Magazin

03|2018

Sömmerdaer Energieversorgung GmbH

www.sev-soemmerda.de

Jubiläumsprodukt – Planungssicherheit dank Festpreis SEITE 4

Mit der SEV in Fahrt – ÖPNV-Bus hat ein neues Outfit SEITE 5

SÖMMERDA Technologie auf fruchtbarem Boden

SÖMSTROM SÖMGAS SÖMWÄRME

Mehr als HEISSE LUFT

Ein Föhn, der nasse Haare schneller und schonender trocknet als herkömmliche Geräte – Modelle mit **IONENTECHNOLOGIE** sollen genau das können. Wie sie das machen? Wir haben nachgesehen.

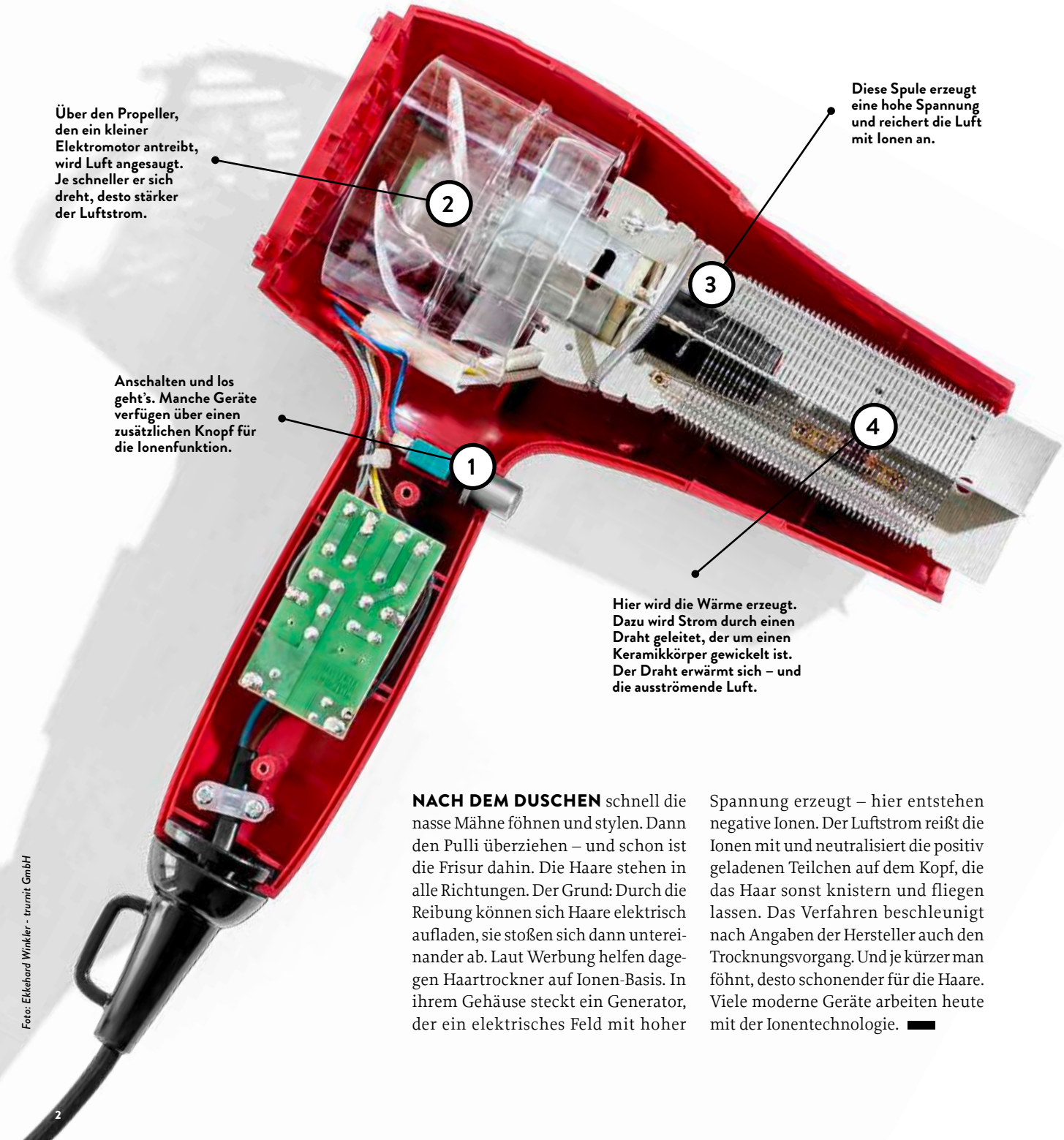


Foto: Ekkehard Winkler - trurnit GmbH

NACH DEM DUSCHEN schnell die nasse Mähne föhnen und stylen. Dann den Pulli überziehen – und schon ist die Frisur dahin. Die Haare stehen in alle Richtungen. Der Grund: Durch die Reibung können sich Haare elektrisch aufladen, sie stoßen sich dann untereinander ab. Laut Werbung helfen dagegen Haartrockner auf Ionen-Basis. In ihrem Gehäuse steckt ein Generator, der ein elektrisches Feld mit hoher Spannung erzeugt – hier entstehen negative Ionen. Der Luftstrom reißt die Ionen mit und neutralisiert die positiv geladenen Teilchen auf dem Kopf, die das Haar sonst knistern und fliegen lassen. Das Verfahren beschleunigt nach Angaben der Hersteller auch den Trocknungsvorgang. Und je kürzer man föhnt, desto schonender für die Haare. Viele moderne Geräte arbeiten heute mit der Ionentechnologie.

