MAGAZIN FÜR ENERGIE UND MEHR
DER **STADTWERKE BARTH** | HERBST 2024

Stadtwerke Barth

ENERGIE aktuell

Miträtseln und einen **Kopfhörer von Teufel** gewinnen!

Land und Leute entdecken

Zu Fuß Natur und Landschaft entdecken: In Mecklenburg-Vorpommern bieten abwechslungsreiche Routen entspannende Momente.

MEHR SERVICE

Reinklicken und entdecken – Das Kundenportal der Stadtwerke Barth ist online!

ZU HAUSE SPAREN

Sechs Tipps, wie Sie einfach und günstig im Haushalt Energie sparen können.

Foto: Felix Goensick

Foto: iStock.com - knape

Ab in die Pilze

Ist es draußen erst feucht und dann warm, sprießen die Pilze. Egal ob Pfifferlinge, Birken- oder Steinpilze – im **September und Oktober** füllt der Wald schnell den Teller. Diese Tipps helfen beim Sammeln und Genießen.

Laut der Deutschen Gesellschaft für Mykologie gibt es in Mitteleuropa über 10.000 Großpilzarten, von denen etwa 250 essbar, 150 giftig und ein gutes Dutzend tödlich sind. Der Rest kommt aufgrund von Größe, Konsistenz oder Geschmack gar nicht erst als Speisepilz infrage. Da sich viele Pilze auf den ersten Blick zum Verwechseln ähneln, ist es wichtig, nur zu sammeln, was auch eindeutig bestimmt werden kann. Dafür kann es hilfreich sein, sich zunächst nur auf eine kleine Auswahl von Pilzen zu konzentrieren. Insbesondere Anfänger sollten aber nicht ohne eine fachkundige Begleitung in die Pilze gehen. Auf geführten Wanderungen helfen Experten bei der Bestimmung der Ernte – das ist sicherer als jede Smartphone-App.

Die richtige Ernte

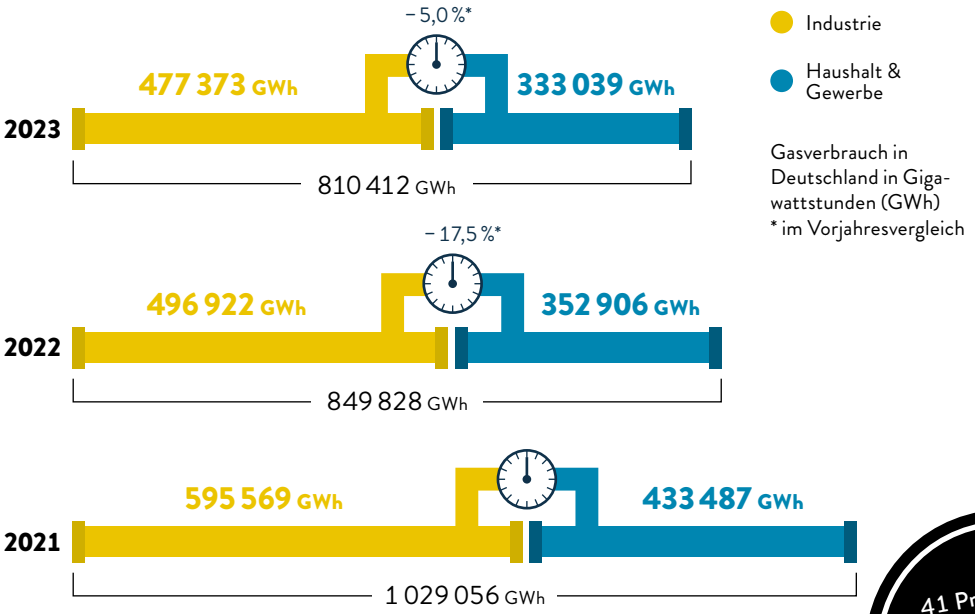
Eine wichtige Grundregel beim Sammeln lautet: Pilze nicht einfach aus der Erde ziehen. Stattdessen werden sie mit einem kleinen Messer und einem geraden Schnitt an der Basis – knapp über dem Boden – geerntet. Das schützt den Pilzbestand und sorgt dafür, dass der Fruchtkörper komplett erhalten bleibt. Nur so kann ein Pilzberater die Ernte bei Bedarf später noch einmal anhand von Hut, Stiel und Stielknolle begutachten. Für die Aufbewahrung eignen sich luftdurchlässige Körbe. Im Kühlschrank halten sich die frischen und geputzten Pilze ein bis zwei Tage. Nicht vergessen: Die Ernte vor dem Verzehr mindestens 10 bis 15 Minuten erhitzen. Manche Sorten wie Hallimasch sind roh giftig, viele andere aufgrund ihres hohen Eiweißgehalts außerdem roh schwer verdaulich.

Erste Hilfe bei der Bestimmung

In Mecklenburg-Vorpommern gibt es mehr als 40 ehrenamtliche Pilzberaterinnen und -berater, die Funde auf Anfrage begutachten, Hinweise zur Bestimmung und zur Zubereitung geben. Eine Übersicht gibt das Landesamt für Gesundheit und Soziales: **mehr.fyi/Pilzberatung-MV**

Gasverbrauch weiter gesunken

Deutschland hat 2023 im Vergleich zum Vorjahr auch wegen höheren Temperaturen fünf Prozent weniger Erdgas verbraucht. Schon 2022 war der Verbrauch deutlich gesunken.



