blick auf die Altstadt.

Fotos: Dietmar Marquardt, Friedrich Flemming

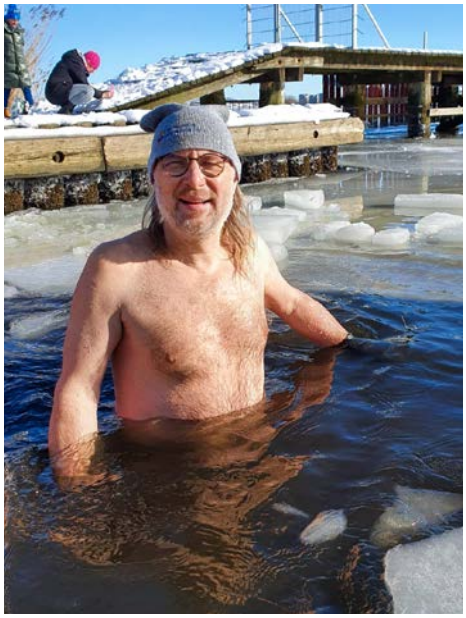
EIS-KALTES VER-GNÜGEN

Das Meer ist tiefblau, am Strand weht eine steife Brise und Spaziergänger haben ihre Mützen tief ins Gesicht gezogen – gebadet wird in Mecklenburg-Vorpommern trotzdem. **EISBADEN** hat hier an vielen Orten Tradition. Tipps für das eiskalte Vergnügen.

Es kribbelt auf der Haut und im Körper macht sich eine angenehme Müdigkeit breit – wer im Winter schon einmal in der Ostsee baden war, kennt das wohlige Gefühl danach. Der Kältekick setzt Glücksgefühle frei und soll sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Menschen, die regelmäßig eisbaden, stärken demnach ihr Herz-Kreislauf- und Immunsystem. Kein Wunder, dass es an Mecklenburg-Vorpommerns Küste so einige gibt, die den Wintersport für sich entdeckt haben.

Eisige Leidenschaft

„Ich habe schon immer gerne im Meer gebadet, das ganze Jahr über. Winterbaden ist für mich zu einer Art Routine geworden – egal wie kalt es draußen ist“, erklärt Dietmar Marquardt. Der 62-Jährige ist seit 1995 Mitglied beim Rostocker Seehunde e.V. und seit etwa zehn Jahren Vereinsvorsitzender. „Das erste Mal war ich 1977 im Winter in der Ostsee baden“, erinnert er sich lachend. „Damals noch, um den jungen Mädels zu zeigen, dass ich ein richtig harter Kerl bin.“ Seit diesem ersten Mal vergingen ein paar Jahre – dann hatte Dietmar Marquardt der Wintersport gepackt. 2019 lernte er durch diese Leidenschaft auch seine Lebensgefährtin kennen: Beim Wintervergnügen in Warnemünde gingen sie bei Fackellicht und Musik einer Strandkapelle zum ersten Mal gemeinsam in die Ostsee. Knapp zwei Monate später waren die beiden ein Paar. „Seitdem steigen wir gemeinsam mit meiner Tochter Wilma als Rostocker Seehunde ins Salzwasser der Ostsee und als Coepenixen des Coepenicker e. V. ins Flusswasser der Dahme in Berlin-Köpenick“, erzählt Heidrun Nicolai. „Und aktuell trainieren wir zu dritt für die Teilnahme an der nächsten Weltmeisterschaft in Tallinn – 25 und 250 Meter wollen wir dort schwimmen.“



Dietmar Marquardt (links) von den Rostocker Seehunden beim Eisbad in der Unterwarnow

Der Jahreswechsel wird an vielen Orten der Küste mit einem Eisbad in bunten Kostümen gefeiert – das ist auch für die Zuschauer ein Spektakel.

Heidrun Nicolai (links) liebt am Eisbaden den Kälteschock und die sich anflutende Wärme danach.

Jeder kann eisbaden

„Wer mit dem Eisbaden anfängt, sollte sich unbedingt einen Verein suchen“, rät Dietmar Marquardt. „Sich mit Gleichgesinnten zu verabreden macht mehr Spaß. Und zur eigenen Sicherheit sollte man sowieso nie alleine eisbaden.“ Die Rostocker Seehunde treffen sich von Oktober bis Ende April mehrmals die Woche am Strand von Warnemünde. Neue Gesichter sind willkommen – egal, ob die Motivation der Sport oder die Gesundheit ist.

