

Ausgabe 1 | 2023

treffpunkt

ENERGIEmagazin der Stadtwerke Wernigerode



Sonnenstrom

Im Stadtfeld beziehen Mieter Energie vom eigenen Gebäudedach

Kinder als Studenten

An der Kinderakademie Harz lassen Schüler ihrem Forscherdrang freien Lauf

Frühjahrscheck

Was wichtig ist, damit Ihr Fahrrad nach der Winterpause wieder rund läuft



Steffen Meinecke,
Geschäftsführer
der Stadtwerke
Wernigerode

Liebe Leserin, lieber Leser,

bei den Stadtwerken setzen wir alles daran, Wernigerode und Umgebung noch lebenswerter zu machen. Beispielsweise durch mehr vor Ort erzeugten Naturstrom. So haben wir nun unser erstes Mieterstromprojekt realisiert: Im Stadtfeld können die Bewohner eines ganzen Wohnblocks damit günstig Sonnenenergie vom eigenen Dach beziehen.

Unsere Leidenschaft für ein attraktives Wernigerode teilen wir mit vielen anderen Akteuren. Etwa mit der Kinderakademie Harz, die den Wissensdurst von Kindern mit praktischen Seminaren stillt. Wir freuen uns, wertvolle Angebote wie dieses durch unsere Stadtwerkstiftung fördern zu können. Denn: Gemeinsam machen wir Wernigerode noch lebenswerter! Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre,

Ihr Steffen Meinecke

Wir sind für Sie da:

Kundenzentrum am Hauptsitz:
Am Kupferhammer 38, 38855 Wernigerode
Öffnungszeiten:
Mo.–Do. 9–18 Uhr / Fr. 9–14 Uhr

Tel. 03943 556-326, Fax 03943 556-443
kundenservice@stadtwerke-wernigerode.de

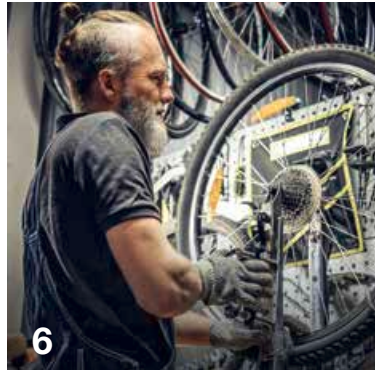
Kundenzentrum „treffpunkt ENERGIE“:
Ringstraße 37, 38855 Wernigerode
(in den Altstadt-Passagen)

www.stadtwerke-wernigerode.de

Stadtwerke Wernigerode, Am Kupferhammer 38, 38855 Wernigerode; Postfach 10 11 21, 38841 Wernigerode; Telefon 03943 556-318; www.stadtwerke-wernigerode.de; Lokalteil: Katja Bröker (verantwortl.)
Herausgeber: trumit GmbH, Uferstraße 21, 04105 Leipzig;
Redaktion: Simon Jahn
Bilder: Katja Bröker, Jan Kobel
Gestaltung: trumit GmbH-trumit Publishers
Druck: Bonifatius GmbH, Paderborn



4



6



12

Inhalt

- 4 Energiewende:** Stadtwerke sorgen mit Mieterstrom für grüne Energie im Stadtfeld
- 6 Mobilität:** Gönnen Sie Ihrem Fahrrad eine Frühjahrsinspektion.
- 8 Nachgefragt:** Fünf Fragen rund um die Energiekrise
- 9 Beruf:** Zwei Stadtwerk-Azubis haben ihre Lehre erfolgreich abgeschlossen.
- 10 Kinder:** Wissenswertes über unsere Zugvögel
- 12 Rezepte:** Mit diesen Karottengerichten kommen Farbe und Vitamine auf den Tisch.
- 14 Im Gespräch:** Winnie Kutzner von der Kinderakademie Harz
- 15 Wasser:** Praktische Tipps zum Warmwasser sparen
- 16 Kreuzworträtsel:** Gewinnen Sie einen von drei Fahrradcomputern

Die eigenen vier Wände

Der Traum vom Eigenheim – in Silstedt geht er dieses Jahr für etliche Familien in Erfüllung. Denn dort erschließen die Stadtwerke aktuell das Wohngebiet „Börstedter Straße“ mit 32 Grundstücken. Nach Anschluss des Areals an die Ver- und Entsorgungsleitungen des Ortsnetzes werden nun die Leitungen für Energie, Trink- und Abwasser sowie Glasfaser der Telekom unter der künftigen Wohngebietsstraße verlegt. Von dort geht es weiter bis auf die Grundstücke. Danach steht das Pflastern und Asphaltieren der Straßen an. Im Sommer

können dann voraussichtlich die ersten Bauherren beginnen. Tolles Extra: Auch der örtliche Radweg am Rande des Wohngebiets wird bis zum Ortsausgang verlängert und damit an den Radweg nach Derenburg angeschlossen. Am westlichen Ortsrand von Wernigerode erschließen die Stadtwerke gemeinsam mit der Stadt ab April 2023 ebenfalls ein Wohngebiet. 48 Bauplätze entstehen hier für Häuslebauer. Grundstücke sind aktuell noch in beiden Wohngebieten erhältlich. Interessierte wenden sich an die Stadtwerke unter 03943 556-218.