Quelle: Bundesnetzagentur

41 Prozent des Gasverbrauchs in Deutschland entfallen auf Haushalte und Gewerbe.

Auto teilen liegt im Trend

CARSHARING nimmt in Deutschland zunehmend Fahrt auf. Anfang 2024 waren bundesweit 5,5 Millionen Fahrberechtigte bei Carsharing-Anbietern registriert – ein Zuwachs von 23,1 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. 1285 Städte und Gemeinden waren mit Carsharing ausgestattet, 203 mehr Orte als ein Jahr zuvor. Rund zwei Drittel davon hatten weniger als 20 000 Einwohner. Das zeigt: Carsharing ist nicht nur in Großstädten möglich. Ein Fahrzeug ersetzt bis zu 20 private Pkw. Städte und Kommunen können den frei gewordenen Raum nutzen, um mehr Grün, Spielplätze und Platz für Fußgänger und Radfahrer zu schaffen.

Foto: stock.adobe.com – Halfpoint

E-Bikes boomen

IM VERGANGENEN JAHR wurden erstmals mehr E-Bikes als traditionelle Fahrräder verkauft. Laut dem Zweirad-Industrie-Verband (ZIV) entschieden sich 53 Prozent der Fahrradkäufer für ein Rad mit Elektroantrieb. Das entspricht rund 2,1 Millionen verkauften E-Bikes gegenüber 1,9 Millionen klassischen Fahrrädern. Dabei kostete ein E-Bike 2023 im Durchschnitt 2950 Euro, ein Fahrrad nur 470 Euro. Ein zentraler Grund, sich ein E-Bike anzuschaffen, ist laut einer Studie der Gesellschaft für Konsumforschung der Wunsch nach mehr Bewegung. Zudem sehen immer mehr Menschen das E-Bike als Alternative zum Auto. Zu einem wichtigen Markttreiber habe sich auch das Fahrradleasing entwickelt, so der ZIV. Experten schätzen, dass inzwischen jedes vierte Rad über Leasing zu den Kundinnen und Kunden kommt.

Foto: stock.adobe.com – Terje

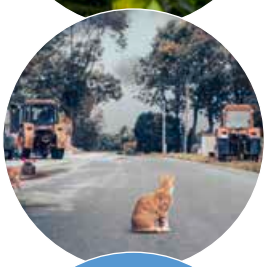
Schweden geht voran

BIS 2030 sollen alle Menschen Zugang zu bezahlbarer, verlässlicher und sauberer Energie haben – so sieht es der Plan der Vereinten Nationen zum Erreichen der 17 Nachhaltigkeitsziele vor. In der Europäischen Union könnte der Stand bei dieser Entwicklung unterschiedlicher nicht sein: Während Bulgarien bisher die geringsten Fortschritte zu einer nachhaltigen Energiegewinnung gemacht hat, ist Schweden schon bedeutend weiter. Der skandinavische Staat deckte 2022 schon etwa 66 Prozent seines Bruttoendenergieverbauchs aus erneuerbaren Quellen. Schweden ist damit Spitzenreiter in der Europäischen Union. Es folgen Finnland (47,9 Prozent) und Lettland (43,3 Prozent). Deutschland kommt auf 20,8 Prozent.

200 MILLIONEN BÄUME

Die Berliner Suchmaschine Ecosia funktioniert ähnlich wie andere Suchmaschinen. Sie unterscheidet sich von Google, Bing und Co. aber darin, dass das Unternehmen seinen Gewinn vollständig für Baumpflanz- und andere Klimaschutzprojekte verwendet. Anfang des Jahres knackte Ecosia die Marke von 200 Millionen angepflanzten Bäumen an 95 000 Standorten weltweit. Um einen Baum zu pflanzen, werden laut dem Betreiber etwa 45 Suchanfragen benötigt.

EINLADUNG ZUR **AUSSTELLUNG**



Unsere Jury hat aus fast 40 Einsendungen die Gewinnerfotos ausgewählt – und nun ist unser Fotokalender 2025 endlich im Druck!

Wir sind begeistert von der großen Teilnahme an unserem Fotowettbewerb.
AM 17. OKTOBER 2024 UM 17 UHR
wird Stadtwerke-Geschäftsführer Jörg Köhler die Gewinnerfotos und den neuen Fotokalender präsentieren.

Dazu laden wir alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie alle Interessierten herzlich zur Eröffnung unserer Galerie **IM FOYER DER STADTWERKE** ein.

Ab diesem Tag ist der Kalender auch käuflich erhältlich. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und inspirierende Gespräche.

Unser Kundenportal ist online

Schnell sein wird belohnt: jetzt registrieren und **20-Euro-Energiegutschein** sichern!

Viele unserer Kundinnen und Kunden haben sich gewünscht, dass wir den Online-Service verbessern und die Möglichkeit bieten, Vertragsdaten, Zählerstände und Kundendatenänderungen bequem online zu erledigen. Diesen Wunsch haben wir erfüllt – unser erstes Kundenportal ist da! Ab sofort können Sie ganz einfach unter **www.stadtwerke-barth.de** Ihre Vertragsdaten einsehen und teilweise ändern, Zählerstände übermitteln, Rechnungsinformationen und Energieverbräuche abrufen und sogar Ihre Abschläge selbst anpassen. Unser Ziel ist es, den Kundenservice von Standardprozessen zu entlasten, damit wir uns noch besser auf die persönliche Beratung konzentrieren können.

Ein besonderer Bonus für Sie!

Die ersten 100 Kundinnen und Kunden, die sich im neuen Online-Portal registrieren und uns ihren Zählerstand zum 31. Dezember 2024 für die Jahresverbrauchsabrechnung 2024 mitteilen, erhalten eine Gutschrift von 20 Euro auf ihre Energierechnung. Die Registrierung ist ganz einfach: Sie benötigen lediglich Ihre E-Mail-Adresse, Ihre Kundennummer und entweder Ihre Zählernummer oder eine Rechnungsnummer, zum Beispiel von der letzten Jahresabrechnung.