So geht’s richtig

„Mir haben zu Beginn eine Bikinihose und Socken aus Neopren geholfen. Auch eine Mütze ist sinnvoll“, sagt Heidrun Nicolai. „Da muss jeder für sich herausfinden, was guttut: Die einen tauchen nur ein, andere schwimmen ein paar Meter.“ Gerade beim ersten Mal reicht es aber schon, wenige Sekunden im Wasser zu bleiben. Springen und Untertauchen sind tabu: Denn über den Kopf geht die meiste Wärme verloren. Außerdem ist ein gesunder Kreislauf die Voraussetzung. Epileptikern, Schwangeren und Menschen mit Diabetes oder Bluthochdruck raten Ärzte vom Eisbaden ab. Einsteiger können sich mit kalten Duschen an den Kältereiz herantasten oder im Herbst weiterbaden, um sich langsam an die fallenden Temperaturen zu gewöhnen.

Vergnügen zum Jahreswechsel

Traditionell wird an der Ostsee das neue Jahr mit einem Eisbad begrüßt. „Das ist auch für Spaziergänger ein Spektakel“, weiß Dietmar Marquardt. „Viele Eisbadende tüfteln dafür lange an ihrem Kostüm.“ In Warnemünde findet das Anbaden am 1. Januar 2024 um 14 Uhr gemeinsam mit den Rostocker Seehunden statt. Aber auch in Binz, Lubmin oder Prerow locken Events bei Niedrigtemperaturen an den Strand.

EISBAD ZUM JAHRESWECHSEL

Am 30. Dezember findet im **Ostseebad Zinnowitz** am Hauptstrandzugang das traditionelle Zinnowitzer Eisbaden statt.

Im **Ostseebad Boltenhagen,** findet immer am 1. Januar das große Eisbaden neben der Seebrücke statt.

Im **Ostseebad Prerow** findet das traditionelle Eisbaden um 14 Uhr an Neujahr ein.

In der Mecklenburgischen Seenplatte springen Wagemutige seit 1982 jedes Jahr am 1. Januar um 14 Uhr in das kalte Wasser des **Mirower Sees.**

In traditionellen Badeanzügen wird am 1. Januar in **Kühlungsborn** gebadet.

Der Club der Seehunde trifft sich mittwochs um 9.30 Uhr und samstags um 10 Uhr an der Seebrücke in **Lubmin.**

Am 3. Februar 2024 findet das **Binzer Eisbaden** statt.

Am 1. Januar laden die Rostocker Seehunde um 14 Uhr zum Anbaden in **Warnemünde** ein.

IM BESTEN LICHT

GUT ZU WISSEN

Die Farbtemperatur wird in Kelvin (K) angegeben. Je größer der Wert, desto weißer strahlt eine Lampe. Warmweißes Licht hat weniger als 3300 K, universalweißes Licht liegt zwischen 3300 und 5300 K, und von tagesweißem Licht spricht man bei mehr als 5300 K.
Die Norm für den Farbwiedergabeindex wird im CRI (Colour Rendering Index) gemessen. Dieser Wert zeigt an, wie gut Farben im Licht einer Lampe erscheinen. Je höher er ist, umso natürlicher gibt das Kunstlicht die Farben wieder. Diese Werte werden in Ra angegeben. Ein CRI von Ra 100 bedeutet eine naturgetreue Wiedergabe von Farben. Ra 90 und höher bezeichnet eine sehr gute, Ra 80 und größer eine gute Farbwiedergabe. Leuchtmittel von weniger als Ra 80 sind für Wohnräume nicht empfehlenswert. Farben können verfälscht oder gräulich wiedergegeben werden.

Foto: Andreas Hoffmann/trunit GmbH; iStock.com – SpicyTruffel

Licht schafft Atmosphäre und wirkt sich maßgeblich auf Wohlbefinden und Gesundheit aus. Aber worauf kommt es bei einer guten Beleuchtung zu Hause an? Und wie sieht die **optimale Beleuchtung** für den jeweiligen Raum aus?

WELCHES LICHT GEHÖRT WOHIN?

Wohnzimmer
Die Farbtemperatur nimmt direkten Einfluss auf unseren Biorhythmus. Für das Wohnzimmer am besten geeignet ist warmweißes, behaglich anmutendes Licht mit etwa 2700 Kelvin. Dimmbare Leuchtmittel verleihen zusätzlich eine wohnliche Atmosphäre. Für Leseratten lohnt es sich, in ein punktgenaues Leselicht zu investieren: Es leuchtet die Seiten gleichmäßig aus.