Hier scannen für alle aktuellen Infos



Foto: Polytechnis



Die Trophäe des Wernigeröder Wissenschaftspreises, die im Rahmen eines Festaktes im städtischen Rathausaal verliehen wird. Das Preisgeld der Auszeichnung beträgt 3.000 Euro.

Wissenschaftspreis: Jetzt bewerben!

Zum zehnten Mal vergibt die Wernigeröder Stadtwerkstiftung eine besondere Auszeichnung für herausragende wissenschaftliche Leistungen – den Wernigeröder Wissenschaftspreis. Die Ehrung, die bereits seit 2009 verliehen wird, ist mit 3.000 Euro dotiert und soll den wissenschaftlichen Nachwuchs in der Region fördern. Eingereicht werden können wissenschaftliche Arbeiten aller Disziplinen, thematische Einschränkungen gibt es nicht. Voraussetzung für die Bewerbung um den Preis ist lediglich ein regionaler Bezug zu Wernigerode. Zudem müssen die teilnehmenden Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler im Jahr der Preisverleihung noch unter 40 Jahre alt sein. Aus allen Einreichungen wählen der Vorstand der Stadtwerkstiftung sowie eine Experten-Jury gemeinsam die Preisträgerin oder den Preisträger aus. Die Bewerbungsunterlagen können unkompliziert online eingereicht werden: stadtwerke-wernigerode.de/wissenschaftspreis

Fertig, los!

Große Freude bei den Schülerinnen und Schülern der August-Hermann-Francke-Grundschule Wernigerode: Sie dürfen nun eine der modernsten Schulen deutschlandweit besuchen. Im Oktober wurde der dreistöckige Neubau mit Gründach, Holzfassade und Lernterrasse eingeweiht. Jetzt haben die Kinder in zehn Klassenzimmern und sechs Fachkabinetten die besten Lernvoraussetzungen. Und damit dabei immer ein gutes Raumklima herrscht, versorgen die Stadtwerke die Bildungseinrichtung mit umweltschonender Wärme aus Kraft-Wärme-Kopplung.

Sonnige Zeiten für Mieter

In der Dr.-Jacobs-Straße 6–8 im Stadtfeld haben die Stadtwerke erstmals eine Solaranlage installiert, die die Hausbewohner direkt mit **grünem Strom vom Dach** versorgt. Lesen Sie von unserem Besuch vor Ort bei dem Mieterstromprojekt.

Ein ausgemachter Ökofreak bin ich nicht unbedingt“, sagt Wolfgang Bartling, braune Lederschuhe, Jeans, kariertes Hemd. Lange zu überlegen brauchte der offenerzige 69-Jährige dennoch nicht: Als das Angebot der Stadtwerke Wernigerode vor ihm lag, für seine Mietwohnung künftig Sonnenstrom vom eigenen Dach zu einem attraktiven Preis zu beziehen, brachte er das Ganze gleich am nächsten Tag unter Dach und Fach. „Ich dachte mir: Wenn viele mitmachen, kann das ein Anschlag für weitere vergleichbare Projekte sein. Also mache ich den Anfang.“

Per Kran wurden die 186 Solarmodule für die Installation auf das Dach in der Dr.-Jacobs-Straße 6–8 gebracht. Im Haus bemerkte man darum von den Arbeiten nur wenig.

Bartling bewies damit Pioniergeist: Er war der erste Kunde des ersten Mieterstromprojekts der Stadtwerke. Mieterstrom bedeutet, dass Energie, die mittels Solarmodulen auf dem Dach eines Wohngebäudes erzeugt wird, direkt von den Bewohnern des Hauses oder des Quartiers verbraucht wird, ohne dass sie zuvor ins Stromnetz eingespeist wird. Weil auf diese Weise keine Netzentgelte anfallen und der Staat



Mieterstrom zusätzlich bezuschusst, kann der Gebäudeeigentümer oder ein von ihm beauftragter Dienstleister – in diesem Fall die Stadtwerke – den Nutzern den Strom zu günstigeren Konditionen anbieten.

Erster Mieterstrom-Kunde

Das Prinzip des Mieterstroms kannte Bartling bereits aus seiner Tätigkeit als Hausmeister in der Gebäudewirtschaft, die er die letzten drei Jahre vor seiner Rente ausgeübt hatte. Bedenken hatte er darum keine. Der Anreiz, seinen Strom mindestens zehn Prozent günstiger als in der vergleichbaren Grundversorgung zu beziehen, aber auch das Wissen darum, künftig Energie aus regenerativen Quellen zu nutzen, überzeugten ihn. Mehr als eine Unterschrift sei nicht notwendig gewesen, um das Angebot anzunehmen. Der Rentner lebt gemeinsam mit seiner Mutter im mittleren der drei Aufgänge des Wohnblocks in einer Dreizimmerwohnung. Er sei achtsam, was den Stromverbrauch angeht, versichert er – schließlich sei es in den



René Reulecke, Leiter Netztechnische Dienste bei den Stadtwerken, Mieter Wolfgang Bartling und Lars Bollmann, Stadtwerke-Projektleiter für das Mieterstromprojekt (v. l.)

letzten Jahren immer teurer geworden, den Lebensunterhalt zu bestreiten. „Dass ich den Strom jetzt günstiger beziehe, ist für mich deshalb auch ein Anreiz, hier dauerhaft wohnen zu bleiben“, erklärt er.