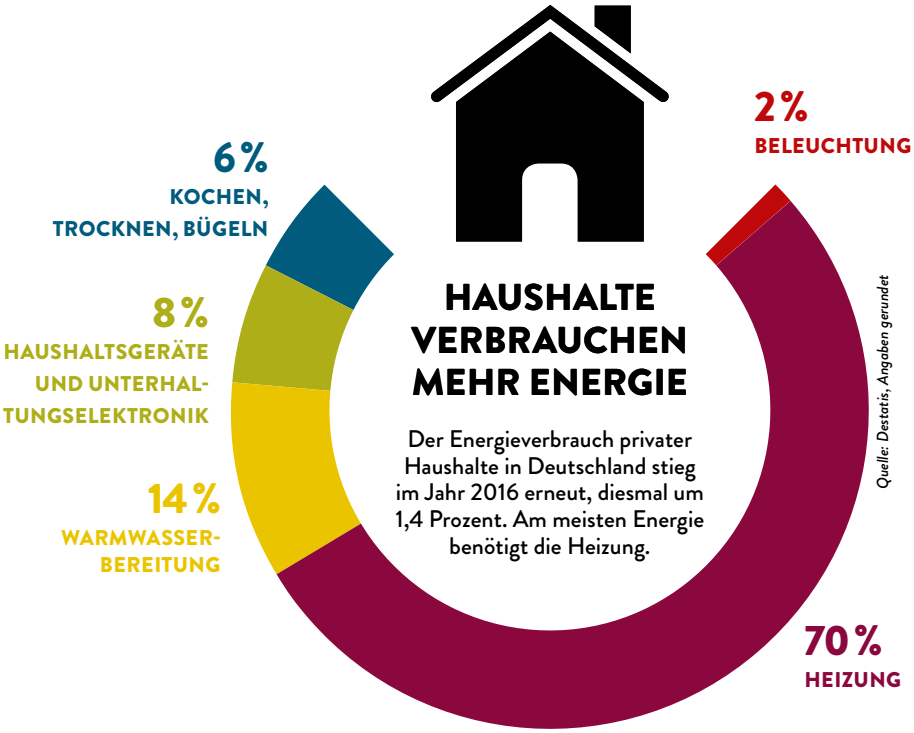


Foto: iStock / ah_fotobox

ENERGIEEFFIZIENZ KEIN KOSTENTREIBER

VORURTEIL Energetische Anforderungen sind nicht verantwortlich für die Kostensteigerung bei bezahlbarem Wohnungsbau, wie oft behauptet wird. Das zeigt ein Gutachten des Instituts für Technische Gebäudeausrüstung (ITG Dresden). Das Gebäudeenergierecht war in den Jahren 2000 bis 2014 nur für 6 Prozent der insgesamt 36 Prozent Baukostensteigerungen verantwortlich. Der überwiegende Teil der restlichen 30 Prozent der Kosten stammte aus anderen Anforderungen an die Gebäude. Mit Einführung der Energieeinsparverordnung 2016 stiegen die Investitionen in energiebedingte Bauteile zwar noch einmal, aber maximal nur um 3 Prozent.

VERGLEICHEN UND SPAREN

STROM & HEIZUNG Wie viel Strom und Erdgas verbrauchen eigentlich andere Haushalte? Wenn man den Nachbarn nicht fragen will, kann man im Internet nachsehen: Das Onlineportal stromspiegel.de informiert über typische Stromverbräuche verschiedener Haushalte und wertet dazu rund 144 000 Verbrauchsdaten aus. Mit der vom Bundesumweltministerium geförderten Vergleichstabelle sollen Verbraucher besser einschätzen, ob sie zu Hause Energie sparen können. Genauso funktioniert die Internetseite heizspiegel.de, für die rund 60 000 Gebäudedaten zentral beheizter Wohnungen erfasst wurden. ➜ **www.stromspiegel.de** und **www.heizspiegel.de**

Foto: iStock / kontrast-fotodesign

Viele Solarthermie-Anlagen liefern weniger Energie als möglich wäre.

MEHR POWER FÜR SOLAR

INEFFIZIENT Viele Solarthermie-Anlagen zur Warmwasserbereitung oder Heizungsunterstützung liefern laut Verbraucherzentrale kaum oder zu wenig Ertrag, das ergab eine Energieexperten-Untersuchung von rund 1 800 Solaranlagen privater Haushalte. Da in diesen Fällen automatisch die Heizung einspringt, bleibt der Ausfall der Solartechnik oft unbemerkt. Dabei können Nutzer ihre Anlage ganz leicht kontrollieren. Einfach im Sommer die Nachheizung des Heizkessels abschalten. Liefert die Dusche dann weiter heißes Wasser, arbeitet die Solarthermie-Anlage einwandfrei. Sonst sollte man die Technik von einem Fachbetrieb überprüfen lassen. Bei Neuanlagen empfiehlt sich die Installation eines Wärmemengenzählers, um den Ertrag zu messen. Die Verbraucherzentralen bieten für 40 Euro einen Solar-Check an.
➜ **mehr.fyi/solarwaerme**

IMPRESSUM

Sömmerdaer Energieversorgung GmbH,
Uhlandstraße 7
99610 Sömmerda,
Telefon: 03634 3711-10,
www.sev-soemmerda.de

Redaktion Lokalteil Sömmerda: Klaus-Dietrich Matuschek (Geschäftsführung), Andrea Losereit; Fotos: SEV, trurnit GmbH, Herausgeber: trurnit Leipzig GmbH, Projektleitung: Marika Schulz, Druck: hofmann infocom GmbH

WUSSTEN SIE SCHON ...? (11)

... dass die SEV GmbH Ihnen einen echten Festpreis auf **SÖMSTROM-CITY-JUBI25** garantiert?

Anlässlich unseres 25-jährigen Bestehens haben wir uns für unsere Kunden und Interessierte etwas ganz Besonderes ausgedacht: das neue Stromprodukt **„SÖMSTROM-CITY-JUBI25“**! Der Vorteil dieses neuen Stromproduktes ist der garantierte Festpreis bis zum 31.12.2019. Das verschafft unseren Kunden Planungssicherheit innerhalb des angegebenen Zeitraums. Veränderungen von Beschaffungskosten, Netzentgelt, gesetzliche Umlagen sowie Steuern haben garantiert keinen Einfluss auf diesen Strompreis. Dies ist das Geschenk der SEV an unsere treuen Kunden. Aber Achtung! Das Stromprodukt ist nur für kurze Zeit erhältlich. Schnell sein lohnt sich also. Fragen Sie das Produkt in unserem Kundencenter an. Wir beraten Sie gern.

25 Jahre ENERGIE ZUM LEBEN

Im Juni feierte die SEV **JUBILÄUM**. Gemeinsam mit den Stadtwerken Sömmerda engagiert sie sich seit einem Vierteljahrhundert für ihre Kunden, für die Stadt und die Region.