Küche
Auch in der Küche ist es sinnvoll, auf verschiedene Lichtquellen zu setzen: eine helle, funktionale für den Kochbereich und eine stimmungsvolle für den Esstisch. Damit die Lebensmittel noch appetitlicher aussehen, ist eine möglichst hohe Farbwiedergabe wichtig (mit einem Ra-Wert von mehr als 90, mehr dazu im Kasten links).

Bad
Im Bad empfiehlt sich ein Dreiklang aus unterschiedlichen Lichtquellen: Deckenleuchten, Spots oder Einbaustrahler für die Allgemeinbeleuchtung, indirektes, akzentuiertes Licht in Form von LED-Stripes an Kommoden und Regalen und eine separate Beleuchtung des Badezimmerspiegels.

CLEVER PLANEN

Die perfekte Lichtgestaltung beginnt schon beim Bau oder der Renovierung. Machen Sie sich vorab Gedanken: Wie viele Leuchten werden in welchem Zimmer aufgehängt oder aufgestellt? Und wo genau kommen sie hin? Clevere Planer lassen auch ein paar zusätzliche Steckdosen installieren, um für die Zukunft gerüstet zu sein.

KONTRASTE SCHAFFEN

Die ideale Beleuchtung besteht aus drei Lichtquellen: Decken- oder Einbauleuchten übernehmen die Grundbeleuchtung und erhellen den gesamten Raum gleichmäßig. Gezielte Lichtakzente, etwa durch Strahler, geben ein helles, kontrastreiches Licht zum Kochen oder Lesen. Tisch- oder Stehleuchten mit Dimmern schaffen Atmosphäre.

MIT LICHT SCHUMMELN

Mit Licht lassen sich so manche Schönheitsfehler in Räumen kaschieren. Strahlt man die Decke an, gewinnen niedrige Zimmer an Höhe. Nutzt man die Wände als Reflektor, wirkt der Raum breiter. Dunkle Wandfarben und Vorhänge schlucken dagegen Licht und sollten bei kleinen Räumen mit wenig Tageslicht besser nicht zum Einsatz kommen.

LED VERWENDEN

LED-Leuchten eignen sich für fast alle Lichtsituationen, verbrauchen am wenigsten Strom, sind extrem langlebig und überzeugen mit hoher Lichtausbeute. Im Gegensatz zu Energiesparlampen enthalten sie kein Quecksilber.

LICHT TIEFER LEGEN

Je höher die Lichtquelle, desto unpersönlicher die Atmosphäre. Tief gelegene Lichtpunkte passen sich besser dem menschlichen Maß an und eignen sich für eine gemütliche Beleuchtung. Beim Kauf des Leuchtmittels auf die Lichtfarbe achten. Warmweißes Licht wirkt gemütlich und eignet sich zum Wohnen am besten. Zum Arbeiten im Homeoffice ist dagegen anregendes, neutralweißes Licht ideal.

Energie aus dem Untergrund

Tief im Erdreich liegt ein gigantischer Energieschatz, der bislang kaum genutzt wird: **GEOTHERMIE.** Dabei lassen sich mit der Wärme unter unseren Füßen ganze Städte beheizen.

TIEFE GEOTHERMIE

Mehr als 4500 Meter reichen derzeit die tiefsten Geothermiebohrungen. Sie versprechen Wasser mit hohen Temperaturen, das sich etwa für Fernwärme in Städten einsetzen lässt. Doppelröhren pumpen das heiße Wasser an die Oberfläche und leiten es abgekühlt wieder in den Untergrund.

MITTELTIEFE GEOTHERMIE

Geologen erwarten von Bohrungen in 200 bis 2000 Meter künftig ergiebige Fundstellen. Schon heute sprudelt warmes Wasser aus mittleren Tiefen etwa in Thermalbädern.

Fossile Energien deckten 2022 noch immer mehr als 80 Prozent des bundesweiten Wärmebedarfs. Das muss sich ändern. Um seine Klimaziele zu erreichen und die Abhängigkeit von Öl und Gas zu reduzieren, braucht Deutschland mehr Wärme aus regenerativen Quellen. Eine Option: Geothermie.