Für uns ist das neue Kundenportal kein Sprung in die digitale Welt – bereits 90 Prozent unserer Prozesse laufen digital. Unsere Kundinnen und Kunden mit einzubeziehen ist jedoch ein neuer Schritt – und das ist erst der Anfang! Und hier sind Sie gefragt: Schreiben Sie uns Ihre Ideen und Anregungen, wie wir unser Online-Angebot verbessern können: **vertrieb@stadtwerke-barth.de**. Wir freuen uns auf Ihr Feedback!

Foto: Evgeny Karandaev - iStock.com

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

der Spätsommer liegt in seinen letzten Zügen, das Jahresende wirft seine Schatten voraus. Zeit, auf die zahlreichen Open-Air-Termine zurückzublicken, bei denen wir mit vielen unserer Kundinnen und Kunden ins Gespräch kamen. Dafür sage ich Ihnen herzlich: danke schön. Mein Dank gilt auch allen Barther Firmen und Gewerbetreibenden, die durch ihre Unterstützung viele dieser Veranstaltungen erst möglich machten.

Unser Unternehmen freut sich ganz besonders, dass wir zum 1. September zwei neue Mitarbeiterinnen begrüßen durften, die sich in einer der nächsten Ausgaben unserer Kundenzeitschrift vorstellen werden. Wir konnten damit zwei große personelle Lücken schließen und wünschen beiden einen erfolgreichen Einstieg in die Energiewirtschaft.

Auf einen Termin möchte ich Sie ganz besonders hinweisen. Wir würden uns sehr freuen, Sie zur Eröffnung unserer Galerie und zum Verkaufsstart unseres Fotokalenders zu begrüßen. Einen kleinen Ein- und Ausblick finden Sie auf Seite 4.

Nach einer langen Testphase, in der wir besonderes Augenmerk auf den Schutz Ihrer Daten gelegt haben, geht unser neues Kundenportal endlich online. Mit nur wenigen Klicks können Sie sich registrieren. Achtung, schnell sein lohnt sich: Die ersten 100 angemeldeten Kundinnen und Kunden haben die Chance auf einen Energie-Gutschein.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit unserem Magazin.

Ihr Gerd Klingbeil
Leiter Vertrieb der Stadtwerke Barth GmbH

Per pedes durch den Norden

Zeit für eine Trinkpause! Ausreichend zu trinken ist beim Wandern besonders wichtig, am besten alle 30 Minuten einen viertel bis halben Liter.

Die Wanderlust treibt viele Menschen dazu an, sich zu Fuß die Natur und **UNBEKANNTE ORTE** zu erschließen. In Mecklenburg-Vorpommern bieten zahlreiche Routen abwechslungsreiche Ausblicke – auch ohne Bergpanorama.

Gehen ist die natürlichste Form der Fortbewegung für uns Menschen – und hält gesund. Denn Wandern verbrennt Kalorien, kräftigt die Muskulatur, verbessert die Ausdauer und stärkt durch den Aufenthalt in der Natur das Immunsystem.

Auch die Schönheit Mecklenburg-Vorpommerns lässt sich am besten zu Fuß erleben. Zahlreiche Tagestouren sowie Themen- und Erlebnispfade führen durch das Land – an Steilküsten vorbei, durch naturbelassene Wälder, Moor- und Heidelandschaften oder hübsche kleine Dörfer. Wer will, kann auf Pilger- und Fernwanderwegen auch weitwandern.

Von MV in die Welt

1969 gründete sich der Europäische Wandervereinigung e. V. (EWV), um ein grenzüberschreitendes europäisches Fernwegenetz mit völkerverbindendem Charakter zu schaffen. Heute gibt es insgesamt zwölf europäische Fernwanderwege, sogenannte E-Wege, die jeweils mindestens 500 Kilometer lang sind und durch mindestens drei europäische Länder führen. Neun davon verlaufen durch Deutschland, zwei von ihnen laden zwischen Ostsee und Seenplatte auch zum Wandern in Mecklenburg-Vorpommern ein. Wer auf diesen Wegen das europäische Ausland entdecken will, sollte sich vor dem Start der Tour ausführlich informieren: Da alle Strecken ausschließlich ehrenamtlich betreut werden, erfüllen nicht alle Abschnitte die gewünschten Qualitätsstandards bezüglich Wegführung und Markierung.

Eine weitere Möglichkeit, Mecklenburg-Vorpommern zu Fuß hinter sich zu lassen, bieten Pilgerwege – allen voran die Jakobswege, von denen es hierzulande insgesamt 30 gibt. Sie sind unterschiedlich lang, gehen ineinander über und lassen sich deshalb super miteinander verbinden. Der Jakobsweg in Norddeutschland, die Via Baltica, quert von Ost nach West die Bundesländer Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Bremen. Theoretisch können Wanderinnen und Wanderer aber auch über verschiedene Jakobswege von Nord- nach Süddeutschland und weiter über die Schweiz und Frankreich bis nach Spanien und nach Santiago de Compostela pilgern. Am Stück ist das wohl selten möglich – wer Lust darauf hat, kann sich einfach jedes Jahr eine neue Etappe vornehmen und am Zielpunkt der letzten Wanderung wieder starten.

Tipps für die Vorbereitung

Mehrere kleine Wanderungen helfen vor Beginn der Fernwanderung dabei, den Körper und die eigene Fitness besser einschätzen zu können. Wer seinen Rucksack dafür zur Probe packt und mitnimmt, merkt schnell, ob das Gewicht angemessen ist. Als Faustregel gilt: Der Rucksack sollte auf Mehrtagestouren nicht schwerer als 20 Prozent des eigenen Körpergewichts sein. Eine gute Vorbereitung ist aber auch in Bezug auf die Routenplanung essenziell: Es ist sinnvoll, sich vorab über Tourismusverbände und Wandervereine zu informieren, wie anspruchsvoll die geplante Route ist. Muss man schwindelfrei sein? Sind Streckenabschnitte aktuell gesperrt? Ist der Wanderweg zu allen Jahreszeiten sicher begehbar? Die Recherche hilft bei der Wahl der passenden Ausrüstung. Einsteiger sollten pro Stunde maximal 200 bis 300 Höhenmeter zurücklegen. Wanderungen ab 400 Höhenmetern pro Kilometer gelten als anspruchsvoll und sind nichts für Anfänger.