Während eines Festakts im Volkshaussaal bilanzierten unter anderem Bürgermeister Ralf Hauboldt als Aufsichtsratsvorsitzender und Thomas Billotet, Geschäftsführer der SEV-Gesellschaft STEAG New Energies GmbH, die Entwicklung des Unternehmens und blickten in die Zukunft.
Richtungsweisend sei das Unternehmen im Bereich erneuerbarer Energien unterwegs. Davon zeugt die 1,5 Millionen-Investition im Blockheizkraftwerk Sömmerda. Für eine leistungsfähigere und umweltschonendere Strom- und Wärmeerzeugung wird der alte Motor mit einem neuen Aggregat ausgetauscht.
Und die SEV bleibt in Bewegung: Ob Investitionen in regenerative Energien oder aktuell in das sich im Bau befindliche neue Kundencenter in der Uhlandstraße – auch den Entwicklungen unserer Zeit stellt sich die SEV und gestaltet sie aktiv mit. Das alles ist kein Selbstzweck. Ralf Hauboldt erinnerte an die besondere Verantwortung vor Ort: „Uns ist bewusst, dass wir Sorge dafür tragen müssen, dass es in Sömmerda auch künftig eine zukunftsfähige und nachhaltige Infrastruktur gibt, die ein angenehmes Arbeiten, Leben und Wohnen in unserer Heimat ermöglicht. Ein wichtiger Meilenstein auf diesem Weg ist mit der Fördermittel-Zusage für die Sanierung des Sömmerdaer Freibades erreicht. Damit sei die längst überfällige Maßnahme nun in greifbare Nähe gerückt.

Foto: Stadt Sömmerda

V. l. n. r.: Klaus-Dietrisch Matuschek (SEV-Geschäftsführer), Geschäftsführende Gesellschafter Uta Kunze und Thomas Billotet (2. v. r.), Andres Böffel (SEV-Geschäftsführer) und Bürgermeister Ralf Hauboldt.

E-BIKE-TANKSTELLE AM UNSTRUT-RADWEG

SEIT MITTE JULI können E-Bikes an einer neuen Ladestation in der Sömmerdaer Marktstraße unweit der Tourist-Information genügend Strom für den Heimweg aufladen. Während das E-Bike neue Energie tankt, können Radfahrer in der Innenstadt entspannt ein kühles Getränk oder eine gute Mahlzeit genießen. In den praktischen Schließfächern der Ladestation befinden sich zwei Schuko-Steckdosen zum Laden für Akkus. Jedes Fach bietet zudem Stauraum für Fahrradhelm oder sonstige Dinge, die Sie nicht herumtragen wollen. Mit dem kostenfreien Service können Radfahrer nicht nur ihren Fahrrad-Akku aufladen, sondern auch mobile Endgeräte wie Handy oder Navi. Die Ladestation ist ein Gemeinschaftsprojekt der Stadt und der Sömmerdaer Energieversorgung GmbH. Mit dieser Initiative unterstreicht die SEV wieder einmal ihre regionale Präsenz und ihr Bestreben, den Menschen vor Ort etwas Gutes zu tun. Denn auch in Sömmerda steigt die Nachfrage nach motorisierten Fahrrädern, da sie sich besonders für den nahegelegenen Unstrut-Radweg eignen, der durch Sömmerda führt.

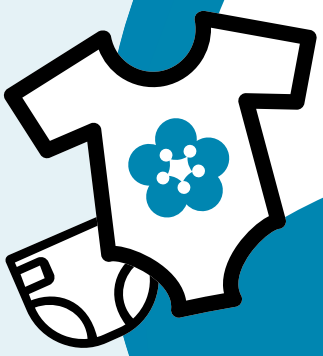
V. l. n. r.: Otto Rosenstiel (Bauamt), Bürgermeister Ralf Hauboldt, SEV-Geschäftsführer Klaus-Dietrich Matuschek, Lena Kob (Bauamt) und Matthias Markus (SEV) bei der Inbetriebnahme der Ladestation.

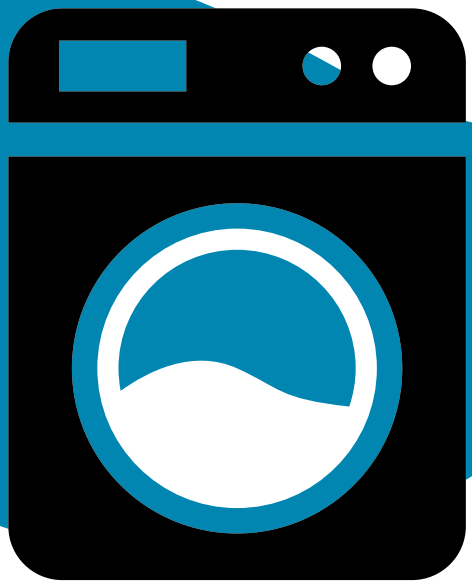
SCHON GESEHEN?

Im gesamten Versorgungsgebiet der SEV zeigt sie sich in der Region verwurzelt. Jetzt rollt ein Bus der ÖPNV mit einem neuen **MOTIV** durch die Stadt und durchs Umland.

Seit Kurzem ist der Autobus des ÖPNV mit neuem Werbedruck auf dem innerstädtischen und regionalen Straßenverkehr unterwegs. Viele unserer Kunden in Sömmerda kennen dieses Motiv gut. Es stammt von einer Trafostation in der Poststraße in Sömmerda aus der Feder der Graffiti-Künstler der Agentur „Highlightz“. Der Entwurf greift die Abenteuer der bekannten Romanfigur „Don Quijote“ auf, der aus dem Erfurter Tor in Richtung Schillingstedter Bockwindmühle reitet. In der Romanvorlage verwechselt der Held eine Windmühle mit einem Riesen. In unserer Skizze unterläuft ihm ein weiterer Irrtum: Anstatt seines Pferdes nutzt der Ritter einen Netzstecker als Fortbewegungsmittel. Im Hintergrund wurde zudem die Sömmerdaer Stadtmauer und die St. Petri-Kirche eingearbeitet. Auf der Heckscheibe des Busses präsentiert sich die SEV mit einem Foliendesign ihres aktuellen Werbemotivs und bringt damit die enge Verbundenheit mit der Stadt und der Region zum Ausdruck.

NIX ZUM VERPULVERN





DAS IST DIE HÄRTE

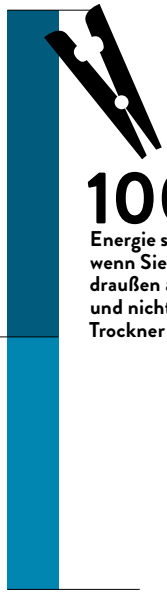
Die Wasserhärte ist regional unterschiedlich. In Sömmerda und im Landkreis liegt sie zwischen 14 und 25 Grad deutscher Härte.
Mehr Infos:
→ www.bewa-soemmerda.de

4,5 KILO?

In der Waschanleitung heißt es, dass man nicht mehr als 4,5 kg Wäsche in die Maschine stopfen soll. Tipp: Passt noch eine Handbreit zwischen die Wäsche und Oberkante der Trommel, ist die Maschine optimal beladen. Grundsätzlich gilt, nicht zu viel Wäsche auf einmal zu waschen. Sonst kann es sein, dass die Wäsche das Wasser aufsaugt und sich das Waschmittel nicht auflöst.

