

# EWAG aktuell

EWAG aktuell

Miträtseln  
und zwei  
Wetterstationen  
gewinnen!

## VERKEHRSWENDE

Elektromobilität, Car-Sharing, ÖPNV: Wo steht der Verkehr in der Energiewende?

## ABSCHIED NACH 40 JAHREN

EWAG-Urgestein Georg Streit ist in den wohlverdienten Ruhestand gegangen.

## In gutem Licht

Licht schafft Atmosphäre. Aber worauf kommt es bei einer gelungenen **Beleuchtung** zu Hause an? Und welches Licht gehört wohin?

# ZÄHLERABLESUNG: BITTE MITHELFFEN

**ALLE JAHRE WIEDER:** Im Dezember steht wieder die Ablesung Ihrer Strom- und Wasserzähler an.

Die Verteilnetze Energie Weißenhorn GmbH & Co. KG (VNEW), die als Messstellenbetreiberin und Tochtergesellschaft der EWAG für die Zählerstandserfassung zuständig ist, lässt dieses Jahr überwiegend wieder durch die Ortsbeauftragten ablesen. Start ist dieses Mal am 11. Dezember. Bis zum 5. Januar 2024 sollten uns die Daten vorliegen.

Einen Teil der Kundinnen und Kunden der VNEW bitten wir aber auch dieses Jahr wieder darum, selbst auf die Zähler zu schauen. Sollten Sie zu diesem Kreis gehören, bekommen

Sie rechtzeitig eine Ablesekarte per Post zugesandt. Wichtig: Denken Sie an den 5. Januar 2024 als letzten Abgabetermin. Sonst muss Ihr Verbrauch rechnerisch ermittelt werden.

Bitte übermitteln Sie Ihre Zählerstände, wie auf der Ablesekarte vorgegeben, unter Angabe Ihrer Zählernummer, bevorzugt über diese Wege:

**Telefon** → (0 73 09) 4 01 44 – 20

**Fax** → (0 73 09) 38 81

**E-Mail** → [info@vnew-weissenhorn.de](mailto:info@vnew-weissenhorn.de)

**Website** → [www.vnew-weissenhorn.de](http://www.vnew-weissenhorn.de)



Foto: EWAG

## ACHTUNG VOR UNSERIÖSEN ANRUFRERN

**DIE EWAG WARNT:** Immer wieder versuchen unseriöse Stromverkäufer, die Verunsicherung vieler Bürgerinnen und Bürger durch die Energiekrise auszunutzen. Am Telefon geben sie vor, im Auftrag der Elektrizitätswerk Weißenhorn AG zu handeln. Mal geben die angeblichen Stromverkäufer an, man brauche die Daten, um Entlastungszahlungen oder Rückzahlungen einzuleiten, oder behaupten, günstigere Konditionen anbieten zu können. Das entspricht nicht den Tatsachen! Im anschließenden Gespräch versuchen die Anrufer, sensible Daten wie Kunden- und Zählernummer zu erfragen. Mit den ergatterten Daten leiten die Anrufer dann beispielsweise einen ungewollten Anbieterwechsel ein.

Wir warnen eindringlich davor, am Telefon Daten zu bestehenden Stromverträgen oder zu den Zählern (z. B. Zählernummer) durchzugeben. Bereits mit wenigen solcher Informationen können die Anrufer einen Wechsel einleiten oder ungewollte Verträge in Ihrem Namen abschließen.

Wer unsicher ist, ob ein Anruf wirklich von der EWAG kommt, sollte das Telefonat sofort beenden und sich an den Kundenservice wenden: per E-Mail an [kundenservice@ewag-weissenhorn.de](mailto:kundenservice@ewag-weissenhorn.de) oder telefonisch unter (0 73 09) 96 10 – 0.

## Anmelden fürs Carsharing

**EINFACH MOBIL SEIN** ist jederzeit möglich mit dem Weißenhorner Carsharing! Wer selbst kein (E-)Auto besitzt, kann mit der EWAG und ihren Partnern ganz einfach den zukunftsweisenden Service nutzen. Zwei Autos stehen für Sie bereit. Nutzen Sie unsere flotten Flitzer. Einer davon fährt mit Strom, genau dann, wenn Sie auch wirklich ein Auto benötigen. Gleich informieren und anmelden unter

[www.ewag-weissenhorn.de/e-mobilitaet](http://www.ewag-weissenhorn.de/e-mobilitaet)

Mehr Infos über Carsharing in Deutschland und den aktuellen Stand der Verkehrswende lesen Sie außerdem auf Seite 10/11 in dieser Ausgabe.