Tief im Erdreich schlummert ein enormes, bislang wenig genutztes Energiepotenzial. Zwar verwenden Wärmepumpen schon heute oberflächennahe Geothermie, um in Haushalten Wärme für Heizung und Warmwasser zu erzeugen. Dabei wird ein Gemisch aus Wasser und Frostschutzmittel durch Röhren gepumpt, die ein bis zwei Meter tief im Boden vergraben sind. Etwa 440 000 solcher Wärmepumpen sind schon in Deutschlands Gärten installiert.

Allerdings benötigen diese Wärmepumpen auch immer einen Anteil an Strom, um die relativ geringe Wärme aus den oberflächennahen Schichten in nutzbare Heizenergie zu verwandeln.

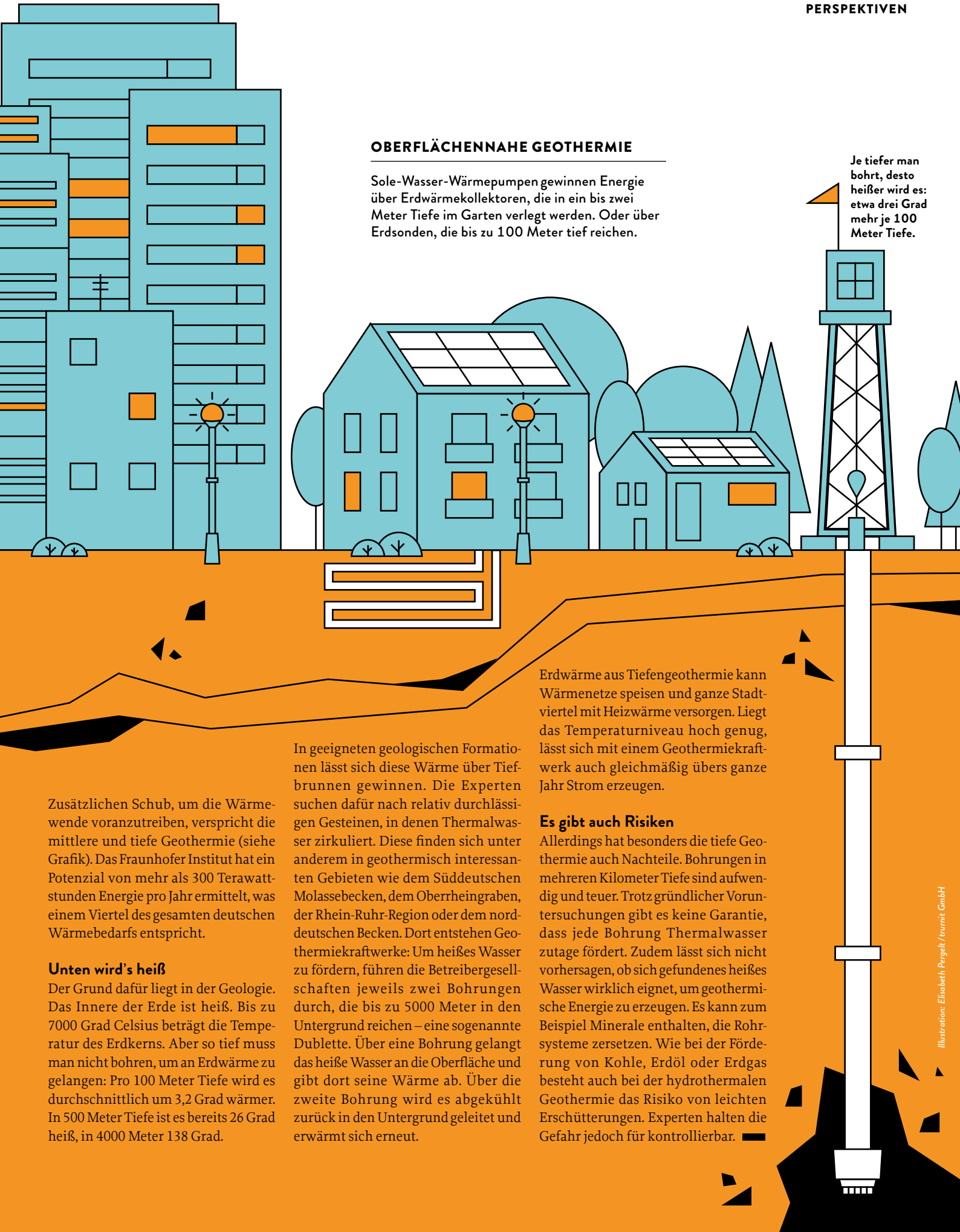


Illustration: Elisabeth Pergelt / trurnit GmbH

Zusätzlichen Schub, um die Wärmewende voranzutreiben, verspricht die mittlere und tiefe Geothermie (siehe Grafik). Das Fraunhofer Institut hat ein Potenzial von mehr als 300 Terawattstunden Energie pro Jahr ermittelt, was einem Viertel des gesamten deutschen Wärmebedarfs entspricht.