Reibungslose Installation

Den Stadtwerken war es ein Herzensanliegen, in Sachen Mieterstrom durchzustarten und damit auch die Energiewende in Wernigerode weiter voranzutreiben. „Für unser Pilotprojekt hat sich das Gebäude in der Dr.-Jacobs-Straße 6–8 als optimal erwiesen“, berichtet Projektleiter Lars Bollmann. Die Gebäude- und Wohnungsbaugesellschaft Wernigerode (GWW) stellte dem Energieversorger dafür die Dachfläche zur Verfügung. Da die Elektroinstallation im Haus kurz zuvor erneuert worden war, konnte die Photovoltaik-Anlage mit recht geringem Aufwand installiert werden. Zudem klappte die Bereitstellung der Technik reibungslos – in Zeiten vielfältiger Lieferengpässe alles andere als selbstverständlich.

Ein Stück Energiezukunft

Die 186 Solarmodule auf dem Wohnblock in der Dr.-Jacobs-Straße 6–8 bringen es zusammen auf eine Leistung von fast 70 Kilowatt-Peak und sammeln nun so viel Sonnenenergie ein, dass geschätzte 63.000 Kilowattstunden Strom jährlich erzeugt werden. Damit die Anlage so viel wie möglich vom Stromverbrauch im Haus abdecken kann, wurden die Solarmodule je zur Hälfte nach Osten und Westen ausgerichtet. So wird vor allem dann viel Strom erzeugt, wenn viel Energie verbraucht wird – morgens und nachmittags. „Etwa 80 bis 250 Euro an Stromkosten können die Mieter des Wohnblocks etwa pro Jahr mit dem Mieterstromangebot einsparen“, erklärt Lars Bollmann. 20 von 30 Mietparteien haben sich bereits dafür entschieden, das zu nutzen. Einer davon ist Wolfgang Bartling. Ausnahmsweise ließ Lars Bollmann den Premierenkunden einen Blick aufs Dach werfen. Die Technik ein-



„Egal ob sonnig oder bewölkt: Strom fließt immer!“

René Reulecke

Jederzeit sicher versorgt

René Reulecke ist Leiter Netztechnische Dienste bei den Stadtwerken. Er erklärt das Prinzip der Energieversorgung beim Mieterstrommodell: „Als Mieterstromlieferant sind wir gesetzlich verpflichtet, die gesamte Versorgung unserer Kunden zu gewährleisten. Wird also im Wohnblock mehr Strom verbraucht, als vom Dach zur Verfügung steht, werden die Haushalte automatisch mit grüner Energie aus dem örtlichen Stromnetz versorgt. Egal ob es sonnig oder bewölkt ist: Der Strom aus der Steckdose fließt immer. Die Vertragsbedingungen unterliegen zudem denselben gesetzlichen Regelungen wie 'normale' Stromlieferverträge. Auch zahlen Bezieher des Mieterstroms keinerlei zusätzliche Gebühren oder Abschläge für die Kosten der Dachanlage.“

mal ins Auge zu nehmen, die ihm nun täglich grünen Strom in seine Wohnung liefert, begeisterte den Rentner. „Hier kann man ein Stück Energiezukunft live sehen“, sagte er sichtlich zufrieden.

Weitere Projekte in Arbeit

Das Mieterstromprojekt in der Dr.-Jacobs-Straße ist erst der Anfang: In Zusammenarbeit mit der Wernigeröder Wohnungsgenossenschaft (WWG) arbeiten die Stadtwerke bereits daran, vier weitere Photovoltaik-Anlagen auf Wohnblöcken in der Stadt zu installieren. So können bald mehr als 100 Mietparteien in der Albert-Schweitzer-, der Albert-Einstein- sowie der Kopernikusstraße ebenfalls von nachhaltigem Mieterstrom zu attraktiven Preisen profitieren. Der Abschluss der Arbeiten soll bereits im Frühjahr erfolgen. Mit der GWW sind ebenfalls weitere Mieterstromprojekte in Planung. ■

Zur Sicherheit: E-Bike jährlich checken

Auch Besitzerinnen und Besitzer eines Elektrofahrrads sollten wichtige Teile wie Licht oder Bremsen regelmäßig auf ihre Funktion kontrollieren. Das E-Rad einmal im Jahr von einer Werkstatt warten zu lassen, verlängert auch die Lebensdauer. Die Fahrradprofis überprüfen die Lichtanlage, Bremsen, Bremsbeläge, Kette, Ritzel, Schaltung, Felgen und Reifen. Zum Check gehört außerdem eine Inspektion des Elektromotors mit eventuell nötigen Software-Updates sowie die Überprüfung des Akkus mit Ladegerät.

Haben Sie 'ne Schraube locker?

Macht nichts. Nach einem Frühjahrscheck zu Hause oder in der Profiwerkstatt läuft Ihr **Fahrrad** wieder wie geschmiert. Die Kontrolle von Licht und Bremsen ist überlebenswichtig. Ein Überblick, worauf es ankommt.