Foto: EWAG





Fotos: EWAG

## Bald ist Einzug

**IM FRÜHJAHR** heißen Sie die Beschäftigten der EWAG und der VNEW in neuen Räumlichkeiten willkommen – unser Neubau ist nahezu bezugsfertig. Der 565 Quadratmeter große Bau auf dem Betriebsgelände, in dem auch das Kundenzentrum untergebracht sein wird, wurde zukunftsorientiert als KfW-40-Effizienzhaus mit höchsten Anforderungen gebaut. Im Erdgeschoss wird dann die Bauherrin und Eigentümerin des Gebäudes, die VNEW, untergebracht sein – im ersten Stock ist die EWAG zuhause. Aktuell geht es an die Fertigstellung des Innenbaus und der Außenanlagen. Nach dem Umzug wird ein Teil des bisherigen Verwaltungsgebäudes abgerissen.

## Nachts jetzt günstiger

**WISSEN SIE**, dass es auch für Schwachlasttarife einen Preisdeckel bzw. eine Strompreisbremse gibt? Wer einen Zweitarifzähler im Keller hat und dessen Stromkosten mit einem Schwachlasttarif abgerechnet werden, erhält rückwirkend zum 1. August dieses Jahres eine finanzielle Entlastung ausbezahlt. Der Deckelbetrag für Schwachlasttarife (Strombezug von 22 bis 6 Uhr) liegt bei 28 Cent je Kilowattstunde (max. 30 000 kWh/Jahr). Die Entlastung der Strompreisbremse für Zweitarifzähler wird den EWAG-Kundinnen und Kunden mit der Jahresendabrechnung Mitte Januar 2024 gutgeschrieben.



**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.

# IM BESTEN LICHT





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?

### 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. ■

## WELCHES LICHT GEHÖRT WOHNIN?



### 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.

# ABSCHIED NACH

Nach über vier Jahrzehnten bei der EWAG ist **Georg Streit jetzt in den Ruhestand** verabschiedet worden. Wir sagen von Herzen danke! Und seiner Nachfolgerin Jana Huber – hallo!

**G**eorg Streit feierte bei schönstem Sommerwetter sein 40-jähriges Dienstjubiläum bei der Elektrizitätswerk Weißenhorn AG. Und nahm gleichzeitig seinen Abschied in den wohlverdienten Ruhestand.

EWAG-Vorständin Barbara Sedlatschek bedankte sich beim Jubilar von Herzen für seine tolle Arbeit: „Lieber Georg, deine Zuverlässigkeit war stets unübertroffen. Kundenfreundlichkeit stand bei dir stets an allererster Stelle. Du hast mit wahrlich außergewöhnlicher Geduld, Kompetenz und Charme die EWAG-Kundinnen und Kunden beraten und betreut. Es war

dir immer eine Herzensangelegenheit. Danke dafür!“

## **Gelernter Elektroinstallateur**

Ins Berufsleben gestartet war Georg Streit dereinst mit einer Ausbildung zum Elektroinstallateur bei der Firma Elektro Wanner in Neu-Ulm. Zum 1. Januar 1983 kam er in eben dieser Funktion zur EWAG und war außerdem als Stromabrechner tätig. „Mit insgesamt 40 Jahren und fünf Monaten, die du für die

EWAG gearbeitet hast, bist du ein echtes Urgestein. Und bist doch in all der Zeit allzeit loyal, hilfsbereit und bewundernswert ruhig geliebt, auch wenn es mal stürmisch wurde“, führte Sedlatschek weiter aus.

## **Ruhepol in schwierigen Zeiten**

Als Beispiel nannte sie etwa die Stromio-Pleite 2021 und den großen Kundenansturm in den darauf folgenden beiden Jahren. Streit absolvierte außerdem kontinuierliche diverse Hausbesuche zur eingehenden Kundenberatung. „Zwei große Ziele hast du dir gesteckt, die du erreichen wolltest, bevor du in den Ruhestand gehst:



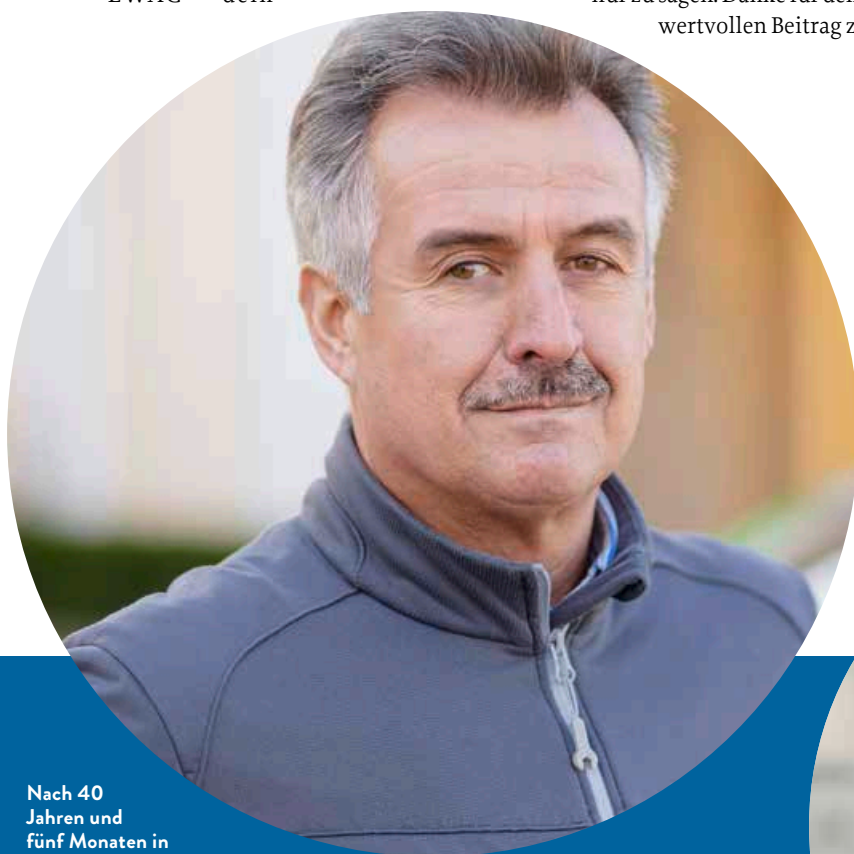
Immer nah dran am Kunden: Georg Streit (links) war die umfassende Beratung und Betreuung der EWAG-Kundinnen und Kunden eine Herzensangelegenheit.