Unten wird's heiß

Der Grund dafür liegt in der Geologie. Das Innere der Erde ist heiß. Bis zu 7000 Grad Celsius beträgt die Temperatur des Erdkerns. Aber so tief muss man nicht bohren, um an Erdwärme zu gelangen: Pro 100 Meter Tiefe wird es durchschnittlich um 3,2 Grad wärmer. In 500 Meter Tiefe ist es bereits 26 Grad heiß, in 4000 Meter 138 Grad.

In geeigneten geologischen Formationen lässt sich diese Wärme über Tiefbrunnen gewinnen. Die Experten suchen dafür nach relativ durchlässigen Gesteinen, in denen Thermalwasser zirkuliert. Diese finden sich unter anderem in geothermisch interessanten Gebieten wie dem Süddeutschen Molassebecken, dem Oberrheingraben, der Rhein-Ruhr-Region oder dem norddeutschen Becken. Dort entstehen Geothermiekraftwerke: Um heißes Wasser zu fördern, führen die Betreibergesellschaften jeweils zwei Bohrungen durch, die bis zu 5000 Meter in den Untergrund reichen – eine sogenannte Dublette. Über eine Bohrung gelangt das heiße Wasser an die Oberfläche und gibt dort seine Wärme ab. Über die zweite Bohrung wird es abgekühlt zurück in den Untergrund geleitet und erwärmt sich erneut.

Erdwärme aus Tiefengeothermie kann Wärmenetze speisen und ganze Stadtviertel mit Heizwärme versorgen. Liegt das Temperaturniveau hoch genug, lässt sich mit einem Geothermiekraftwerk auch gleichmäßig übers ganze Jahr Strom erzeugen.

Es gibt auch Risiken

Allerdings hat besonders die tiefe Geothermie auch Nachteile. Bohrungen in mehreren Kilometer Tiefe sind aufwendig und teuer. Trotz gründlicher Voruntersuchungen gibt es keine Garantie, dass jede Bohrung Thermalwasser zutage fördert. Zudem lässt sich nicht vorhersagen, ob sich gefundenes heißes Wasser wirklich eignet, um geothermische Energie zu erzeugen. Es kann zum Beispiel Minerale enthalten, die Rohrsysteme zersetzen. Wie bei der Förderung von Kohle, Erdöl oder Erdgas besteht auch bei der hydrothermalen Geothermie das Risiko von leichten Erschütterungen. Experten halten die Gefahr jedoch für kontrollierbar.

Foto: stock.adobe.com – Maria Sbytova

Schicken Sie, wenn Sie verreisen, auch Ihre Elektrogeräte zu Hause in den Urlaub – und ziehen Sie den Stecker.

Energiesparen im Winterurlaub

OB IM HEIMATURLAUB bei Familie und Freunden oder am fernen Reiseziel: Rund um Weihnachten und Silvester sind viele Menschen unterwegs. Wer über die Feiertage verreist, gönnt am besten auch seinen elektrischen Geräten eine Pause. Denn sonst ziehen Boiler, Fernseher, Computer, Spielkonsolen oder WLAN-Router im Bereitschaftsmodus weiter Energie. Und das summiert sich: Je nach Anzahl und Art der Geräte kann der Stand-by-Betrieb in einem Drei-Personen-Haushalt bis zu 20 Prozent der jährlichen Stromkosten ausmachen. Ein kleiner Rundgang durch die eigenen vier Wände hilft, jedes Gerät zu erwischen. Oft geben leuchtende Lämpchen und Displays einen Hinweis darauf, wer heimlich Strom zapft. Zudem sollte man vor dem Urlaub die Heizung herunterfahren. Bei Abwesenheit von wenigen Tagen sollte die Temperatur auf 15 Grad Celsius, bei längerer Abwesenheit noch etwas niedriger eingestellt werden. Zu kalt darf es in Wohnräumen allerdings nicht werden, sonst droht Schimmel.