Purer Fahrspaß

Holen Sie sich ein neues E-Bike – inklusive 200-Euro-Förderprämie der Stadtwerke.

Mit etwas Glück winkt Ihnen zusätzlich ein Zubehör-Gutschein. Mehr auf:

[www.facebook.com/
StadtwerkeWernigerode](http://www.facebook.com/StadtwerkeWernigerode)

Reinigen

Ein sauberes Fahrrad sieht gut aus, fährt besser und verschleißt weniger. Lenker, Sattel, Rahmen, Felgen und alle Teile mit einem Lappen und warmem Wasser mit etwas Spülmittel von Schmutz befreien. Ein trockenes Tuch hilft beim Nachpolieren. Verchromte Teile und Metalle freuen sich über ein Metallpflegemittel, das Rost entfernt und Oberflächen schützt. Bei der Gelegenheit den Rahmen auf Risse und Verformungen untersuchen.

Ölen

Gut geschmiert fährt sich's leichter: Kette, Kettenblätter und Zahnkränze mit einem trockenen Lappen von Fett und grobem Schmutz befreien. Mit Fahrradöl abschmieren, überschüssiges Öl abwischen und die Tretkurbeln einige Male drehen, damit sich das Öl verteilt. Ist die Kette zu rostig, besser austauschen. Hängt sie durch, das Hinterrad lösen und die Kette nachspannen. Auch alle anderen beweglichen oder drehbaren Teile ölen und gängig machen.

Nachziehen

Alle Schrauben und Muttern, besonders die Verbindungen an Sattel und Lenker, kontrollieren und eventuell nachziehen. Die Sattelhöhe ist ideal eingestellt, wenn die Ferse mit leicht durchgestrecktem Bein die Pedale auf dem tiefsten Punkt erreicht.

Aufpumpen

Mit prallen Reifen rollt das Rad leichter, fährt sich sicherer und die Mäntel halten länger. Die Reifen mit einer Fahrradpumpe mit Manometer aufpumpen, Infos zu Mindest- und Maximalwert des Luftdrucks finden sich auf dem Mantel. Ist das Profil deutlich abgefahren oder zeigen sich am Mantel poröse Stellen und Risse, den Reifen besser ersetzen.

Prüfen

Lassen sich auf den Bremsklötzen keine Querrillen mehr erkennen, müssen sie erneuert werden. Scheibenbremsbeläge bei weniger als einem Millimeter austauschen. Die Bremsen sollten nicht an Felge oder Bremsscheibe schleifen. An den Stellschrauben am Griff lassen sich die Bremsen nachjustieren. Schwergängige Bremszüge mit Fahrradöl beweglich machen. Manche Bremssysteme dürfen nur mit Silikon Spray gewartet werden.

Kontrollieren

Bei Ansteckleuchten den Ladezustand von Batterien oder Akkus prüfen. Bei einer festen Lichtanlage alle Verkabelungen und Steckkontakte kontrollieren. Kommt kein Licht, ist meist ein Kabel defekt. Bei Nabendynamos sitzt oft der Stecker nicht richtig oder hat keinen Kontakt. Auch eine Klingel ist vorgeschrieben: Funktioniert sie noch? ■

FEST IM SATTEL

DEUTSCHLAND

79%

der privaten deutschen Haushalte hatten 2021 mindestens ein Fahrrad.



ITALIEN

1,9 MIO.

Fahrräder wurden 2021 in Italien produziert. Damit belegt das Land Platz 3 in Europa, hinter Portugal und Rumänien.



NIEDERLANDE

58%

der Niederländer „fietzen“ regelmäßig: 2- bis 5-mal pro Woche steigen sie aufs Rad.



1

Warum sind die Energiepreise so stark gestiegen?

Durch den Ukraine-Krieg, damit verbundene eingestellte Erdgaslieferungen aus Russland nach Europa und die Sanktionen gegen Russland musste Gas als Energiequelle kurzfristig anderweitig zu höheren Preisen eingekauft werden. Das trieb aber nicht nur den Gaspreis in die Höhe – auch die Kosten der Stromgewinnung aus dem fossilen Brennstoff stiegen. Der Grund: Weil die verfügbare Menge an Strom aus erneuerbaren Energieträgern nicht ausreicht, wird auch auf andere Erzeugungsquellen, zum Beispiel Gaskraftwerke, zurückgegriffen, um Strom zu erzeugen.



2

Wie funktionieren die staatlichen Preisbremsen?

Seit dem 1. März 2023 werden die Energiepreise rückwirkend zum 1. Januar des Jahres gedeckelt. Das bedeutet: Alles, was über einen bestimmten Satz hinausgeht, zahlt der Staat. Beim Gaspreis liegt die Grenze bei 12 Cent pro Kilowattstunde, beim Strom bei 40 Cent, für Wärme bei 9,5 Cent. Allerdings gelten die Preisbremsen nur für 80 Prozent des Vorjahresverbrauchs. So will die Bundesregierung auch weiterhin zum Sparen motivieren.

3

Welche zusätzlichen Entlastungen greifen 2023?