# 40 JAHREN

Zum einen den Grundversorgerstatus in Roggenburg zu bekommen – das haben wir 2022 erreicht. Zum anderen war dein Ziel, mehr als 6.000 Privatkunden zu gewinnen: Aktuell verzeichnen wir nahezu 7.000 bei der EWAG – dein

Ziel haben wir also ebenfalls erreicht“, so Barbara Sedlatschek weiter. „Du hast glücklicherweise in guten wie in stressigen Zeiten dein Lachen nie verloren und meistens alles mit Humor nehmen können. Da bleibt mir abschließend nur zu sagen: Danke für deinen wertvollen Beitrag zum

Erfolg der EWAG! Danke, dass du das E-Werk mit deinem Engagement bereichert hast!“, schloss Sedlatschek ihre Rede anlässlich des Jubiläums ab. Der Jubilar will jetzt die wohlverdiente freie Zeit mit der Familie genießen und mit seiner Frau im Wohnmobil völlig neue Orte in Süddeutschland, Italien und vielleicht sogar darüber hinaus erkunden. ■■■



Nach 40 Jahren und fünf Monaten in Diensten des E-Werks ging Georg Streit in den wohlverdienten Ruhestand.

## WILLKOMMEN

### Jana Huber im EWAG-Vertriebsteam

Die Nachfolge von Georg Streit im Vertriebsteam der EWAG hat Jana Huber übernommen. Die gelernte Industriekauffrau aus Vöhringen war zuletzt als Assistenz der Verkaufsleitung und Büroleitung bei einem Lebensmitteldiscounter tätig.



Seit diesem Jahr verstärkt Jana Huber den Vertrieb der EWAG.

# 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.

**F**ossile 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.



## OBERFLÄCHENNAHE GEOTHERMIE

Sole-Wasser-Wärmepumpen gewinnen Energie über Erdwärmekollektoren, die in ein bis zwei Meter Tiefe im Garten verlegt werden. Oder über Erdsonden, die bis zu 100 Meter tief reichen.

Je tiefer man bohrt, desto heißer wird es: etwa drei Grad mehr je 100 Meter Tiefe.

Zusätzlichen Schub, um die Wärme-wende 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 7.000 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 5.000 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.

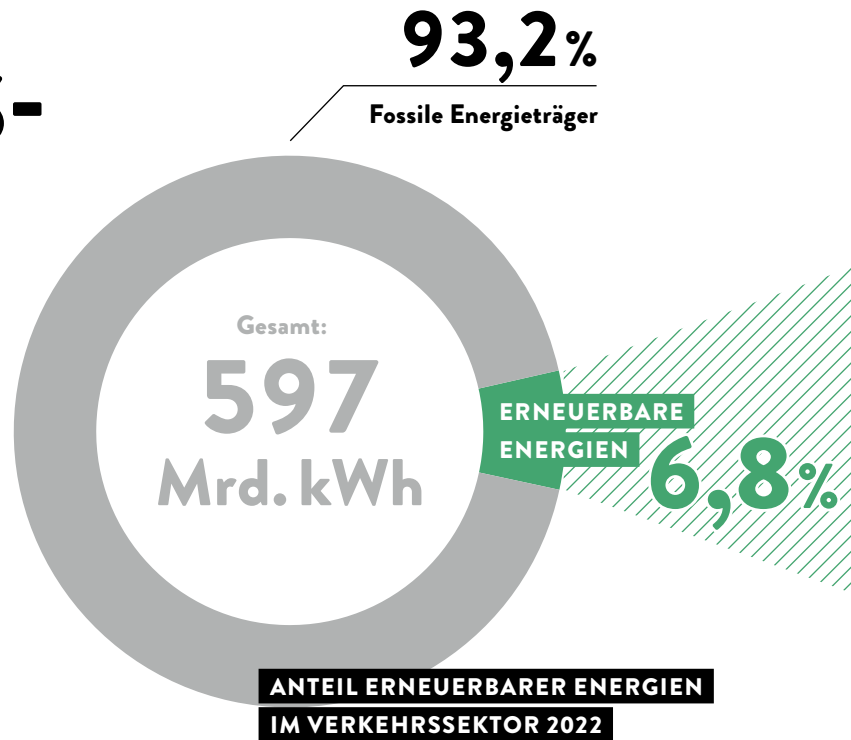
Erdwärme aus Tiefengeothermie kann Wärmenetze speisen und ganze Stadtviertel mit Heizwärme versorgen. Liegt das Temperaturniveau hoch genug, lässt sich mit einem Geothermiekraftwerk auch gleichmäßig übers ganze Jahr Strom erzeugen.