Sparen erlaubt: Wir weihen Sie in die Geheimnisse des richtigen **WASCHENS** ein.

Kommt Ihnen das bekannt vor? Lieber ein bisschen mehr Waschpulver nehmen, damit's nicht nur sauber, sondern rein wird? Kann doch nicht schaden, denken wir, viel hilft halt viel. Aber das stimmt nicht. Im Gegenteil: Zu viel Pulver schadet gleich mehrfach. Zum einen verschmutzt es Ihre Maschine. Die Waschmittel-Rückstände kleben fest und können schimmeln. Das ist unhygienisch und lässt Ihre Wäsche müffeln. Deswegen sollten Sie regelmäßig einen 95-Grad-Waschgang einlegen: Das sorgt dafür, dass die Rückstände vollständig verschwinden. Bei 60° C reduzieren Sie die Keime nur. Auch der Umwelt tut's gut, denn weniger Waschmittel heißt weniger Chemikalien im Abwasser. Und schließlich sparen Sie auch Geld, wenn Sie das Pulver richtig dosieren.



100%
Energie sparen Sie, wenn Sie Wäsche draußen aufhängen und nicht in den Trockner stecken

65
GRAMM
Waschmittel pro Waschgang reichen aus

FLECK WEG

Als leicht verschmutzt gilt Kleidung, die eigentlich sauber ausschaut, aber zum Beispiel Körpergeruch angenommen hat. Auf normal verschmutzter Wäsche finden sich nur wenige leichte Flecken. Stark verschmutzt ist Wäsche dann, wenn sich deutlich sichtbare Flecken auf ihr befinden. Beste Beispiele dafür sind Geschirrhandtücher, Babylätzchen oder auch Sportbekleidung. Wer die Flecken mit ein wenig Gallseife vorbehandelt, braucht dann viel weniger Waschmittel für den Waschgang.

DAS NEUE 40

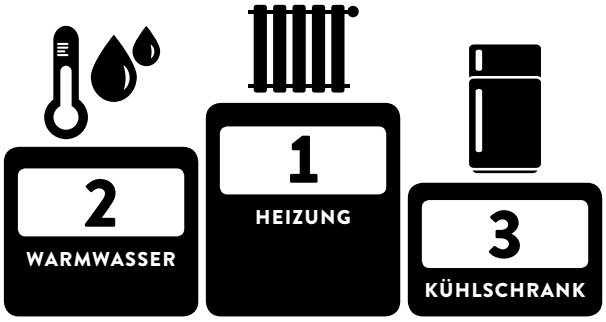
Wer bei niedrigen Temperaturen wäscht, schont die Umwelt und seinen Geldbeutel. Würde man beim Waschen konstant von 40° C auf 30° C wechseln, dann liesen sich so über das Jahr immerhin bis zu 30 Prozent der Energie fürs Waschen sparen. Der Grund: Moderne Waschmittel sind auf effizienten Energieeinsatz ausgerichtet – ihre Wirksamkeit lässt also bei höheren Temperaturen nach.

GEBALLTE PANDA-POWER

Schöner Energie erzeugen: Erst der Blick von oben offenbart die riesigen Pandabären aus Photovoltaikanlagen, die Anwohner im Nordosten Chinas mit Sonnenstrom versorgen.

Foto: 2017 VCG_Getty Images

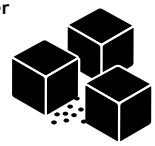
TOP 3: DIE GRÖSSTEN ENERGIEVERBRAUCHER IM HAUSHALT



Hätten Sie's gewusst? Nach Heizung und Warmwasser hat Ihr Kühlschrank den größten Energiehunger.

ENERGIE IM QUADRAT: 175 JAHRE WÜRFELZUCKER

Kristallzucker gab es früher nur in Kegelform zu kaufen. So ein Zuckerhut war bis zu 1,50 Meter hoch und sehr teuer. Wurde zu Hause Zucker benötigt, mussten aus dem steinharten Kegel mit einem Zuckerhammer oder Zuckerbrecher kleine Stücke herausgelöst werden. Juliane Rad kam 1843 auf die Idee, feuchten Zucker in Würfelform zu pressen. Ihr Gatte Jacob Christoph Rad, Leiter einer Zuckerfabrik im mährischen Datschitz, erfand eine Blechform, die einer heutigen Eiswürfelschale ähnelte und erhielt darauf ein Patent. Der Würfelzucker war geboren!



1 × googeln = 2 Minuten Licht

Wer einmal googelt, verbraucht ungefähr so viel Strom wie eine 9-Watt-LED-Lampe, die zwei Minuten lang leuchtet. Der Grund sind die Datenzentren, die besonders viel Energie benötigen und mittlerweile einen Anteil von rund 0,013 Prozent am weltweiten jährlichen Stromverbrauch haben.

WARUM STROM DIE UHRZEIT BEEINFLUSST

TERMIN VERPASST, weil der Radiowecker zu spät klingelte? Auch andere Uhren, etwa in Küchen- oder Mikrowellenherden, haben öfter ein Problem mit der Pünktlichkeit. Diese Zeitmesser nehmen die Spannungsfrequenz des europäischen Stromnetzes von 50 Hertz als Taktgeber. Denn nur synchronisiert können Kraftwerke im Verbundnetz den riesigen Energiebedarf decken. Wird mehr Energie benötigt als produziert, dann sinkt die Frequenz minimal. Auch wenn dies nur ein paar Hundertstel Hertz sind, auf Dauer gehen die Uhren langsamer und nach. Lösung: Ein funkgesteuertes Modell kaufen und nie mehr einen Termin verpassen!

VOLLE LADUNG

Gibt es genug Ladestationen? Genügt die Reichweite? Sind **ELEKTROAUTOS** bezahlbar? Wer aufs E-Mobil umsteigen will, hat viele Fragen. Hier gibt's die wichtigsten Antworten.

1 | ZU LANGE LADEZEIT?

Wer sein Elektroauto daheim an der Steckdose lädt, sollte viel Zeit mitbringen. 17 Stunden hängt ein VW Golf an der Schnur, bis er bei 2,3 Kilowatt (kW) Ladeleistung voll aufgeladen ist, zwölf Stunden benötigt der BMW i3. Das klingt abschreckend, doch Elektroautofahrer wissen: Das Aufladen an der (gesicherten) Steckdose ist ohnehin nur eine Notlösung, zu der es längst eine Alternative gibt – die private Wallbox in der Garage. Ihre Leistung beträgt meist 11 kW, dadurch verkürzt sich die Ladezeit drastisch. Nach drei Stunden ist der BMW abfahrbereit, 5,5 Stunden nimmt sich der VW, um die volle Reichweite zu laden.