Neue Förderbedingungen

WER WOHNGEBÄUDE energetisch sanieren möchte, kann sich beraten lassen und für die Energieberatung einen Zuschuss erhalten. Dazu sollte man diese Neuheiten bei der Bundesförderung für Energieberatungen für Wohngebäude (EBW) kennen: Seit dem 1. Juli 2023 werden die Zuschüsse direkt an die Beratungsempfänger ausgezahlt. Diese stellen den Antrag und erhalten den Zuwendungsbescheid vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA). Dabei können Energieberatungen für Wohngebäude nur noch gefördert werden, wenn ein individueller Sanierungsfahrplan (iSFP) mit der aktuellen iSFP-Druckapplikation – das Programm, mit dem das BAFA arbeitet – erstellt wird. Das gilt für Anträge, die seit dem 1. Juli 2023 gestellt wurden. Zudem muss der Energieberater in der Expertenliste unter **www.energie-effizienz-experten.de** stehen. Bis zum Ende der Übergangsfrist am 31. Dezember 2023 wird die Förderung aber noch ohne Eintrag in der Liste gewährt. Für die Zulassung von Energieberatern ist nun die Deutsche Energie-Agentur zuständig.

WARMWASSER-SPIEGEL
Verbrauchen Sie mehr Warmwasser als der Durchschnitt? Vergleichsmöglichkeiten sowie wertvolle Spartipps bietet die gemeinnützige Beratungsgesellschaft co2online unter: **warmwasserspiegel.de**

Foto: stock.adobe.com – svitlini

Mehrweg statt Einweg für Kaffee und Co.

SCHLUSS MIT DEM MÜLL: Seit fast einem Jahr gilt in Deutschland die Mehrwegpflicht. Restaurants, Cafés oder Supermärkte (ab fünf Mitarbeitern und mehr als 80 Quadratmetern Fläche) müssen Getränke und Speisen zum Mitnehmen auch in Mehrwegbehältern anbieten. Der Kunde soll wählen können zwischen der Einwegverpackung, die anschließend weggeworfen wird, oder einem Behältnis, das noch mal genutzt werden kann. Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen gibt der Umsetzung jedoch die Note „mangelhaft“. Ihre Untersuchung zeigt, dass nicht einmal die Hälfte der Betriebe Mehrwegverpackungen zur Verfügung stellt – obwohl eine Bereitschaft der Kunden vorhanden sei, wie eine zeitgleiche Umfrage ergab.

NACHTS UND BEIM LÜFTEN WENIGER HEIZEN

Wer schlafen geht oder die Wohnung für längere Zeit verlässt, sollte die Heizung runterdrehen. Das Gleiche gilt beim Lüften – sonst arbeitet das Thermostat vergeblich gegen die kühle Zugluft an. Während der Nachtstunden kann die Raumtemperatur in Wohn- und Arbeitsräumen um 5 Grad Celsius gesenkt werden.

NICHT VOLL AUFDREHEN

Sparfüchse aufgepasst: Man heizt nicht schneller, sondern nur länger, wenn man das Thermostat auf die höchste Stufe stellt. Auf Stufe „5“ zum Beispiel so lange, bis der Temperaturfühler die zugeordnete Temperatur von etwa 28 Grad registriert. Wenn Sie nur 20 Grad im Raum haben möchten, zahlen Sie also unnötig Heizkosten.

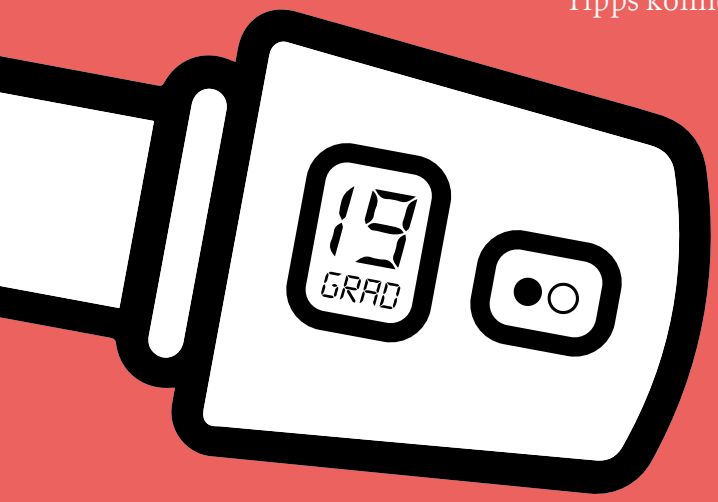
75

MILLIONEN

Thermostate in deutschen Haushalten sind älter als 20 Jahre und womöglich defekt.