### Es gibt auch Risiken

Allerdings hat besonders die tiefe Geothermie auch Nachteile. Bohrungen in mehreren Kilometern 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. ■

# VERKEHRS- WENDE IM SCHNELL- CHECK

Elektromobilität, Car-Sharing, Fahrten mit Bus und Bahn:  
Wo steht Deutschland bei der **Energiewende im Verkehr?**



Von knapp 600 Milliarden Kilowattstunden sind nur 40 Milliarden grün. Fossile Energieträger dominieren mit gut 93 Prozent.

**D**er Verkehrssektor ist, neben dem Gebäudesektor, das Sorgenkind der Energiewende. Er trägt aktuell knapp 20 Prozent zu den Gesamtemissionen in Deutschland bei. Seit über 30 Jahren liegt der Treibhausgasausstoß konstant zwischen 150 und 160 Millionen Tonnen pro Jahr. Bis 2030 muss dieser Betrag um 55 Prozent sinken. Und 2045 dürfen überhaupt keine klimaschädlichen Emissionen mehr in die Luft geblasen werden.

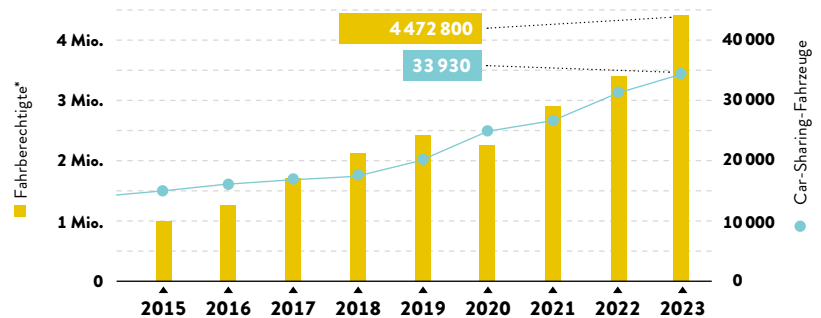
Doch bislang stockt der Umbau hin zu einer klimafreundlichen Mobilität. Der Anteil erneuerbarer Energien am Endenergieverbrauch liegt nur bei 6,8 Prozent. Um hier Fortschritte zu erzielen, braucht es unter anderem mehr Elektroautos. Inzwischen rollen über eine Million über die Straßen. Ziel sind 15 Millionen E-Autos im Jahr 2030.

Doch auch das reicht nicht aus für eine Verkehrswende. Die Zahl der privaten Kraftfahrzeuge muss sinken, etwa mit Car-Sharing. Hier mietet man sich bei Bedarf ein Auto. Der private Verkehr sowie der wachsende Straßengüterverkehr müssen auf Bus und Bahn verlagert werden. Sie sind wesentlich klimafreundlicher als Autos und Lkw. ■

Quellen: Umweltbundesamt; tagesschau.de

## BOOM BEI CAR-SHARING

Anfang Januar 2023 waren in Deutschland knapp 4 500 000 Fahrberechtigte zum Car-Sharing angemeldet. Das waren etwa viereinhalbmal so viele wie 2015.

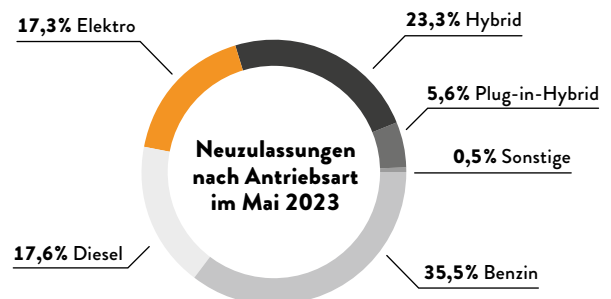


\* Nicht überschneidungsfrei – Fahrberechtigte, die sich bei mehreren Anbietern angemeldet haben, werden mehrfach gezählt.