Mit der Wallbox lädt man sauber und komfortabel. Und auch schnell genug: Über Nacht steht das Auto sowieso in der Garage, Kabel einstecken genügt. Die private Ladestation steuert den Ladevorgang, bedient und überwacht wird sie mit dem Smartphone. Der Fahrer muss den Ladevorgang nicht beaufsichtigen, sondern kann sich nachts getrost schlafen legen und morgens „vollgetankt" lossurren. Und unterwegs? Noch mangelt es an öffentlichen Ladestationen. Allerdings fördert der Bund den Bau neuer „Stromtankstellen": Bis 2020 sollen 5 000 neue Schnellader und 10 000 Ladesäulen mit herkömmlicher Ladetechnik entstehen. Schon heute „tanken" Elektroautos an Schnellladesäulen in 30 bis 45 Minuten auf.

2 | ZU WENIG REICHWEITE?

300 bis 500 Kilometer Norm-Reichweite werden für Elektroautos im Mittel angegeben, im Alltag erreichen sie eher 200. Zwischen einem Diesel, der mit einer Tankfüllung die vierfache Strecke zurücklegt, und einem Smart „electric drive", der nach 100 bis 150 Kilometern Fahrt zum Laden bittet, liegen Welten. Aber wer braucht wie viel Reichweite? Im Schnitt legen wir pro Kopf 40 Kilometer am Tag zurück, zu 58 Prozent mit dem Auto. Im Mittel fährt so ein „Stehzeug" nur eine Stunde am Tag, meldet der Verkehrsclub Deutschland. Ein Elektroauto, das etwa 300 Kilometer fährt, wie die beliebten Modelle von Renault und Nissan, muss also nur ein- bis zweimal pro Woche laden. Das

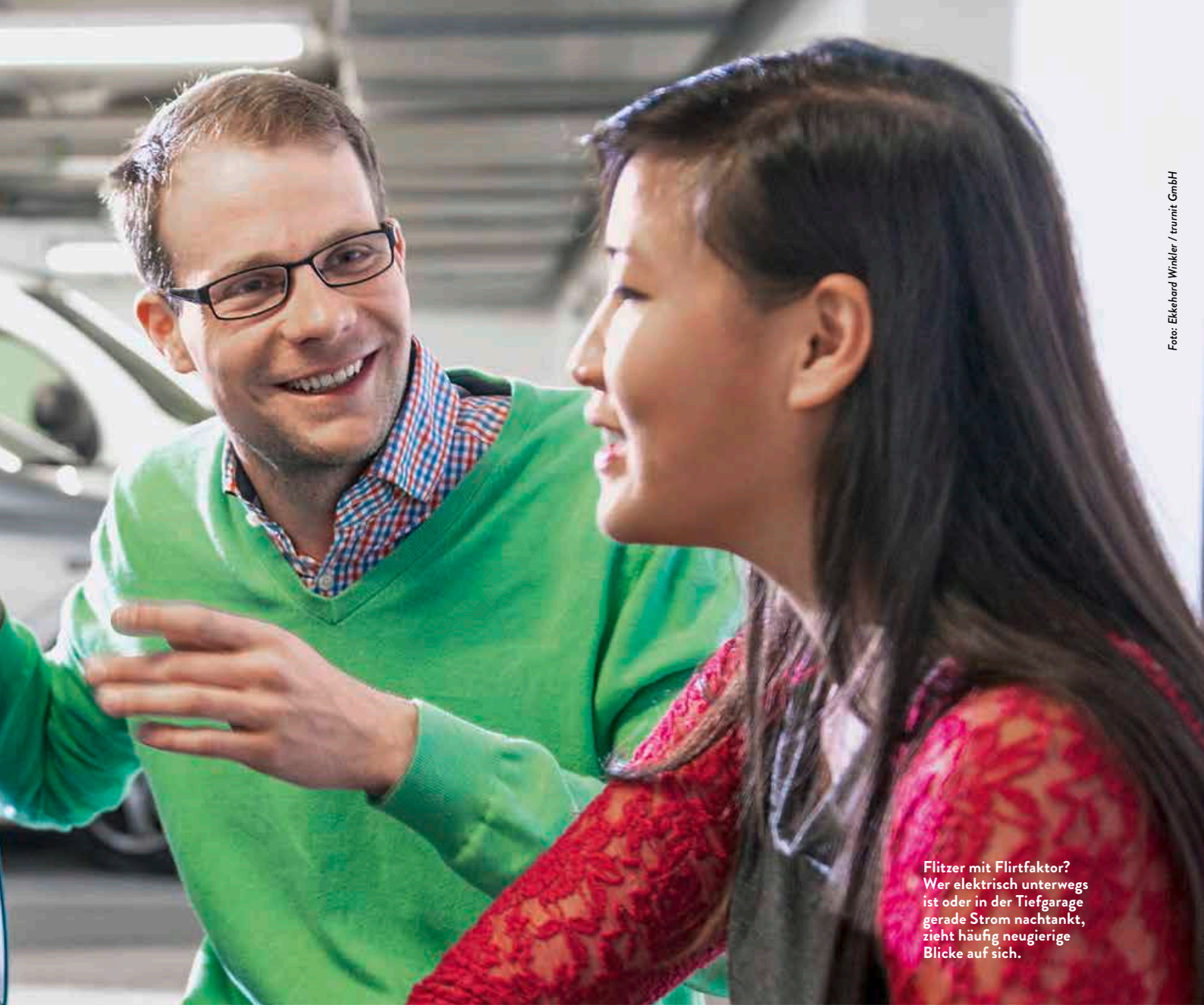


Foto: Ekkehard Winkler / trurnit GmbH

Flitzer mit Flirtfaktor? Wer elektrisch unterwegs ist oder in der Tiefgarage gerade Strom nachtankt, zieht häufig neugierige Blicke auf sich.

teilt den Kreis der Interessenten. Jeder vierte Autofahrer ist ein Vielfahrer – und mit einem Langstrecken-Diesel, der die Abgasnorm in der strengsten Fassung Euro 6d-TEMP erfüllt, besser bedient. Drei Viertel aller Autofahrer würden dagegen als Wenigfahrer mit einem Elektroauto problemlos klarkommen.

3 | VIEL ZU TEUER?