Natur schützen

Unterwegs sollten Wandernde die gekennzeichneten Wege nicht verlassen, um die Natur zu schützen. Wer abseits dieser läuft, zerstört möglicherweise am Boden wachsende Pflanzen und stört einheimische Tiere. Bei einer Begegnung mit Wildtieren sollten sich Wandernde ruhig verhalten und ihnen die Möglichkeit zur Flucht geben. In der Regel ziehen sich die Tiere dann zurück und suchen keine Konfrontation mit Menschen. Vorsicht ist allerdings bei Wildschweinsauen geboten, die mit ihren Frischlingen unterwegs sind. Wildschweine können sehr wehrhaft sein und Menschen angreifen, wenn sie sich bedroht fühlen.

Fotos: Erik Gross (r.), Felix Gaensicke (l.)

LUST AUF EINE WANDERUNG?

Egal ob barrierefrei, gut mit Bus und Bahn erreichbar oder aussichtsreich – im MV-Tourenportal finden Sie eine Tour, die zu Ihnen passt. Jetzt die nächste Wanderung planen:

Der Wolgastsee an der polnischen Grenze lädt auf dem Naturparkweg zu einer Pause ein.

WANDERTIPP: VOM NATURPARKWEG AUF DEN E9

Der Naturparkweg, die Inlandsroute des Europäischen Fernwanderweges E9 in Mecklenburg-Vorpommern, führt vom Schaalsee auf der Landesgrenze zu Schleswig-Holstein bis zum Stettiner Haff an der Ostseeküste. Wer will, kann von Mecklenburg-Vorpommern aus den Europäischen Fernwanderweg E9 bestreiten: Er ist ganzjährig begehbar und folgt der Küste von Frankreich, Belgien, Niederlande, Deutschland und Polen bis zur russischen Grenze. Detaillierte Infos zum Naturparkweg gibt's im MV-Tourenportal.

Foto: stock.adobe.com – Wosunan

Im ersten Halbjahr 2024 stammten sogar **65 Prozent** des bundesweit erzeugten Stroms erneuerbaren Energien.

Erneuerbare Energien liefern mehr als die Hälfte des Stroms

2023 HABEN ERNEUERBARE ENERGIEQUELLEN zum ersten Mal den Großteil des Stroms in Deutschland erzeugt, nämlich 56 Prozent. 2022 lag ihr Anteil noch bei etwa 46 Prozent. Windkraft war mit 31 Prozent der wichtigste Energieträger – ein Plus von 13,8 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Photovoltaik lieferte 11,9 Prozent, Biogas 6,2 Prozent und Wasserkraft 4,1 Prozent. Konventionelle Energien trugen nur noch 44 Prozent zur Stromerzeugung bei: 26,1 Prozent des Stroms kamen aus Kohle, 13,6 Prozent aus Erdgas. Kernenergie machte durch das Abschalten der letzten Kernkraftwerke im April 2023 nur noch 1,5 Prozent der eingespeisten Strommenge aus. Insgesamt wurden 2023 rund 11,8 Prozent weniger Strom ins Netz eingespeist als im Vorjahr. Ein wichtiger Grund: Durch die schwache Konjunktur war der Strombedarf der energieintensiven Industriezweige 2023 geringer. Zudem wurde mehr Strom aus dem Ausland importiert.

Heizung optimieren

ÄLTERE HEIZUNGSANLAGEN in größeren Wohngebäuden mit mindestens sechs Wohneinheiten müssen regelmäßig überprüft und bei Bedarf optimiert werden. Heizungen, die nach dem 30. September 2009 eingebaut wurden, fallen 15 Jahre nach der Montage unter die Prüfpflicht und müssen spätestens ein Jahr später untersucht worden sein. Wer also eine Heizung am 1. Oktober 2009 eingebaut hat, muss die Prüfung zum 30. September 2025 vorweisen. Eigentümerinnen und Eigentümer älterer Heizungen haben Zeit bis zum 30. September 2027. Wer Zeit und Geld sparen möchte, koppelt die Prüfung an einen ohnehin anstehenden Termin, etwa mit dem Schornsteinfeger.

ROHSTOFFQUELLE HANDYS

Rund 210 Millionen ausrangierte Smartphones lagerten 2023 in den Schubladen Deutschlands – mehr als doppelt so viele wie noch 2015. Würden die darin verbauten Metalle, etwa Gold, Kupfer und Nickel, sachgemäß recycelt, könnten sie rein rechnerisch zehn Jahre lang den Materialbedarf neuer Modelle abdecken. Das haben Forschende des Instituts der Deutschen Wirtschaft in Köln ermittelt.

RICHTIG RECYCELN
Recycling ist gut für Umwelt und Gesundheit: Die Kampagne „Plan E“ der Stiftung Elektro-Altgeräte Register (Stiftung ear) informiert über das richtige Entsorgen von Elektro-Altgeräten und nennt kostenfreie Abgabestellen.
mehr.fyi/e-schrott