Quelle: Bundesverband CarSharing e. V., Stand: 01.01.2023

## ELEKTROAUTOS HOLEN AUF

Knapp die Hälfte aller im Mai 2023 neu zugelassenen Autos sind Stromeer



Quelle: Kraftfahrt-Bundesamt, Rundungsbedingte Differenzen möglich



21%

Bioethanol

3%

Biomethan

15%

erneuerbarer Strom

0,1%

Pflanzenöl

61%

Biodiesel<sup>1</sup>

Erneuerbare:  
**40,4**  
Mrd. kWh

<sup>1</sup>Verbrauch von Biodiesel im Verkehrssektor (ohne Land- und Forstwirtschaft, Baugewerbe und Militär)

Quelle: Umweltbundesamt, Stand 02/2023

**ZAHL DER ELEKTROAUTOS  
IN DEUTSCHLAND**

Von den rund 50 Millionen zugelassenen Autos in Deutschland fahren rund drei Prozent elektrisch.

Anteil am Pkw-Bestand  
**2,8%**

**1 400 000**

Stand: 30.09.2023

0,1%



2017

**55 000**

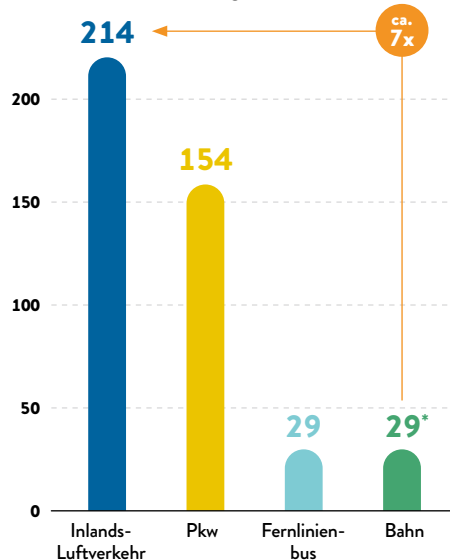
Im Jahr 2017 lag der Anteil noch bei 0,1 Prozent – rund 20-mal weniger.

Quelle: Kraftfahrt-Bundesamt

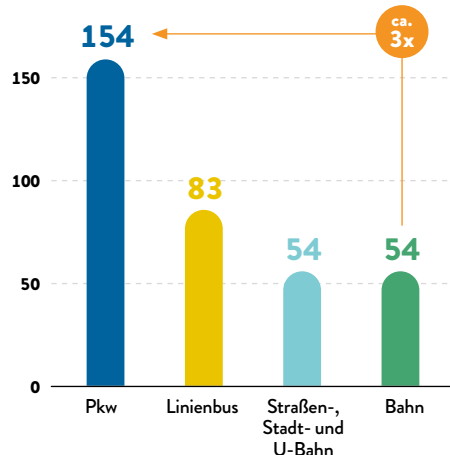
**TREIBHAUSGASEMISSIONEN**

Ob im Fern- oder Nahverkehr: Mit der Bahn reisen die Menschen am klimafreundlichsten.

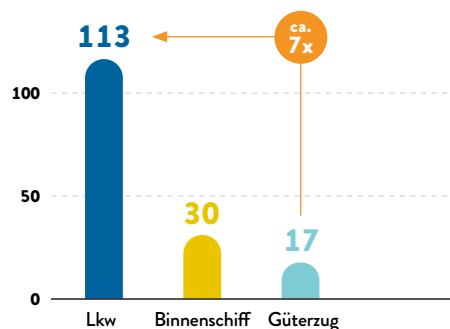
**Personen-Fernverkehr**  
Treibhausgasemissionen in Gramm pro Personenkilometer (g/Pkm) 2019



**Personen-Nahverkehr**  
Treibhausgasemissionen in g/Pkm 2019



**Güterverkehr**  
Treibhausgasemissionen in g/Pkm 2019



\* Bei Annahme des durchschnittlichen Strommixes in Deutschland (42% erneuerbare Energien). Mit tatsächlichem Strommix in Fernverkehr (100% erneuerbare Energien): unter 1 Gramm pro Personenkilometer

Quelle: Allianz pro Schiene | 08/2021 | mit Material vom Umweltbundesamt



# DA geht NOCH WAS!

Energie wird immer teurer. Da hilft nur Sparen. Aber klappt das auch im Alltag? Unser Bildredakteur Alexander hat die gängigen **ENERGIESPARTIPPS** zu Hause ausprobiert – mit erstaunlichem Ergebnis.

Jeder sucht momentan nach Wegen, Energie zu sparen. Ich habe meine Drei-Zimmer-Wohnung schon vor einigen Jahren mit LED-Lampen ausgestattet und die Dichtungen der Zimmertüren erneuert. Außerdem ziehe ich nachts die Rollläden runter, um die Wärme in den Räumen zu halten und spare Wasser beim Zähneputzen oder Händewaschen. Da sollte meine Energiebilanz doch ganz gut sein, oder?