Noch sind viele Elektroautos in der Anschaffung deutlich teurer als Diesel und Benziner. Allerdings: Seit Jahren sinken die Preise für Lithium-Ionen-Akkus. Und diese machen zu rund 40 Prozent die Kosten eines Elektrofahrzeugs aus. Aktuell kostet das Batteriepaket rund 170 Euro pro Kilowattstunde (kWh). Ab etwa 130 Euro/kWh wären Elektroauto und Verbrenner preislich ebenbürtig. Zudem fördert der Bund Elektroautos und Hybrid-Fahrzeuge mit 4 000 bzw. 3 000 Euro Umweltbonus. Vielleicht sollten sich Kaufwillige einfach einen Ruck geben: Wer den elektrischen Antrieb schon nutzt, ist in aller Regel begeistert und will nie mehr zum „Verbrenner“ zurück.

SMARTER FAHREN

Sie wollen Elektromobilität im Detail verstehen und für den Umstieg aufs E-Mobil gerüstet sein? Auf www.smarter-fahren.de finden Sie alle nötigen Infos zu Technik und Trends – kompetent, verständlich und objektiv dargestellt: Lademöglichkeiten, Akkupflege, Steckertypen, Fördergelder und vieles mehr. Neben praktischem Nutzwert erwarten Sie spannende Lesestücke, etwa zu den Anfängen der E-Mobilität oder der größten Elektro-Tankstelle der Welt:
→ **www.smarter-fahren.de**

Pro Jahr gehen bis zu **15 EURO** Heizwärme je m² Heizkörpernische verloren

DÄMMEN MIT KLEINEM BUDGET

Sanierer können mit wenig Kosten viel Energie und Geld sparen: Wer **HEIZKÖRPERNISCHEN** und **ROLLLADENKÄSTEN** in Altbauten dämmt, verhindert enorme Wärmeverluste.

Besonders in Häusern aus den 1960er- und 70er-Jahren verstecken sich oft ungedämmte Heizkörpernischen in Außenwänden. Wegen der geringeren Wandstärke und hohen Temperatur des Heizkörpers auf der Wandinnenseite geht über sie viel Wärme verloren. Auch Rollladenkästen sind ein Wärmeleck. Kein Wunder: Zwischen Innen- und Außenwand befinden sich oft nur vier Millimeter Sperrholz, tapeziert oder lackiert. Wer Heizkörpernischen und Rollladenkästen im Haus zählt, begreift, wohin Wärme und Geld verschwinden. Dabei ist eine Dämmung mit wenig Aufwand möglich. Für Rollladenkästen gibt es Hochleistungsdämmplatten aus Polyurethan oder Phenolharz mit geringer Wärmeleitfähigkeit, die passgenau zugeschnitten und eingebaut werden. Kosten je nach Material und Dämmstärke: zwischen 15 und 30 Euro pro Quadratmeter. Um Zugluft zu vermeiden, besser Gurtdurchführung und Rollladenspalt mit einer Bürstendichtung versehen. Kosten: 10 bis 15 Euro je Rollladen.

WÄRME IM RAUM HALTEN

Auch die Dämmung von Heizkörpernischen lohnt sich. Am effektivsten, aber auch aufwendigsten ist es, die Nische komplett zu dämmen. Dazu muss der Heizkörper versetzt oder die Aufhängung verlängert werden. Aber selbst, wenn der Heizkörper an Ort und Stelle bleiben soll, lässt sich der Energieverbrauch mit Dämmplatten senken (siehe rechts). So kann der Winter kommen!

AUCH MIETER DÜRFEN DÄMMEN

Wenn sie den Heizkörper nicht versetzen, können auch Mieter Heizkörpernischen dämmen. Sie müssen den Vermieter dazu nicht um Erlaubnis fragen. Geschickter wäre es aber, vielleicht zahlt er ja sogar das Material? Die benötigten Dämmplatten oder -tapeten aus Styropor mit Aluminiumauflage sowie der dazugehörige Kleber kosten pro Nische nur etwa 20 Euro. Und mit etwas handwerklichem Geschick kann jeder die Dämmung selbst anbringen.

Foto: Ekkehard Winkler / trurnit GmbH

Das geht auch ohne großen Aufwand

Fünf weitere Tipps zum Dämmen für wenig Geld finden Sie im Internet: → **www.energie-tipp.de/daemm-tipps**

Wer die Wärme im Haus halten will, braucht dazu nicht unbedingt stapelweise Dämmplatten.

Endlich ein eigenes Reich: Bei den Eltern auszuziehen, heißt auch selbst die Wasserwaage in die Hand nehmen und Regale anbringen.

Foto: Getty Images - Hero Images

TIPPS FÜR DIE ERSTE WOHNUNG

Egal ob WG-Zimmer oder Mini-Appartement: Hauptsache die ersten eigenen vier Wände! Wer einige Dinge beachtet und **RICHTIG PLANT,** erlebt einen guten Start.

BUDGET PRÜFEN

Umziehen und Einrichten kostet Geld. Mit der ersten Miete wird auch die Kaution fällig: drei Monatsmieten. Von deinem Konto gehen nun monatlich Fixkosten ab – für Heizung, Strom, Wasser, Internet und Smartphone. Geld für Essen, Trinken und Leben brauchst du auch. Eine Einnahmen-Ausgaben-Rechnung hilft beim Entscheiden.

RÄUME VORHER AUSMESSEN

Miss Länge, Breite und Höhe der Räume aus. Dann weißt du, ob die Angaben im Mietvertrag stimmen und ob deine Möbel reinpassen. Aus den Messdaten berechnest du, wie viel Farbe oder Tapete du zum Renovieren brauchst.

ERDGAS, WASSER, STROM ANMELDEN

In einer Wohngemeinschaft zahlst du einen Anteil für Erdgas, Strom und Wasser, im Wohnheim kümmert sich die Hausverwaltung darum. Bei einer eigenen Wohnung musst du selbst Gas, Strom und Wasser beim örtlichen Energie- und Wasserversorger beantragen.

VORAUSSCHAUEND RENOVIEREN

Mietwohnungen werden heute in der Regel unrenoviert an Nachmieter übergeben. Das heißt, du kannst später ebenfalls ausziehen, ohne malern zu müssen. Soll das Zimmer nur eine Zwischenlösung sein, bis du etwas Besseres gefunden hast, dann verwende keine allzu kräftigen Farben. Sonst kann der Vermieter vor dem Auszug eine Renovierung verlangen.

OHNE STRESS UMZIEHEN

Am Umzugstag müssen alle deine Sachen tragfertig verpackt sein. Organisiere lieber mehr Helfer als zu wenig. Sonn- und feiertags ist Umziehen verboten.

UMMELDEN UND GEZ

Melde dich innerhalb von drei Tagen nach dem Umzug beim Einwohnermeldeamt um. Vergiss nicht, Personalausweis, Reisepass oder beides mitzunehmen. Erkundige dich dort, ob du auch GEZ-Gebühren zahlen musst.