Foto: stock.adobe.com – Smileus

Besseres Klima dank Pflanzenvielfalt

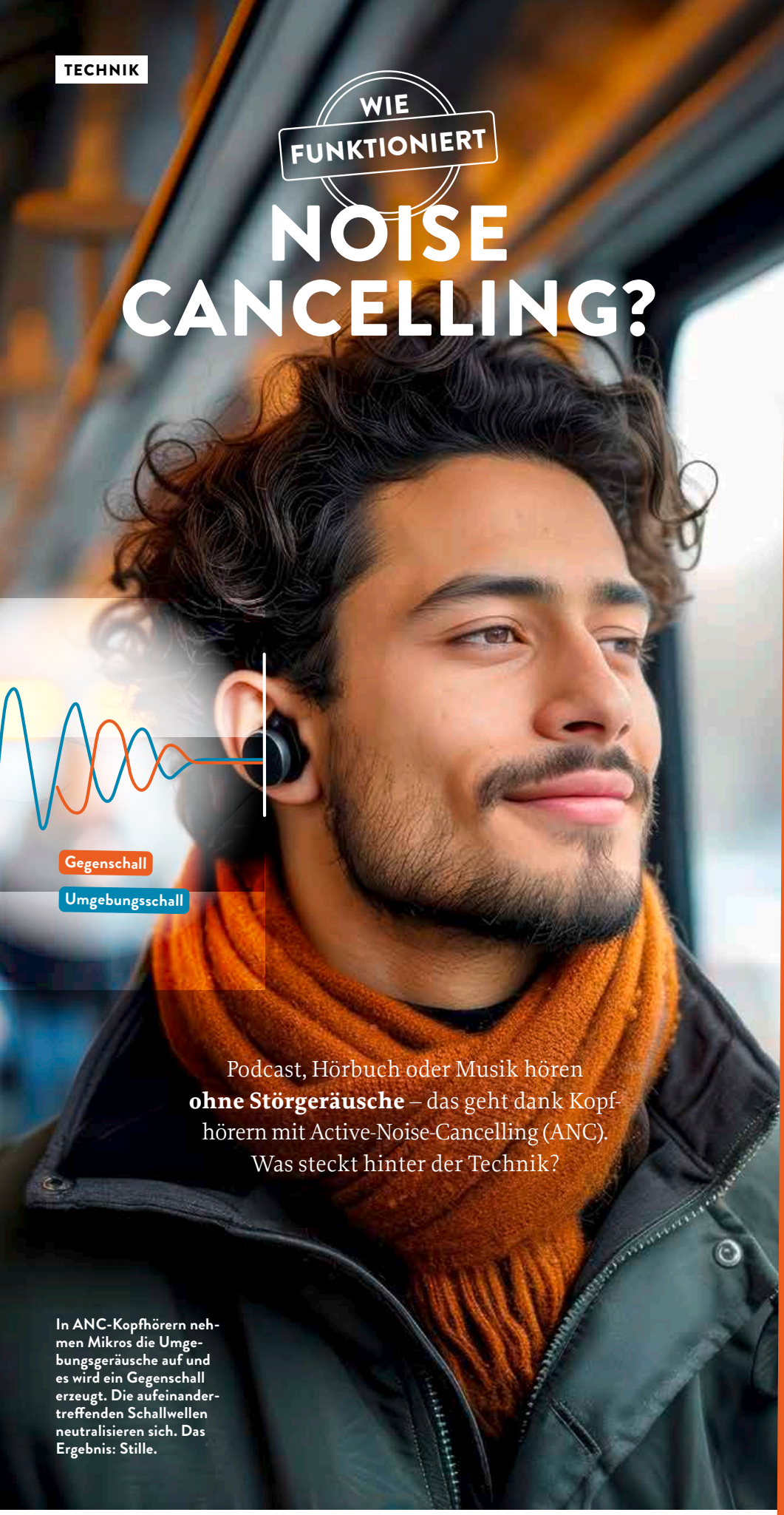
PFLANZEN WIRKEN SICH konkret auf das lokale Klima aus: Gut fünf Prozent der Temperatur oder des Niederschlags an einem Ort sind auf die Vegetation zurückzuführen. Das haben Forschende der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg herausgefunden. Entscheidend ist dabei, welche Pflanzen in welcher Menge in einem Ökosystem wachsen. Auch die Ökosysteme selbst machten einen Unterschied – beispielsweise, ob es sich um einen Laub- oder einen Nadelwald handelt. Größere Blätter lassen mehr Wasser verdunsten und binden gleichzeitig eine größere Menge an Kohlenstoff, so ein Ergebnis. Die Forschenden untersuchten Daten von 50 000 Standorten in Europa mit ganz unterschiedlicher Vegetation.

Foto: stock.adobe.com - Scott Murray/Austockphoto

BLITZE blitzen blitzschnell vom Himmel zur Erde? Nicht immer. Der längste jemals gemessene Blitz dauerte 17,1 Sekunden lang. Er leuchtete im Juni 2020 über Uruguay und dem nördlichen Argentinien. Der Blitz mit der längsten Ausdehnung entlud sich im gleichen Jahr zwischen den US-amerikanischen Bundesstaaten Texas, Louisiana und Mississippi über 768 Kilometer – das entspricht in etwa der Entfernung zwischen Rostock und dem Bodensee. 2022 war übrigens für Deutschland das Jahr mit den wenigsten Blitzen seit Beginn der Messungen. Am meisten krachte und donnerte es in Kempten im Allgäu. Besonders sicher vorm Himmelsgrollen war man in Brandenburg an der Havel.

WIE FUNKTIONIERT

NOISE CANCELLING?



Podcast, Hörbuch oder Musik hören **ohne Störgeräusche** – das geht dank Kopfhörern mit Active-Noise-Cancelling (ANC). Was steckt hinter der Technik?

In ANC-Kopfhörern nehmen Mikros die Umgebungsgeräusche auf und es wird ein Gegenschall erzeugt. Die aufeinandertreffenden Schallwellen neutralisieren sich. Das Ergebnis: Stille.

Der Bus fährt durch die malerische Landschaft – doch es fällt schwer, sich zu konzentrieren. Drinnen ist viel los: Nebenan telefoniert eine Frau lautstark mit ihrer Freundin, weiter hinten rufen Schüler wild durcheinander. Dabei möchte man nur eines: Ruhe! Dabei helfen Kopfhörer mit sogenanntem Active Noise Cancelling (ANC): Sie blenden lästige Umgebungsgeräusche nach dem Gegenschall-Prinzip aus. Dabei wird ein Schall aktiv durch anderen Schall ausgelöscht.