Das möchte ich genauer wissen und mache den Vergleich: Zwei Wochen lang messe ich meinen Energieverbrauch ganz genau. In der ersten Woche verhalte ich mich wie sonst auch, in der zweiten spare ich Energie, wo es nur geht. Ein großes Thema ist natürlich das Warmwasser:

Immerhin macht es im Schnitt 15 Prozent des Energieverbrauchs in Haushalten aus. Ich prüfe zunächst alle Perlatoren, also die kleinen Siebeinsätze, die am Ablauf der Wasserhähne sitzen. Sie begrenzen den Wasserdurchfluss – allerdings unterschiedlich stark. Denn nicht jeder Wasserhahn ist bereits mit einem besonders wassersparenden Modell ausgerüstet. Da geht noch was!

Dass anschließend weniger Wasser durch den Hahn fließt, fällt nicht auf. Der Wasserstrahl wird mit Luft vermischt und sieht optisch genauso üppig aus wie vorher – dabei rauschen statt elf Litern nur noch knapp vier Liter pro Minute in den Abfluss.

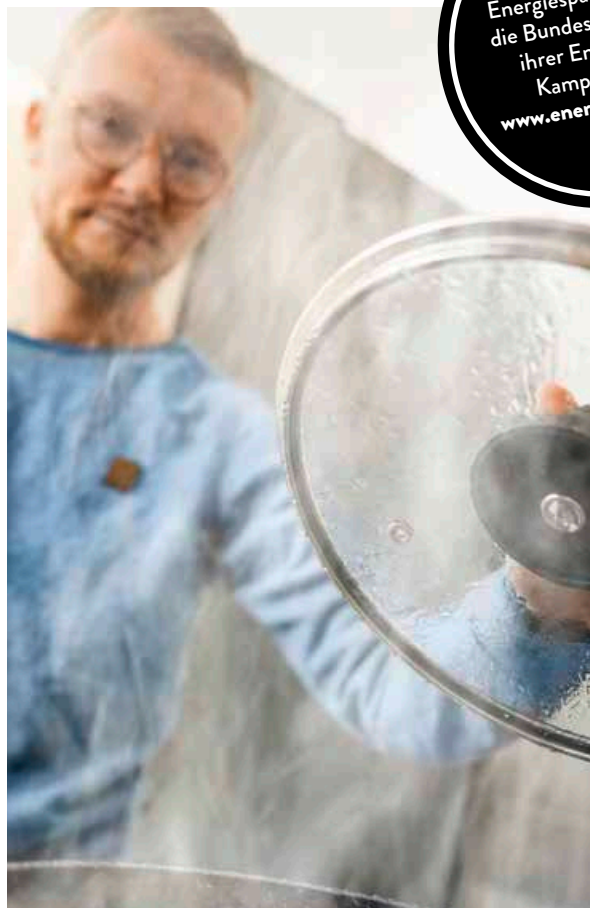
Als Nächstes ist meine Dusche dran: Sie bekommt neben einem neuen Duschkopf auch

einen Einsatz im Schlauch, um die Durchlaufmenge zu begrenzen. Außerdem möchte ich statt 8 bis 10 nur noch 5 Minuten duschen und die Temperatur etwas verringern – kalt duschen kommt für mich aber nicht infrage. Hier erlebe ich die erste Enttäuschung: Ohne richtigen Druck tröpfelt das wenige Wasser eher wie ein leichter Sommerschauer auf mich herab. Immerhin: Der Verbrauch sinkt von zwölf Litern auf circa fünf Liter pro Minute. Ich nehme mir trotzdem vor, nach einem anderen Sparduschkopf zu schauen, der den Komfort nicht einschränkt.

## Beim Wäschetrocknen wird's eng

Auch beim Stromverbrauch gibt es noch Potenzial. Den Geschirrspüler lasse ich im Eco-Modus





Diese und weitere  
Energiespartipps stellt  
die Bundesregierung in  
ihrer Energiespar-  
Kampagne vor:  
[www.energiewechsel.de](http://www.energiewechsel.de)

Fotos: Marko Godic

**STROMDIEBE JAGEN**

Kommen Sie Stromfressern im Haushalt auf die Schliche: Leihen Sie sich beim EWAG-Kundenservice kostenlos ein Strommessgerät. Stecken Sie es einfach zwischen Steckdose und Haushaltsgerät: Schon erscheint auf dem Display der Stromverbrauch von Kühlschrank oder Kaffeemaschine.

laufen. Die Waschmaschine stelle ich erst an, wenn die Trommel randvoll ist, 30 bis 60 Grad müssen reichen. Da ich keinen Wäscheraum habe, hänge ich die Wäsche zum Trocknen im Wohnzimmer auf. Damit aber die Feuchtigkeit abzieht, muss ich regelmäßig lüften, wobei die Wohnung herunterkühlt und dann wieder beheizt werden muss. Energiesparend ist das nicht, aber der Wohnsituation geschuldet.