Mit dem „Gesetz zur temporären Senkung des Umsatzsteuersatzes auf Gaslieferungen über das Erdgasnetz“ wird der Umsatzsteuersatz auf Gaslieferungen seit Oktober 2022 bis Ende März 2024 von 19 auf 7 Prozent reduziert. Das gilt auch für Fernwärme. Die Stadtwerke Wernigerode geben die Senkung stichtagsgenau an Sie weiter. Für alle Gas- und Wärme-Verbräuche seit dem

1. Oktober 2022 zahlen

Sie also den gesenkten Umsatzsteuerbetrag.



4

Muss ich einen Antrag für die Energiepreisbremsen stellen?

Nein, ein Antrag ist nicht nötig. Haben Sie einen Liefervertrag mit den Stadtwerken abgeschlossen, hat der Energieversorger bereits automatisch geprüft, ob die gesetzlichen Preisdeckel für Sie wirksam werden. Das Ergebnis wurde allen per Brief mitgeteilt. Begleichen Sie als Mieter Ihren Energieverbrauch über die Nebenkosten, übernimmt Ihr Vermieter oder Abrechnungsdienstleister die Anpassung.



5

Was ist, wenn ich meine Rechnung nicht mehr zahlen kann?

Melden Sie sich rechtzeitig bei uns! So können Sie viele Unannehmlichkeiten und vor allem unnötige Kosten vermeiden. Bei unerwarteten Zahlungsproblemen finden wir eine gemeinsame Lösung. Als Empfänger von ALG II oder Sozialhilfe können Sie auch beim zuständigen Jobcenter bzw. Sozialamt Unterstützung bekommen und unter bestimmten Voraussetzungen ein Darlehen beantragen.



5 FRAGEN rund um die ENERGIE KRISE



Spitzenleistung!

Jetzt dürfen sie sich Anlagenmechaniker für Rohrsystemtechnik nennen: Jonathan Hüfken (r., 21) und Tom Wesoly (Mitte, 21) haben nach dreieinhalb Jahren Lehrzeit ihre Ausbildung bei den Stadtwerken abgeschlossen. „Und das mit Notenschnitten von 1,0 und 1,8!“, freut sich Ausbilder Axel Niemann (l.). Besonders die Praxiszeiten bei dem Energieversorger haben die beiden in der Lehre geschätzt: „Da konnten wir am meisten vom Beruf mitnehmen“, sagt Hüfken. Das kommende Jahr bleiben sie dem Unternehmen auf jeden Fall erhalten und sammeln Routine im Gas- und Trinkwassernetz. Auch danach können sie sich eine Zukunft bei den Stadtwerken gut vorstellen. Starte auch du bei den Stadtwerken ins Berufsleben! Alle Infos findest du hier:

www.stadtwerke-wernigerode.de/ausbildung

Alle Vögel sind schon da

Die Zugvögel sind aus ihren Winterquartieren zurück.

Aber warum waren sie eigentlich weg? Und wo? Das alles und noch viel mehr verraten wir euch gern!

Wusstet ihr, dass die meisten Vögel, die bei uns in Deutschland leben, Zugvögel sind? Sie verbringen den Winter nicht bei uns, sondern in Spanien, Südfrankreich und sogar in Afrika. Im Spätsommer und Herbst fliegen sie los, im Frühling sind sie rechtzeitig zum Brüten zurück.



Ist es euch Zugvögeln bei uns im Winter zu kalt?

Nein, keine Sorge! Aber den Insekten, die wir verspeisen, ist es hier zu kalt. Und davon gibt es im Süden genügend – für die Vögel, die immer dort leben, und für uns Neuankömmlinge auch!

In unserem Buchstabensalat haben sich sechs Vögel versteckt, die im Winter bei uns bleiben. Findest du sie?

C B E S L
 A A K T O Z J
 M Q U I P S R
 W S P A T Z I B
 M E S E K Ä N T S F
 T L J G L K O H L M E I S E
 D E U N B S P M M W S T R A
 T E R U A T L B U O R X M
 Z U N R Z E T R A B P
 Z T O A N R R I E G
 S K U K S B H P M
 P H N U J M O
 E A K A U L P
 C E Ö E E E
 H G N U Z T
 T M I E S
 T W G Z
 N R U O E
 E B R
 Q E P

Dürfen wir vorstellen? Die Fernflieger mit dem weitesten Weg.



Die Goldmedaille geht an den Weißstorch!
Schon Ende August brechen Weißstörche nach Afrika auf und legen dabei mehr als 10 000 Kilometer zurück. Ab April sind sie wieder in Deutschland und ziehen dann ihre Jungen auf.



Knappe Sache: Silber für den Kuckuck!
Auch den Kuckuck zieht's tief in den Süden. Er fliegt etwa 8000 bis 10 000 Kilometer weit und überwintert südlich vom Äquator – ein wahrer Langstreckenzieher!



Und die Bronzemedaille gibt's für die Nachtigall!
Ab Mitte August bricht die Nachtigall nach Afrika auf. Den Winter verbringt sie nördlich vom Äquator, zum Beispiel im Senegal, in Guinea, Somalia, Kenia und Nordtansania – bis dorthin sind es bis zu 7000 Kilometer.