Schallwellen hören

Um zu verstehen, wie das funktioniert, muss man sich vergegenwärtigen, wie wir Geräusche hören. Dies lässt sich gut am Beispiel einer Gitarre erklären: Beim Spielen wird die schwingende Bewegung einer Saite über die Luft an unser Gehör transportiert. Das Gehirn interpretiert die feine Schwingung als Klang. Der Ton, den wir hören, ist also die Schallwelle der angeschlagenen Gitarrensaite.

Technologie mit Grenzen

In ANC-Kopfhörern nehmen kleine Mikrofone die Geräusche aus der Umgebung permanent auf. Die verbaute Elektronik analysiert die Schallwellen und erzeugt einen Gegenschall. Treffen beide Wellen aufeinander, neutralisiert sich das ursprüngliche Geräusch und es entsteht Stille. So kann man – egal ob im Zug, im Homeoffice oder im Fitnessstudio – die Außenwelt für eine Weile abschalten. Besonders gut funktioniert das bei tiefen Tönen, wie dem monotonen Brummen eines Flugzeugs. Bei hochfrequenten oder sehr unregelmäßigen Geräuschen kommt die Technik dagegen an ihre Grenzen.

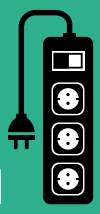
Ohren auf im Straßenverkehr

ANC-Kopfhörer gibt es als Over- oder In-Ear-Kopfhörer. Wichtig ist, dass sie gut sitzen. Over-Ear-Modelle sollten die Ohren vollständig umschließen. Praktisch sind Kopfhörer mit Transparenzmodus: Damit lassen sich Geräusche aus der Umgebung bei Bedarf rasch wieder einblenden. Manchmal ist das ratsam: etwa im Straßenverkehr, um herannahende Gefahren rechtzeitig zu hören. Noch besser: Auf der Straße ganz auf Kopfhörer verzichten!

Foto: midjourney

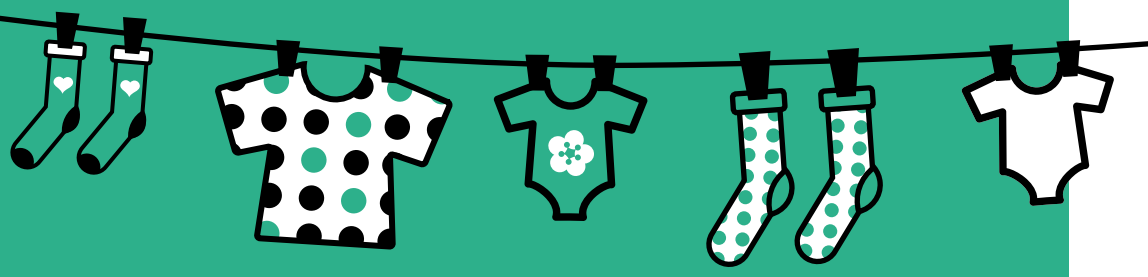
Günstig *Energie* sparen

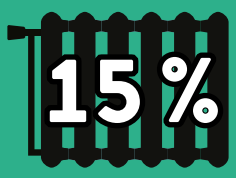
Zu Hause Energie zu sparen, muss nicht teuer sein. **SECHS SPARTIPPS,** die gar nichts oder wenig kosten, aber eine Menge bringen.



STECKERLEISTE STATT STECKDOSE

Egal ob Smart-TV, Computer oder Stereoanlage: Was im Stand-by-Betrieb läuft, zieht unnötig Strom. Die Lösung: vom Netz nehmen, was nicht benötigt wird. Am einfachsten funktioniert das mit einer Steckerleiste. Sind alle Geräte eingesteckt, müssen Sie nur den Ausschaltknopf drücken und schon unterbindet die Leiste die Stromzufuhr.





So viel mehr **ENERGIE** kostet es, wenn sich Luft in Heizkörpern befindet. Daher regelmäßig entlüften, wenn es pfeift oder gluckert.

RESTWÄRME NUTZEN

Beim Kochen und Backen lässt sich eine Menge Energie sparen. Etwa, indem Sie aufs Vorheizen des Backofens verzichten. Oder nach dem Abschalten die Restwärme von Ofen und Herd nutzen. Verwenden Sie außerdem einen Wasserkocher. Das ist energiesparender, als Wasser auf dem Herd aufzukochen.

AN DIE LEINE

Wäschetrockner verbrauchen rund acht Prozent der Energie im Haushalt. Doch es gibt eine kostenlose und platzsparende Alternative: Hängen Sie Ihre Wäsche auf einem zusammenklappbaren Wäscheständer oder an einer Leine auf. Im Sommer trocknet sie auf dem Balkon oder im Garten von allein. Geht es nicht ohne Trockner – etwa in einer Mietwohnung ohne Balkon und Wäschekeller – achten Sie beim Kauf auf Effizienzklasse A, zuvor gut geschleuderte Wäsche und eine volle Beladung.

SCHLAFEND ENERGIE SPAREN

Wenn wir schlafen, benötigt unser Körper nicht dieselbe Wärmemenge wie am Tag. Drehen Sie die Heizung daher nachts im Schlafzimmer auf 15 bis 18 Grad runter. So fällt das Einschlafen leichter und Ihr Schlaf ist tiefer und erholsamer. Auch in den anderen Zimmern empfiehlt sich eine raumweise Temperierung: Im Wohnzimmer sind 20 Grad angemessen, in der Küche 18 bis 20 Grad, im Bad 23 Grad, im Kinderzimmer 20 bis 22 Grad. Im Flur reichen 16 Grad.