EINWEIHUNGSPARTY FEIERN

Sobald du eingezogen bist, veranstalte ein Einweihungsfest! Lade Helfer, Nachbarn und Freunde ein. So lernst du auch die Menschen in deiner unittelbaren Umgebung besser kennen und kannst auf Geschenke hoffen, die du in deiner neuen Wohnung brauchen kannst. Eltern und Oma lädst du dann später mal zum Kaffee ein.

Hier lässt sich Geld sparen

Wer seine eigene Bude bezieht, hat viele Möglichkeiten zum Energiesparen. Mehr Infos und viele Tipps gibt es auf: → **www.energie-tipp.de**

SPIELZEIT

Wenn es kälter wird, verbringen wir wieder mehr Zeit drinnen. Wie wäre es mit ein paar Runden Quartett? Herbstliche Spielkarten gibt es hier. Holt euch einfach eine Schere und legt los!

VIELE, VIELE BUNTE KARTEN

Beim klassischen Quartett musst du versuchen, so viele Quartette wie möglich zu bekommen. Das sind vier Karten, die zusammengehören. Gewinner ist, wer die meisten Quartette ergattert hat.

UND SO GEHT'S

Die Karten mischt einer von euch und teilt sie einzeln an alle anderen aus. Wenn jemand eine Karte mehr oder weniger bekommt, dann macht das gar nichts! Wer links vom Kartengeber sitzt – sagen wir, das ist Maja –, startet. Und sie fragt dich nach einer Karte, die sie für ein Quartett braucht. Wichtig: Mindestens eine von den Karten, auf die Maja aus ist, muss sie schon haben! Hast du ihre Wunsch-Karte, dann musst du sie rausrücken. Maja darf so lange weiter fragen, bis ein Spieler die Karte, die sie will, nicht auf der Hand hat. Und dann ist genau dieser Spieler dran. Hast du ein vollständiges Quartett, dann leg' es offen auf den Tisch. Wer keine Karten mehr hat, scheidet aus und wartet, bis die Runde zu Ende ist.

AUS UND VORBEI

Wenn alle Quartette abgelegt sind, ist das Spiel vorbei. Gewinner ist, wer die meisten Quartette hat. Tipp: Wenn ihr die Karten auf Pappe klebt, sind sie stabiler und halten besser! Oder ihr ladet euch die Kartenrückseiten runter – einfach den QR-Code nutzen, fertig!

Birke 1

Aus der Birke werden Möbel, Kanus, Dosen oder auch Schmuck gemacht.

Eiche 1

Eichen sollst du weichen, ihr wisst schon, Gewitter. Dabei sind sie auch Buchengewächse.

Ahorn 1

Ahornsirup kommt vom Zucker-Ahorn. Entdeckt haben ihn die Indianer.

Kastanie 1

Mit Kastanien könnt ihr schöne Sachen basteln. Man kann auch Waschmittel daraus machen.

Gummistiefel 2

Zeit, in Pfützen zu springen! In Gummistiefeln bleiben die Füße trocken.

Regen 2

Schade, dass der Regen im Herbst schon wieder kälter wird ...

Regenschirm 2

Das Tolle am Regenschirm: Er kann uns im Sommer auch Schatten spenden!

Mütze 2

Nie wieder kalte Ohren: Häkel oder strick dir doch eine neue Lieblingsmütze.

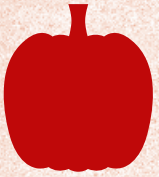
Apfel 3

Auch wenn sie keine Dornen haben: Äpfel gehören zu den Rosengewächsen.

Hagebutte 3

Hagebutten stecken voller Vitamin C. Und helfen besonders gut bei Erkältungen!

Kürbis 3



Ob ein Kürbis reif ist, erkennst du, wenn du auf ihn klopfst und er hohl klingt.

Igel 4

Pieks: Ein ausgewachsener Igel hat zwischen 6 000 und 8 000 Stacheln.

Schnecke 4

Schnecken sind langsam unterwegs. Aber sie tragen ja auch ein Haus auf dem Rücken.

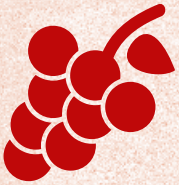
Kaninchen 4

Das kleine Kaninchen wohnt in einem Bau, der große Feldhase lieber auf offenen Flächen.

Eichhörnchen 4

Eichhörnchen fressen Früchte, Eicheln, Bucheckern, Pilze – aber auch Vogeleier.

Traube 3



Schon gewusst? Die einzelnen Früchte der Trauben heißen Weinbeeren.

Haselnuss 5

Haselnüsse sind ein handlicher Snack für die Spielrunde – und obendrein sehr gesund!

Tannenzapfen 5

Tannenzapfen fallen nie im Ganzen herab, das machen nur die Zapfen von Fichten!

Eichel 5

Aus Eicheln wurde früher auch Kaffee-Ersatz gemacht – und der hieß dann „Muckefuck“.

Walnuss 5

Das Holz vom Walnussbaum ist das wertvollste, das in Mitteleuropa wächst.

Getreide 6

Alle bekannten Getreide wurden aus Süßgräsern gezüchtet.

Ameise 7

Weltweit sind fast 13 000 Ameisenarten bekannt, 200 davon leben in Europa.

Schmetterling 7

Echt wahr: Schmetterlinge wurden früher für verkleidete Hexen gehalten.

Fliege 7

Stubenfliegen mögen es überall, wo Menschen leben. Klar, denn da finden sie viel Nahrung.

Libelle 7

Libellen sind unheimlich wendig. Manche Arten können sogar rückwärts fliegen!

Karotte 6

Karotten gibt es in vielen Farben: von weiß über gelb, orange und rot bis violett.

Kipplader 8

Die größten Kipplader der Welt fahren nicht auf der Straße, sondern in Rohstoffminen.

Betonmischer 8

Im Mischer drehen sich über 6 Kubikmeter Beton. Die sind schwerer als zwei Elefanten.

Kran 8

Boa: Der höchste Baukran der Welt ist 246 Meter hoch. Und kann 3 000 Tonnen tragen.

Traktor 8

Der Traktor hat die Landwirtschaft revolutioniert – er ist viel stärker als Ochse oder Pferd.

Pilz 6

Unglaublich, aber wahr: Pilze sind eher mit Tieren als mit Pflanzen verwandt!

Rasenmäher 9

Der Vorteil von einem Schaf als Rasenmäher? Es liefert quasi nebenbei jede Menge Dünger!

Gartenschlauch 9

Durst? Das Wasser aus dem Gartenschlauch sollte man besser nicht trinken.

Handschuhe 9

Mit Handschuhen kann man in der Erde wühlen, ohne dreckige Finger zu bekommen.