Angeberwissen

Klar gibt es auch Vögel, die noch viel weiter reisen. Die **Küstenseeschwalbe** zum Beispiel pendelt jedes Jahr 70 000 Kilometer zwischen dem Nord- und Südpol hin und her. Unsere Fernflieger kommen aber alle aus Deutschland!

Zwei Drittel der Zugvögel sind Langstreckenzieher, ein Drittel Kurzstreckenzieher wie der Star oder der Kranich. Stare fliegen in Schwärmen und starten zu keiner festen Zeit. Je milder es ist, desto später machen sie sich auf den Weg Richtung Süden. Und manchmal bleiben sie sogar hier.



HABT IHR LUST, DEN VÖGELN BEIM NESTBAU ZU HELFEN?

Schnappt euch einen Stoffbeutel und streift ein bisschen durch den Garten, Wald oder Park. Nehmt **Moos, kleine Zweige, Herbstlaub oder Grashalme** mit. Die legt ihr zum Beispiel unter eine Hecke, wo sich die Vögel dann bedienen können.

Auch **Woll- und Stoffreste** (bitte keine Kunstfasern!) könnt ihr sammeln und in eine Pappschachtel legen. Wenn ihr mögt, mischt **Haare von eurem Hund oder der Katze** unter. Stellt die Schachtel in eine geschützte Ecke im Garten. Ihr werdet euch wundern, wie schnell die ersten Meisen oder Spatzen kommen.



DIE STUNDE DER GARTENVÖGEL

Jedes Jahr im Mai werden überall im Land die Vögel gezählt. Und ihr könnt natürlich auch mitmachen! Was der Naturschutzbund damit erreichen will und wie das Ganze funktioniert, erfahrt ihr hier: mehr.fyi/gartenvoegel
Ach ja: Tolle Preise gibt es auch zu gewinnen!

Farbe auf dem Teller

Möhren können weit mehr als eine schöne Beilage sein:
In unseren Rezepten wird die **Karotte** zum Hauptdarsteller.
Vorhang auf für ein buntes Kochvergnügen!



**INGWER STÄRKT
DAS IMMUN-
SYSTEM.**

KAROTTENSUPPE MIT INGWER

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Karotten
- 20 g frischer Ingwer
- 50 g Margarine
- 1 EL brauner Zucker
- 200 ml Kokosmilch
- 500 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Basilikum

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten

- 1 Die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ein paar Scheiben für die Deko aufheben. Den Ingwer schälen und in sehr feine Würfel schneiden.
- 2 Ingwer und Karotten in Margarine anschwitzen, Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen, aufkochen und bei mittlerer Hitze etwa 10 bis 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit dem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Mit den zurückgelegten Karottenscheiben und Basilikum dekorieren und servieren.

BUNTER GEBRATENER KAROTTENSALAT

Zutaten für 4 Personen:

- 800g bunte Karotten
- 40 g Sesam
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Bund Basilikum
- 2 EL Kapern
- 6 EL Rapsöl
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g in Öl eingelegte getrocknete Tomaten
- 1 Fladenbrot
- 2 EL Weißweinessig
- 20 g Margarine
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungszeit:
ca. 35 Minuten

- 1 Den Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Die Karotten schälen, je nach Größe halbieren oder vierteln und in einem Topf mit 1 Liter Salzwasser circa 5 bis 7 Minuten blanchieren. Die Karotten in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
- 2 Den Sesam in einer großen Pfanne ohne Fett hellbraun rösten, dann herausnehmen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, mit dem Knoblauch und den Kapern fein hacken und in einem Schälchen mit 4 EL Öl verrühren.
- 3 Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und längs halbieren. Das Fladenbrot in

schmale Scheiben schneiden und im Backofen circa 7 Minuten knusprig backen.

- 4 Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen. Die Karotten darin rundherum anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Mit dem Essig ablöschen, Margarine, Tomatenstreifen und etwas Sesam hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles 1 bis 2 Minuten in der Pfanne schwenken. Das Fladenbrot aus dem Ofen nehmen.
- 5 Die Karotten auf Tellern anrichten, den restlichen Sesam darüber streuen und das Kräuteröl darüber träufeln. Den noch warmen Salat mit den Fladenbrotscheiben servieren.

Rund 9,5 Kilogramm Karotten essen die Deutschen pro Person und Jahr. Mehr als **300 verschiedene Sorten** gibt es in Europa.

SESAM ENTHÄLT SEHR VIEL EISEN.



Einkaufszettel

QR-Code scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Smartphone laden



„Die Themen bestimmen bei uns die Kinder!“

Winnie Kutzner

Wo Kinder studieren

Seit 2009 lädt die Kinderakademie Harz zum Entdecken und Experimentieren ein. Winnie Kutzner, Leiterin des Internationalen Bundes im Landkreis Harz, stellt das Angebot vor.

Wie kam es dazu, eine Kinderakademie ins Leben zu rufen?

Seit 2006 führen wir mit der Hochschule Harz viermal jährlich Kindervorlesungen durch. Dabei entstand die Idee, die theoretischen Inhalte in Seminaren in die Praxis umzusetzen. Weil das Interesse daran so groß war, bieten wir seit 2009 jedes Jahr ein Semester mit zwölf bis 14 Veranstaltungen an.