**Deckel drauf – und gut ist's!**

In der Küche prüfe ich die Temperatur des Kühlschranks: Weniger als sechs Grad müssen nicht

sein. Das Gefrierfach ist nicht vereist – perfekt. Beim Kochen verwende ich nur noch Töpfe mit Deckeln, die zur Größe der Herdplatte passen. Der Ofen läuft ab sofort immer auf Umluft und wird nicht mehr vorgeheizt. Und das restliche Wasser im Glas vom Abendessen? Anstatt es in die Spüle zu kippen, gieße ich damit die Zimmerpflanzen. Läuft doch! Langsam macht mir das Energiesparen Spaß.

Dann wird es doch noch ungemütlich. Sparen beim Entertainment – geht das, ohne sich einzuschränken? Filme und Serien mit externer Stereoanlage auf dem Fernseher anschauen, Videospiele auf der Konsole zocken, das verbraucht halt viel Strom. Alles, was an der Steckerleiste hinter dem niedrigen Fernsehtisch angeschlossen ist, nutze ich regelmäßig. Auch beim PC und dem Zubehör sehe ich keinen Spielraum. Der Monitor ist bereits mit einer niedrigen Helligkeit eingestellt und der PC steht so, dass er gut belüftet wird und sich nicht unnötig aufheizt. Aber dann fällt mir ein, dass ich zumindest über Nacht einige Steckerleisten mithilfe einer Zeitschaltuhr-Steckdose abschalten kann. So läuft zum Beispiel der Internet-Router

**Bildredakteur Alexander beim Energiesparen in seiner Wohnung. Ein Strommessgerät (s. großes Bild), schaltbare Steckerleisten und Durchflussbegrenzer helfen ihm, den Wasser- und Stromverbrauch zu verringern. Auch gut: ein optimal temperierter Kühlschrank, eine randvolle Waschmaschine, Geschirrspülen im Eco-Modus und Deckel auf Kochtöpfen.**

nicht mehr durch. Wenn ich morgens aufwache, ist er trotzdem schon wieder eingeschaltet und meine Geräte sind eingeloggt. Energiesparen ohne Verzicht – das gefällt mir.

Fazit am Ende der Woche beim Blick auf den Strom- und den Wasserzähler: Die Maßnahmen wirken. Gegenüber der Vorwoche habe ich 3,5 Kilowattstunden Strom, 4,6 Liter Warmwasser und 8,4 Liter Kaltwasser gespart. Das klingt erst mal nicht nach viel – bringt aber aufs Jahr gerechnet eine Ersparnis von fast 80 Euro und entlastet die Umwelt. Viele Tipps werde ich daher auch künftig berücksichtigen. Irgendwie hat mich das Thema Energiesparen gepackt. Und einen besseren Sparduschkopf habe ich inzwischen auch gefunden: Warm soll es unter der Dusche ja schon bleiben. ■

# Was den Körper stärkt

Ein intaktes **IMMUNSYSTEM** schützt uns vor schädlichen Stoffen und Krankheiten. Mit den folgenden Tipps können Sie Ihre körpereigene Abwehr aktiv unterstützen – für mehr Gesundheit, Energie und Lebensqualität.

Sie möchten mehr zum Thema wissen? Unser Buchtipp: Für ein fittes Immunsystem, Dr. Christine Huttenr, 160 S., Stiftung Warentest 2022, 20 Euro

In Bewegung bleiben: Spaziergänge im Grünen steigern nachweislich das Wohlbefinden.

Foto: Evi Ludwig

## IM SCHLAF AUFTANKEN

Erholsamer Schlaf stärkt unser Immunsystem. Nachts, wenn wir scheinbar gar nichts tun, arbeitet es auf Hochtouren und bekämpft Entzündungen, Viren und Bakterien. Schlafmangel macht sich deshalb schnell bemerkbar: Wer weniger als sechs Stunden am Tag schläft, hat ein viermal höheres Erkrankungsrisiko als jemand, der sieben oder mehr Stunden täglich im Land der Träume weilt.

## NEGATIVEN STRESS ABBAUEN

Aus dem Bett springen, wenn man verschlafen hat: Akuter Stress macht uns leistungsfähig. Dauerstress dagegen wirkt sich negativ aus. Denn das Hormon- und das Immunsystem befinden sich in ständiger Alarmbereitschaft, was zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen kann. Regenerierende Atemtechniken, Achtsamkeitstrainings oder Yoga helfen beim Stressabbau.

## BEWEGEN STATT SITZEN

Sitzen ist einer der Immunkiller schlechthin: Schon nach ein bis zwei Stunden reduziert sich der Stoffwechsel, Kreislauf und Blutfluss verlangsamen sich. Die fehlende Bewegung schwächt auch das Immunsystem. Ab viereinhalb Stunden sitzen können wir die gesundheitlichen Schäden nicht mehr nachträglich durch Bewegung ausgleichen. Lösen Sie sich also an langen Bürotagen oder auf Autofahrten immer wieder aus Ihrer körperlichen Starre und planen Sie in Ihrer Freizeit regelmäßige sportliche Aktivitäten ein.