DUSCHEN STATT BADEN

Warmwasser sparen lohnt sich gleich doppelt: Neben dem Wasser- sinkt der Energieverbrauch, um das Wasser zu erhitzen. Allein das Duschen macht rund drei Viertel des Warmwasserverbrauchs aus. Unter der Dusche gibt es zwei Einsparoptionen: kürzer duschen oder die Durchflussmenge begrenzen. Das geht ganz einfach mit einem Sparduschkopf, der dem Wasser Luft beimischt und den Warmwasserverbrauch um bis zu 50 Prozent senkt.

DER STROM FLIESST WEITER

Der Strombedarf wird künftig deutlich steigen. Um einer Überlastung des Netzes vorzubeugen, dürfen Verteilnetzbetreiber den Strom seit diesem Jahr bei **WÄRMEPUMPEN UND ELEKTROAUTOS** zeitlich befristet drosseln. Sorgen machen müssen sich Verbraucher deshalb aber nicht.

Bis 2030 sollen nach den Plänen der Bundesregierung mindestens 15 Millionen Elektroautos auf Deutschlands Straßen fahren. Private Ladestationen – sogenannte Wallboxen – werden somit deutlich zunehmen. Seit 1. Januar dieses Jahres sollen außerdem jährlich 500 000 neue Wärmepumpen bundesweit installiert werden. Für die Verteilnetze bedeutet dieser steigende Strombedarf Stress. Die Konsequenz: Sie müssen ausgebaut werden, damit es nicht zu einer Überlastung kommt. Doch das Ausbautempo kann mit dem geplanten Zuwachs von Wallbox, Wärmepumpe und Co. bislang nicht mithalten.

Ein Grund zur Sorge für Verbraucher? Nein. Mit der Digitalisierung der örtlichen Verteilnetze lassen sich Engpässe verhindern. Sie ermöglicht es, die Anlagen in akuten Ausnahmesituationen, etwa wenn Schaden für das Stromnetz droht, zeitweise herunterzufahren. Nach welchen Regeln das abläuft, hat die Bundesnetzagentur mit der Novelle §14a des Energiewirtschaftsgesetzes (EnWG) neu definiert. Darin ist festgelegt, wie sich die Versorgungssicherheit gewährleisten lässt, ohne dass Anlagen komplett abgeschaltet werden müssen.

Was heißt das für mich?

Die Regelung gilt für Betreiber von Wallboxen, Wärmepumpen und anderen so genannten steuerbaren Verbrauchern wie Stromspeichern oder Klimageräten – vorausgesetzt, sie erreichen eine elektrische Anschlussleistung von mindestens 4,2 Kilowatt (kW). Ein Vorteil für Betreiber: Wer seit 1. Januar 2024 eine solche Anlage installieren will, hat das Recht, vom Netzbetreiber unmittelbar ans Netz angeschlossen zu werden. Im Gegenzug darf der Netzbetreiber die steuerbaren Verbraucher kurzfristig drosseln, wenn eine konkrete Überlastung im Netz droht – allerdings darf die reduzierte Leistung 4,2 kW nicht unterschreiten. Das heißt, die Geräte laufen mit weniger Leistung weiter. Der gewöhnliche Haushaltsstrom für Kühlschrank, Waschmaschine oder Backofen ist davon aber nicht betroffen. Der Netzbetreiber darf diese Geräte auf keinen Fall abschalten oder „dimmen“.

Wird die Leistung einer Ladestation auf 4,2 kW heruntergefahren, lässt sich ein Elektroauto gewöhnlich innerhalb von zwei Stunden für eine Reichweite von rund 50 Kilometer aufladen. Auch Wärmepumpen heizen weiter, denn über ihren Zwischenspeicher erzeugen sie ausreichend Wärme. Ohnehin dürfen Netzbetreiber den Strom nur in Notfallsituationen „dimmen“ – und dann auch nur für kurze Zeit. „Wir rechnen damit, dass Eingriffe des Netzbetreibers die zwingende Ausnahme bleiben“, unterstreicht Klaus Müller, Präsident der Bundesnetzagentur.

Finanzielle Entschädigung

Ein weiterer Vorteil: Betreiber haben Anspruch auf reduzierte Netznutzungsentgelte – egal, ob sie gedimmt werden oder nicht. Es stehen zwei Modelle zur Auswahl. Variante 1: eine pauschale Vergütung pro Jahr, die je nach Wohnort zwischen 110 und 980 Euro beträgt. Oder Variante 2: Der Arbeitspreis pro Kilowattstunde reduziert sich um 60 Prozent. Hier ist ein zusätzlicher Zähler für die Anlage erforderlich, der diesen Strom extra bemisst. Ab 1. April 2025 kommt Variante 3 hinzu, die mit Variante 1 kombiniert wird und bei der die Netzentgelte je nach Auslastung des Stromnetzes steigen oder sinken. Man spricht hier von dynamischen Netzentgelten, die das netzdienliche Verhalten der steuerbaren Verbraucher belohnen sollen.

Übrigens: Die Festlegung des §14a EnWG gilt nur für neu installierte Anlagen. Für Bestandsanlagen wird eine großzügige Übergangsfrist bis 31. Dezember 2028 gewährt. Eine Ausnahme: Es gibt bereits eine Vereinbarung mit dem Netzbetreiber zur Steuerung. Nachtspeicherheizungen sind von den Regelungen übrigens komplett ausgenommen. Betreiber von steuerbaren Verbrauchern können freiwillig in die neue Regelung wechseln. Ein Zurück ist anschließend jedoch nicht mehr möglich.

Was muss ich machen, damit ich vom §14a EnWG profitieren kann?