DER *richtige* DREH

Das Thermostat am Heizkörper hilft beim **Energiesparen** – egal, ob von Hand bedient oder automatisch programmiert. Mit diesen Tipps können Sie den Einspareffekt noch erhöhen.



DIE RICHTIGE TEMPERATUR WÄHLEN

Mit einem manuellen Thermostat lässt sich die gewünschte Raumtemperatur an jedem Heizkörper einzeln einstellen. Es gibt fünf Stufen: „1“ entspricht etwa 12 Grad, „5“ circa 28 Grad. Mit jeder Stufe erhöht sich die Temperatur um rund vier Grad. In der Regel reichen Temperaturen von 18 Grad im Schlafzimmer, 21 Grad im Wohnzimmer und 22 Grad im Badezimmer vollkommen aus.

ALTE THERMOSTATE ERSETZEN

Sind Thermostate älter als 15 Jahre, reagieren sie oft nur noch schlecht oder gar nicht mehr und sollten ausgewechselt werden. Mit etwas handwerklichem Geschick können Sie dies problemlos selbst erledigen. Achten Sie dabei auf das Gewinde an Ihrem Heizkörper und verwenden Sie bei Bedarf einen passenden Adapter.

PROGRAMMIERBARE THERMOSTATE

Beim Austausch alter Thermostate lohnt sich der Umstieg von manuellen auf programmierbare Modelle. Letztere messen die Raumtemperatur und steuern das Heizkörperventil automatisch. Sie müssen lediglich einmal programmieren, zu welcher Tageszeit Sie mit welcher Temperatur heizen möchten. Programmierbare Thermostate lassen sich an allen Heizkörpern anbringen. Meist liegen den Geräten geeignete Adapter bei.

SILVESTER-KRACHER

Warum sollten zu Neujahr nur Feuerwerke funkeln? Diese drei **Silvesterrezepte** bringen die Augen Ihrer Gäste zum Leuchten und lassen die Geschmacksknospen aufblühen.

Zutaten für 12 Personen:
- 300 g rote Linsen
- Salz, Pfeffer
- 200 g eingelegte Kürbiswürfel aus dem Glas und etwas Kürbissud
- 1–2 EL Essig
- 6 EL Olivenöl
- 6 Blätter bunter Salat
- 500 g geräucherte Forelle
- 3 Avocados
- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 12 Wachteleier
- schwarzer Sesam

LINSENSALAT MIT FORELLE, AVOCADO UND WACHTELEI

1. Linsen in Salzwasser ca. 8 Minuten gar kochen. Durch ein Sieb abgießen und kalt abbrausen. Die Kürbiswürfel zerkleinern und mit den Linsen, 3 EL Kürbissud, Essig und 4 EL Olivenöl verrühren. Linsensalat mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.
2. Salatblätter waschen und trocken schütteln. Fisch in mundgerechte Stücke zupfen. Avocados jeweils von Stein und Schale befreien, würfeln, sofort mit Zitronensaft und dem übrigen Olivenöl (2 EL) marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Linsensalat, Avocados und Fisch in Gläser schichten, mit Salatblättern anrichten. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Wachteleier darin zu Mini-Spiegeleiern braten. Wachteleier auf den Salat setzen, mit schwarzem Sesam garnieren und servieren.

Vorbereitungszeit:
15 Minuten
Zubereitungszeit:
20 Minuten

IN GIN GEBEIZTER LACHS AUF SÜSSKARTOFFEL-RÖSTIS

1. Das Lachsfilet unter kaltem Wasser abbrausen, trocken tupfen, mit Gin und Limettensaft einreiben und mit den Dillstängeln belegen. 45 g Salz mit 65 g Zucker mischen und auf dem Filet verteilen. Den Lachs in eine Form geben und mit Frischhaltefolie bedeckt im Kühlschrank 24 Stunden lang beizen.
2. Crème fraîche mit Mayonnaise und Wasabi verrühren, mit Salz würzen. Rettich schälen und fein würfeln. Weißweinessig mit 1 TL