Worum geht es in den Seminaren?

Unsere Schwerpunkte sind Umwelt, Technik, Naturwissenschaft und Demokratie. Die Themen bestimmen die Kinder selbst. Sie können ihre Wünsche in unseren Briefkasten einwerfen. Daraus entwickeln wir die Seminarinhalte. Wir hatten zum Beispiel kürzlich das Thema „Vegan – gesund oder riskant?“. Da haben wir erst mal aus Prospekten Lebensmittel ausgeschnitten und damit eine Ernährungspyramide aufgebaut. Wir haben geschaut, wie man tierische Produkte durch vegane Alternativen ersetzen kann und zusammen vier vegane Gerichte gekocht. Am Ende haben wir überlegt, ob eine vegane Ernährung nicht nur für den einzelnen Menschen,

sondern auch global gesehen gesund ist. Dabei leiten wir die Kinder stets an, sich ihre Standpunkte selbst zu erarbeiten.

Wer kann an der Kinderakademie teilnehmen?

Jeder, der zwischen sechs und 14 Jahre alt ist. Pro Semester haben wir 100 bis 150 Studenten.

Studenten?

Ja! Bei regelmäßiger Teilnahme kann man einen Bachelor und Master erwerben oder sogar Professor werden. Pro besuchter Veranstaltung erhält man einen Punkt, bei einer bestimmten Punktzahl den Abschluss samt Urkunde und Geschenk.

Und was kostet das Ganze?

Wir erheben lediglich einen Beitrag für den Materialaufwand. Personalkosten tragen wir. Und Dozenten-Honorare versuchen wir über Förderer wie die Stadtwerkstiftung abzudecken.

Wie kam es zu dieser Förderung?

Als die Startförderung durch die Stadt auslief, bot uns die Stiftung an, eine gewisse Anzahl an Veranstaltungen finanziell abzusichern. Dadurch können wir pro Semester meist zwei Seminare plus die Abschlussparty umsetzen. Eine tolle Hilfe! ■

Nichts für Warmduscher

Ist kürzer und kälter duschen gesund? Wird Unterwäsche bei 30 Grad sauber? Reicht zum Geschirrspülen der Eco-Modus? Wer **Warmwasser sparen** will, steht oft vor kniffligen Fragen. Ein Ratgeber, wie Sie ohne Abstriche bei Gesundheit und Hygiene weniger Energie verbrauchen.

SELTENER UND KÜRZER DUSCHEN?

Spart Energie – und ist gesund. Laut Experten reichen zwei oder drei Duschgänge von jeweils sieben bis zehn Minuten pro Woche völlig aus. Das ist nicht nur besser für die Umwelt und den Geldbeutel, sondern auch für den Körper. Denn je länger und heißer geduscht wird, desto schneller trocknen Haut und Haar aus. Zu häufiges Duschen mit viel Duschgel greift außerdem den Säureschutzmantel der Haut an. Lauwarmes Wasser öffnet die Poren für eine optimale Reinigung und verbraucht weniger Energie. Kalte Duschen und Wechselduschen stärken obendrein die Abwehrkräfte und regen den Kreislauf an.

GESCHIRrspÜLEN IM ECO-MODUS?

Super Sache. Laut Stiftung Warentest werden Tassen und Teller im Eco-Modus genauso sauber wie im Standardprogramm. Das dauert zwar länger, verbraucht aber weniger Strom, da das Wasser nur auf 45 bis 55 statt 65 bis 75 Grad erhitzt wird. Insbesondere das Erwärmen des Wassers braucht viel Energie. Der Effekt eines Ökowaschganges lässt sich gut mit einer langsamen Fahrt auf der Autobahn vergleichen: Man kommt zwar etwas später ans Ziel, benötigt dafür aber weniger Treibstoff.

SOCKEN WASCHEN BEI 30 GRAD?

Völlig okay. Normal verschmutzte Kleidung wird schon bei 30 Grad sauber – das gilt für T-Shirts und Hosen ebenso wie für Unterwäsche und Socken. Wenn Oberteile nach dem Tragen strenger riechen, einfach die Temperatur auf 40 Grad erhöhen. Senkt man die Temperatur von 60 auf 40 oder von 40 auf 30 Grad, lassen sich bis zu 40 Prozent Energie sparen. Nur Handtücher, Waschlappen, Geschirr- und Spültücher sollten grundsätzlich bei 60 Grad gewaschen werden – am besten einmal im Monat. Das verhindert, dass sich in der Waschmaschine ein muffelnder Biofilm bildet.

WARMWASSERTEMPERATUR ABSENKEN?

Keine gute Idee. Das Wasser in der Hausinstallation sollte auf mindestens 60 Grad erhitzt werden, bevor es aus dem Hahn kommt. Ansonsten können sich Legionellen ausbreiten und die Gesundheit gefährden. Denn die Bakterien vermehren sich besonders gern bei Temperaturen zwischen 25 und 55 Grad Celsius. Statt die Temperatur des Warmwassers im Leitungssystem abzusenken, ist es daher besser, den Verbrauch zu reduzieren – zum Beispiel durch wassersparende Armaturen.