Gartenschere 9

Die Sträucher brauchen vor dem Winter eine neue Frisur? Da hilft die Gartenschere.

Mais 6

Aus Mais kann man leckeres Popcorn machen – aber auch Biobenzin.

Fotos: iStock / incomible, Schlegelfotos, appleuzr, Morana Bozic

Schwalbe 10

Schwalben sind Zugvögel und fliegen ab August in ihr Winterquartier nach Afrika.

Amsel 10

Amselmännchen sind schwarz, die Weibchen und der Nachwuchs braun.

Spatz 10

Kaum ein Vogel ist bei uns so bekannt wie der Spatz, der zu der Familie der Sperlinge gehört.

Krähe 10

Hut ab: Krähen sind sogar schlauer als so manches Säugetier.

Über Bildcode oder Link Karten-Rückseite herunterladen und basteln

→ **mehr.fyi/rueckseite**

QUERBEET *GENIESSEN*

Kräftig in Farbe und Geschmack:
Mit diesen **REZEPTEN** machen Sie garantiert
nicht nur Vegetarier glücklich.

Zutaten (für 4 Personen)

- 350 g junge Möhren
- 200 g Pastinaken
- 120 g Prinzessbohnen
- 3 kleine Rote Beten (roh)
- 1 mittelgroße Süßkartoffel
- 3 bis 4 Schalotten
- 1 bis 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Apfelessig
- 2 TL Agavendicksaft
- 1 TL Thymian
- 1 TL Bohnenkraut
- Salz, Pfeffer
- 150 g Feta
- 20 g Haselnüsse

Fotos: Nadine Greeff - Stocksy

GRAUPEN MIT BERGLINSEN UND APRIKOSEN

Zutaten (für 4 Personen)

- 100 g Berglinsen
- 100 g getrocknete Aprikosen
- 100 ml Apfelsaft
- 5 EL Apfelessig
- 1 gelbe Paprika
- 100 g Perlgraupen
- 2 EL kalt gepresstes Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 30 g Kürbiskerne
- 200 g junge Salatblätter

1. Berglinsen 25 Minuten in Wasser ohne Salz kochen, anschließend über ein Sieb abgießen und die Linsen mit klarem Wasser abspülen.
2. Aprikosen in Würfel schneiden, in eine kleine Schüssel geben und in Apfelsaft und 1 EL Apfelessig zugedeckt ziehen lassen. Einige Minuten beiseitestellen.
3. Paprika in kleine Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben.
4. Perlgraupen etwa 30 Minuten in Salzwasser kochen und ebenfalls über ein Sieb abgießen und mit klarem Wasser abspülen, um die überschüssige Stärke zu entfernen.
5. Die noch warmen Perlgraupen, die Aprikosen mit dem Sud und den Berglinsen zu den Paprika in die Schüssel geben, Ölivenöl, Salz, Pfeffer und restlichen Apfelessig dazu geben, durchmischen und zehn Minuten ziehen lassen.
6. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Öl rösten und zusammen mit den jungen Salatblättern unter die restlichen Zutaten mischen und servieren.

APFEL-ESSIG

Mit seiner säuerlichen Frische rundet Apfelessig viele Gerichte ab. Obendrein ist er gut für die Gesundheit: Er hilft zum Beispiel, den Cholesterinspiegel zu senken und aktiviert die Verdauung.

OFENGEMÜSE MIT FETA-KÄSE

1. Möhren und Pastinaken schälen, je nach Größe der Länge nach halbieren oder vierteln. Prinzessbohnen putzen.
   Rote Bete schälen (dazu am besten Handschuhe anziehen – der Saft der Knolle färbt intensiv und lässt sich nur schwer wieder abwaschen) und in kleine Stücke schneiden, Süßkartoffel schälen und in schmale lange Streifen schneiden. Schalotten schälen und halbieren.
2. Knoblauchzehen in eine sehr große Schüssel pressen und mit Olivenöl, Apfelessig, Agavendicksaft, Thymian, Bohnenkraut, Salz und Pfeffer vermischen. Das Gemüse dazu geben und gut durchmischen.
3. Alles auf ein Backblech geben und im Ofen bei 200 Grad 20 bis 25 Minuten backen.
4. In der Zwischenzeit den Feta-Käse mit der Hand zerbröseln, Haselnüsse grob hacken oder im Mörser klein stoßen, über die Gemüsemischung auf dem Backblech geben, weitere zehn Minuten mitbacken und servieren. Dazu passt Baguette und ein trockener Weißwein.

Einkaufszettel

Bildcode scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Smartphone laden

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie das Lösungswort unseres Kreuzworträtsels auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an:

Sömmerdaer Energieversorgung GmbH
Uhlandstraße 7
99610 Sömmerda

Lösungswort des Kreuzworträtsels in Heft 2/2018: Hitzefrei

Mit Ihrer 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 allen richtigen Lösungswörtern verlost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn wird nicht in bar ausbezahlt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Sofern sich der Gewinner auf eine Gewinnbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands.

Informationen gemäß Art. 13 DSGVO:

Verantwortliche Stelle: Sömmerdaer Energieversorgung GmbH, Uhlandstraße 7, 99610 Sömmerda, Telefon: 03634 3711-0, E-Mail: sev@sev-soemmerda.de
Datenschutzbeauftragte/-r:
E-Mail: datenschutz@sev-soemmerda.de

Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Eine Übermittlung der Daten in ein Drittland ist nicht vorgesehen. Die Daten speichern wir bis zum Ablauf der gesetzlichen Verjährungsfristen, die etwaige Ansprüche aus diesem Gewinnspiel dann ausschließen.

Weitere Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.sev-soemmerda.de/de/Home/Datenschutz/ abrufbar ist.

MULTITALENT

Lösen Sie unser **KREUZWORTRÄTSEL** und gewinnen Sie mit etwas Glück den Schmortopf Energy Red von Silit.

ANBRATEN, kochen, garen: Mit dem Schmortopf der Serie Passion von Silit gelingen Rinderragout, Kürbisgratin und Nudelauflauf. Kochvielfalt pur mit nur einem Topf. Das hochwertige Material Silargan bewahrt den natürlichen Geschmack der Zutaten und der Stahlkern im Boden speichert die Hitze für energiesparendes Kochen – egal, ob Sie Fleisch bei hohen Temperaturen anbraten oder Gemüse bei schwacher Hitze garen. Der Schmortopf ist für den Ofen und alle Herdarten geeignet. Durch den Sichtkochdeckel haben Sie den Kochvorgang immer im Blick. Und nach getaner Arbeit: ab in die Spülmaschine.