Wer seit 1. Januar 2024 eine Wärmepumpe, Wallbox und Co. mit einer elektrischen Anschlussleistung von mindestens 4,2 kW in Betrieb genommen hat oder dies plant, wird automatisch vom Elektroinstallateur beim Netzbetreiber angemeldet. Letzterer wiederum informiert den Lieferanten, der die reduzierten Netzentgelte auf der Stromrechnung vermerkt.

Fotos: stock.adobe.com – VectorBum

POWER-DUO

Sie lieben Brokkoli und Blumenkohl? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Mit unseren **einfachen Rezepten** steht Ihr Lieblingsgemüse im Handumdrehen auf dem Tisch.

BUDDHA-BOWL

DIE ZUTATEN SIND AUSTAUSCHBAR, WIE MAN ES MAG.

Zutaten für 4 Personen:
- 200 g Brokkoli
- ½ l Wasser, Salz
- 300 g Hähnchenbrustfilet, Salz, Pfeffer
- 3 EL Sesamöl
- 200 g braune Champignons
- 2 EL Sesamöl
- je 150 g Quinoa und Kichererbsen, gegart
- 2 rote Paprikaschoten, 2 Tomaten, 2 Möhren, 4 Eier, hart gekocht, 1 Avocado
- 200 g Naturjoghurt, 2 EL Olivenöl, 1 EL Sojasoße, Salz, Pfeffer
- 2 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten, 2 TL Sesamsaat, 1 Stängel Koriander, gehackt

1. Brokkoli in kleine Röschen schneiden.
2. Wasser mit Salz ankochen, Brokkoli ins Wasser geben und 5 Minuten fortkochen. Mit kaltem Wasser abschrecken.
3. Hähnchenbrust mit Salz und Pfeffer würzen, Öl erhitzen, Hähnchen von beiden Seiten 5 Minuten braten und in Streifen schneiden.
4. Pilze in Viertel schneiden.
5. Öl erhitzen und Pilze darin anbraten.
6. Quinoa und Kichererbsen in eine Bowl geben.
7. Paprika halbieren, Kerne entfernen und in Würfel schneiden, Tomaten in Achtel und Möhren in feine Würfel schneiden, Eier schälen und halbieren, Avocado halbieren, Fruchtfleisch aus der Schale heben und in Scheiben schneiden. Alles auf Quinoa und Kichererbsen geben. Brokkoli, Hähnchenbrust und Pilze darauf verteilen. Joghurt mit Öl, Sojasoße, Salz und Pfeffer verrühren. Über die Zutaten gießen. Frühlingszwiebelringe, Sesam und Koriander darüberstreuen.

Zubereitungszeit:
40 Minuten

Fotos: Evi Ludwig, Marko Godec

Blumenkohl und Brokkoli sind die Stars im Gemüseregal. Beide Kohlsorten stecken voller Vitamine und Mineralstoffe und sind vielseitig einsetzbar.

ALS KAVIAR-ALTERNATIVE BIETET SICH GRAVEDLACHS AN.

BLUMENKOHL-BLINIS MIT LACHSFORELLEN-KAVIAR

Zutaten für 6 Personen

- 150 g Pellkartoffeln (mehlig kochend)
- 250 g Blumenkohl
- 500 ml Wasser, Salz
- 2 Eigelb
- 10 g Hefe, 75 ml lauwarmes Wasser, 100 g Mehl
- 2 Eiweiß, Salz, Pfeffer, Muskat
- 3 EL Öl zum Braten
- 150 g Crème fraîche mit Kräutern
- 50 g Kaviar von der Lachsforelle oder Gravedlachs

Zubereitungszeit:
40 Minuten

1. Kartoffeln pellen und zerdrücken.
2. Blumenkohlröschen in kochendes Salzwasser geben, aufkochen, ca. 15 Minuten fortkochen, Wasser abgießen und Blumenkohl pürieren.
3. Eigelbe mit Kartoffel- und Blumenkohlpüree verrühren.
4. Hefe mit Wasser glatt rühren und mit dem Mehl unter die Gemüsemischung rühren.
5. Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen, unter die Masse heben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zugedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.
6. Öl erhitzen, Blinis (Ø ca. 7 cm) braten
7. Blinis mit je einem Esslöffel Crème fraîche und Kaviar oder Gravedlachs anrichten. Lauwarm servieren.

RÄTSELN UND GEWINNEN

Die Buchstaben aus den farbig umrandeten Kästchen der Reihenfolge nach rechts eintragen und fertig ist das Lösungswort.

Einsendeschluss ist der
10. November 2024

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 2/2024:
Torlinie

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

SATTER SOUND

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen **KABELLOSEN KOPFHÖRER** von Teufel mit aktiver Geräuschunterdrückung für intensives Hören.

ACTIVE NOISE CANCELLING, kurz ANC, macht Ihre Songs, Serien oder Video-Konferenzen zu einem besonderen Klang-Erlebnis: Störende Umgebungsgeräusche in Bus, Bahn oder im Büro werden einfach ausgeblendet. Sorgen Sie für Ruhe und schalten Sie ab mit den In-Ear-Kopfhörern „AIRY TWS 2“ von Teufel. Die ANC-Funktion lässt sich leicht deaktivieren, wenn Sie zum Beispiel im Straßenverkehr unterwegs sind. Die kabellosen Kopfhörer werden über Bluetooth mit Ihren Geräten verbunden. Drei Mikrofone je Seite sorgen für eine hohe Sprachqualität. Ein Regenschauer macht den kleinen Begleitern nichts aus, da sie mit einem Spritzwasserschutz ausgestattet sind. Die Akkus garantieren bis zu neun Stunden satten Sound.

Foto: Teufel GmbH

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 Andrea Melichar und Birgit Wiedemann, trurnit GmbH, Friesenweg 5/1, 22763 Hamburg **Druck:** Bonifatius GmbH, Paderborn

Druckprodukt mit finanziellem Klimabeitrag
ClimatePartner.com/53323-2301-1004