Mehr Infos zum Trinkwasser

Das Umweltbundesamt (UBA) hat alle für Verbraucher wichtigen Infos zum Leitungswasser, seiner Qualität und der Trinkwasserinstallation im Haus in einer Broschüre zusammengefasst. Sie finden diese zum kostenlosen Download unter:

mehr.fyi/trinkwasser-uba

RÄTSEL

eine Marderart	Pizzagewürz	eh. spanische Währung	▼	Trauben-ernte	spanischer Artikel	▼	Teil des Krankenhauses (Abk.)	▼	▼	Ausruf des Erstau-rens	Wasser-fahr-zeug	▼	Mast-baum-befesti-gung
▶	▼		3	▼	das ABC	▶			9		▼		
▶					<div style="background-color: black; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> <h2>Rätseln und gewinnen</h2> <p>Die Buchstaben aus den farbig umrandeten Kästchen der Reihenfolge nach rechts eintragen und fertig ist das Lösungswort.</p> <p>Einsendeschluss ist der 21. April 2023</p> </div>				▶		2		Post-sendung
Garten-gemüse		nicht unten							See-manns-gruß	dt. Fußball-bundes-trainer		engli-scher Graf	▼
Ost-germane	▶	▼							▶	▼	1	▼	
arabi-scher Sack-mantel	▶			kurz für: eine					Ab-schnitt		Faultier	▶	8
Ordens-frau		5	ledig-lich	▶					10		Kreis-zahl	▼	
▶					fünfter Monat des Jahres	▶			Irland in der Landes-sprache	▶			
▶									Raubtier	▶	4		

Lösungs-wort:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

DER WEG ZUM GEWINN

Schreiben Sie das Lösungswort des Rätsels auf eine frankierte Postkarte und senden Sie diese an: Stadtwerke Wernigerode GmbH
Kennwort: Energie-Quiz
Postfach 10 11 21, 38841 Wernigerode

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, Sammel-einsendungen bleiben unberücksichtigt. Das Lösungswort des Bilderrätsels in Heft 4/2022 lautete NATURSTROM. Die Gewinner der INSTAX Mini 11 Sofortbild-kamera sind Tom Brasche (Veckenstedt), Gabi Kurkowitz (Ilseburg) und Christine Sühling, (Wernigerode). Herzlichen Glückwunsch!

Mit der Teilnahme akzeptieren Sie folgende Teilnahmebedingungen: Teilnah-meberechtigt sind alle, die mindestens 18 Jahre alt sind und ihren Wohnsitz in der Bundesrepublik Deutschland haben. Jede Person darf nur einmal am Gewinnspiel teilnehmen. Der Gewinn wird unter den Einsendern mit der richtigen Lösungszahl verlost. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimmen Sie der Veröf-fentlichung Ihres Namens inkl. Ort zu. 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. Die Einsendungen werden nach einem halben Jahr vernichtet.

Informationen gemäß Art. 13 DSGVO:
Verantwortliche Stelle: Stadtwerke Wernigerode GmbH, Am Kupferhammer 38, 38855 Wernigerode, Tel. 03943 556-0, info@stadtwerke-wernigerode.de, Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage hierfür ist Art. 6 Abs. 1 lit. a). Die Angabe der Daten ist zur Bearbeitung Ihres Anliegens erforderlich. Ohne deren Bereitstellung können wir Ihr Anliegen nicht oder allenfalls eingeschränkt beantworten. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Kopplung an sonstige Leistungen. Datenschutzbeauftragte/-r: Stadtwerke Wernigerode GmbH, Am Kupferhammer 38, 38855 Wernigerode, Tel. 03943 556-314, datenschutz@stadtwerke-wernigerode.de. Weitere Informationen zum Daten-schutz können Sie unseren Datenschutzhinweisen entnehmen, die unter www.stadtwerke-wernigerode.de/datenschutz abrufbar sind oder die Sie postalisch anfordern können.

Sportskanone

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und gewinnen Sie einen von drei multifunktionalen **Fahrradcomputern** ROX 2.0 der Marke Sigma.



Was gibt es im Früh-ling Schöneres, als sich aufs Fahrrad zu schwin-gen und den Fahrtwind in der erblühenden Natur zu genießen? Mit dem ROX 2.0 haben Sie den perfekten Begleiter dabei. Der kompakte Fahr-radcomputer vereint 14 Funktionen, wie die Anzeige von Geschwindigkeit, Distanz und Fahrzeit, die mithilfe der kostenlosen SIGMA RIDE App aufs Smartphone übertragen werden. Er

bietet zudem individu-ell einstellbare Sport-profile und navigiert den Fahrer mittels GPS zu seinem Ziel. Der Akku mit seinen 18 Stunden Laufzeit hält auch langen Tou-ren stand. Weitere Highlights sind Wasserdichtigkeit, ANT+ und BLE-Kon-nektivität. Mit kompatiblen E-Bikes ver-bunden, informiert er sogar über deren Akkustand, Reichweite und Unter-stützungsstufe.

Foto: SIGMA-ELEKTRO GmbH