## GESUND ESSEN

Auch mit unserer Ernährung können wir dem Immunsystem Gutes tun. Wichtig sind Mikronährstoffe wie Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine. Wer sich ausgewogen und abwechslungsreich ernährt, nimmt diese für gewöhnlich in ausreichender Menge zu sich. Die Basis einer antientzündlichen Ernährung bilden Gewürze wie Kurkuma und Ingwer sowie viel frisches Obst, Gemüse und Kräuter. Sie enthalten zahlreiche sekundäre Pflanzenstoffe, die entzündungshemmend und antibakteriell wirken.



# HEISSE MISCHUNG

Wenn es draußen kalt wird, ist eine dampfende Tasse **Wintertee** mit Früchten und Gewürzen genau das Richtige. Mit diesen drei Rezepten lassen sich jeweils zwei duftende Tassen ganz einfach selbst zubereiten.

## WÜRZIG, FRISCH & ANGENEHM SÜSS

- 4 Teelöffel oder 2 Teebeutel Rooibos-Tee
- 4 Gewürznelken
- Honig oder Ahornsirup nach Geschmack
- 1 Zitrone
- etwa 5 Orangen

Den Tee mit den Nelken mit kochendem Wasser (rund 150 ml) überbrühen und etwa 5 Minuten ziehen lassen. Anschließend durchsieben. Orangen und Zitrone auspressen, hinzugeben und den Sud erhitzen. Die Flüssigkeit dann in zwei Tassen abfüllen und nach Geschmack süßen.

**Alle Rezepte ergeben jeweils etwa 2 Tassen.**

## WOHLIG WARM BEI KALTEM WETTER

- 1 Bio-Zitrone mit Schale in Scheiben
- 6 Schnitze frische Ingwerwurzel ohne Schale
- 1 Stange Zimt
- ggf. brauner Rohrzucker

Jeweils die Hälfte der Zutaten in zwei Tassen geben und mit frisch gekochtem Wasser aufgießen. 5 Minuten ziehen lassen, dann die Ingredienzen herausnehmen und nach Belieben süßen.

## GESCHMEIDIGER GENUSS MIT MILCH

- 1 Teelöffel oder -beutel schwarzer Tee
- 1 Kapsel Kardamom
- 1 Zimtstange
- etwa 100 ml Milch

Den Tee mit den Gewürzen in rund 400 Milliliter Wasser aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen. Die Flüssigkeit sieben, mit der Milch mischen und in zwei Tassen geben.



# WETTERSTATION GEWINNEN

**WISSEN, WIE'S WETTER WIRD:** Mit der Funk-Wetterstation von Comistack weiß man mit einem Blick, was man braucht: Regenschirm oder Sonnenbrille? Wir verlosen zwei Sets unter allen Einsendungen mit der richtigen Lösung. Die Station hat zwei drahtlose Außensensoren mit jeweils

100 Meter Reichweite. Das 7,5-Zoll-LCD-Farbdisplay zeigt die verschiedenen Werte wie etwa die Wettervorhersage, die Temperatur, Luftfeuchtigkeit, den Luftdruck, Luftdrucktrend, die Uhrzeit, das Datum und die Mondphase an. Außerdem hat das Gerät einen integrierten Wecker. ■■■



Foto: Comistack

Gewürz- pflanze	Not- signal	ägyp- tische Halbinsel	▼ 3	Wett- kampf- gewinn	▼ 6	Pflicht- arbeit	Einfuhr von Gütern	▼
▶ 4	▼	▼						
sehr gern haben	▶		2		7		Vorname des Autors Follet	
▶	5			Faultier		kampf- unfähig (Abk.)	▶	
nicht kurz			Herbst- blume	▶				1
gewalt- bereit	▶							8

Lösungs-  
wort:

## INFOS ZUM GEWINNSPIEL

Einsendeschluss ist der  
29. Dezember 2023.

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 allen Einsendungen mit der richtigen Lösung verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a) der Datenschutzgrundverordnung. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen.

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
**Elektrizitätswerk Weißenhorn AG**  
Illerberger Straße 6a, 89264 Weißenhorn  
Telefon: (0 73 09) 96 10 - 0  
E-Mail: [info@ewag-weissenhorn.de](mailto:info@ewag-weissenhorn.de)  
Internet: [www.ewag-weissenhorn.de](http://www.ewag-weissenhorn.de)  
Verantwortlich: Barbara Sedlatschek,  
Vorständin  
Verlag: trurnit GmbH,  
Curiestraße 5, 70563 Stuttgart  
Telefon: (07 11) 25 35 90 - 0  
E-Mail: [redaktion@trurnit.de](mailto:redaktion@trurnit.de)  
Redaktion: Kerstin Fuchs  
Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn

## MITMACHEN UND GEWINNEN!

2023

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

Lösungswort

Senden Sie den **Coupon bis 29. Dezember 2023** an: Elektrizitätswerk Weißenhorn AG, Illerberger Straße 6a, 89264 Weißenhorn. Oder schicken Sie eine E-Mail an [info@ewag-weissenhorn.de](mailto:info@ewag-weissenhorn.de).