Bitte beachten:
Lachs muss vor dem Servieren 24 Stunden beizen
Vorbereitungszeit:
40 Minuten
Zubereitungszeit:
25 Minuten

Zu diesen beiden Silvester-Rezepten passt ideal noch eine Gurken-Wasabi-Kaltschale mit Papadams. Das Rezept und die Zutaten finden Sie unter: **mehr.fyi/lecker**

EINKAUFS-ZETTEL
QR-Code scannen und alle Rezept-Zutaten bequem aufs Smartphone laden

Zucker, Salz, 1 EL Sonnenblumenöl und dem Sesamöl verrühren, die Rettichwürfel damit marinieren.

3 Süßkartoffeln schälen und waschen. Zur Hälfte grob raspeln, zur anderen Hälfte fein raspeln. Raspel vermischen und die Eier darunterkneten. Röstimasse mit Salz würzen. In einer Pfanne das übrige Öl erhitzen, dann portionsweise 12 esslöffelgroße Rösti braten. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4 Dillstängel vom gebeizten Lachs abstreifen, Filet unter kaltem Wasser abbrausen und trocken tupfen. Mit einem scharfen, flexiblen Messer den Lachs quer in möglichst feine Scheiben schneiden. Rettichsprossen vom Beet schneiden und unter den Rettichsalat mischen. Auf die Rösti einen Klecks Wasabi-Creme setzen, Lachsscheiben und Rettichsalat darauf anrichten. Rösti auf einer Platte servieren – guten Appetit!

Zutaten für 12 Portionen:
- 1 kg Lachsfilet (am besten Lachs in Sushi-Qualität beim Fischhändler vorbestellen)
- 4 cl Gin
- 2 EL Limettensaft
- 6 Stiele Dill
- ca. 50 g Salz
- ca. 70 g Zucker
- 150 g Crème fraîche
- 50 g Mayonnaise
- 10–20 g Wasabi-Paste
- 500 g weißer Rettich
- 1 TL Weißweinessig
- 9 EL Sonnenblumenöl
- 1 TL Sesamöl
- 400 g Süßkartoffeln
- 2 Eier (Größe M)
- 1 Kästchen Rettichsprossen

Foto: Marko Gadec/Petra Kargl/trurnit GmbH

DER WEG ZUM GEWINN

Senden Sie das Lösungswort 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

Lösungswort des Kreuzworträtsels im Heft 3/2023:
Einatmen

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

HALSWÄRMER

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen **WASSERKOCHER VON SEVERIN** oder einen von drei Gutscheinen zum Teekauf bei der Norddeutschen Lebensart.

EINE TASSE TEE wärmt nach einem Bad in der eiskalten Ostsee, entspannt nach einem langen Arbeitstag und sorgt für eine Portion Gemütlichkeit: Die Stadtwerke Barth verlosen deshalb passend zur Winterzeit einen Wasserkocher von Severin und drei 20-Euro-Gutscheine für die Norddeutsche Lebensart in Barth. Mit dem Wasserkocher können Teeliebhaber Temperatur und Ziehzeit für jede Teesorte individuell einstellen oder bequem aus fünf voreingestellten Programmen wählen. Bei der Norddeutschen Lebensart in der Langen Str. 34 in Barth gibt's neben selbst gemachten Fruchtaufstrichen, Bränden und Ölen auch eine große Teeauswahl: Mit dem 20-Euro-Gutschein können die Gewinner den Vorrat ihres Lieblingstees aufstocken oder etwas Neues ausprobieren. Viel Spaß beim Rätseln und viel Glück!

Foto: SEVERIN Elektrogeräte GmbH

IMPRESSUM

Herausgeber: Stadtwerke Barth GmbH, Hölzern-Kreuz-Weg 11, 18356 Barth, Telefon: 038231 6830, info@stadtwerke-barth.de, www.stadtwerke-barth.de
Verlag: trurnit GmbH, Putzbrunner Straße 38, 85521 Ottobrunn, Telefon: 089 6080010
Redaktion: Gerd Klingbeil (verantw. Lokalteil Stadtwerke Barth); in Zusammenarbeit mit Maria Posselt, Andrea Melichar (Ass.), trurnit GmbH, Uferstraße 21, 04105 Leipzig **Druck:** Bonifatius GmbH, Paderborn

Klimaneutral Druckprodukt ClimatePartner.com/53323-2301-1004