

DAHEIM MAGAZIN

01 | 2023

Wilde Schätze

Überall blüht und sprießt es. Welche Wildkräuter jetzt wachsen und wie sie sich nutzen lassen.

Windkraft

Wir räumen mit den Mythen auf und zeigen, wie es mit den Windrädern klappt.

ZE AG
+ energie

meine Zukunft Energie AG



Liebe Leserin, lieber Leser,

es gibt viel, was man sich über Windkraftanlagen erzählt. Leider kursieren etliche irrtümliche Behauptungen, die den Ausbau der Windenergie bremsen. Dabei ist die Windkraft die wichtigste Energiequelle Deutschlands und das stärkste Mittel im Einsatz für die Energiewende. Die ZEAG verleiht mit ihrem bewährten Konzept der Bürgerbeteiligung dem Windenergieausbau kontinuierlich Schub und erreicht damit immer mehr Akzeptanz und Wohlwollen bei den Menschen vor Ort. Wir widmen die Seiten 4 und 5 der vorliegenden Ausgabe dem Thema Windkraft, um noch mehr Bürgerinnen und Bürger von deren großem Nutzen zu überzeugen. Auf den Folgeseiten erfahren E-Autofahrer, wie sie sich mit der THG-Quote ein Taschengeld verdienen können, und Strom- und Gasverbraucher, was es mit den Preisbremsen auf sich hat.

Es grüßt Sie herzlichst Ihr

Franc Schütz
Vorstand der ZEAG Energie AG



Dosenaktion für Heilbronner Tafel

Ein ganzer Caddy voll mit Kisten und Kartons, gefüllt mit Lebensmittelspenden, die am Energiestandort Heilbronn gesammelt wurden. Das war das erfreuliche Ergebnis der von der Gospelcrew Heilbronn im vergangenen Jahr initiierten „Dosenaktion“. Die Auszubildenden der ZEAG-Netztochter NHF Heilbronn-Franken mbH haben die Großspende Anfang des Jahres an die Heilbronner Tafel überreicht. Marco Schönberger, Leiter der Tafel, bedankte sich herzlich für das Engagement aller Beteiligten. Die Zahl der bedürftigen Menschen ist zuletzt weiter gestiegen, die Wartezeit vor dem Laden betrug selbst bei kalten Temperaturen bis zu zwei Stunden. Weil der Bedarf an Unterstützung ungebrochen ist, plant die ZEAG weitere Hilfsaktionen.

Gemeinsame Power fürs Klima

Keine Alleingänge – immer gemeinsam mit den Menschen vor Ort. Unter diesem Credo ebnet die ZEAG Energie AG durch den Ausbau von Wind- und Photovoltaikanlagen bereits seit 2005 den Weg zur Klimaneutralität in der Region. Der Ausbau findet immer in Partnerschaft mit den Städten und Gemeinden statt und selbstverständlich mit den Bürgerinnen und Bürgern. Das Bürgerbeteiligungsmodell ermöglicht den Menschen in den Kommunen die ideelle und wirtschaftliche Teilhabe an der Energiewende. Bereits 30 Partnerschaften sind so in den letzten Jahren gewachsen, zuletzt in Talheim am Neckar, Lauffen am Neckar und Schöntal.

Impressum: Daheim Magazin – Kundenzeitschrift der ZEAG Energie AG, Weipertstraße 41, 74076 Heilbronn, Telefon 071 31 610-0, Telefax 071 31 610-183 verantwortlich: Anja Leipold
Redaktion: Jini Srisuphannaraj (ZEAG Energie AG), Beate Härter und Johanna Trommer (Trurnit) **Verlag:** Frank Trurnit & Partner Verlag GmbH **Druck:** Bonifatius GmbH, Paderborn
Papier aus 100 % Altpapier, ausgezeichnet mit dem Blauen Engel und dem EU Ecolabel



Auf Stippvisite am Energiestandort

Verkehrsminister Winfried Hermann besuchte im Januar die ZEAG Energie AG. Sein besonderes Interesse galt den Multifunktions-Lichtstelen der ZEAG sowie der Ladeinfrastruktur in Heilbronn.



Ist die ZEAG mit von der Partie, bedeutet Spatenstich einen weiteren Schritt in eine nachhaltige Zukunft. Am 23. Januar erfolgte der Startschuss für die Arbeiten am Neckarbogen-Parkhaus, in dem eine Energiezentrale mit Wärmepumpe, Solaranlage und Blockheizkraftwerk entstehen wird. Zu Gast war der baden-württembergische Verkehrsminister Winfried Hermann, auf Einladung von Gudula Achterberg, der Grünen-Landtagsabgeordneten des Wahlkreises Heilbronn. Im Anschluss nutzte „Winne“ Hermann die Gelegenheit, die ZEAG Energie AG in der Weipertstraße näher in Augenschein zu nehmen. Besonders interessierte sich der Minister für die zu Demonstrationszwecken ausgestellten multifunktionalen Lichtstelen. ZEAG-Experte Tim Vogelmann erläuterte die verschiedenen Leuchtentypen sowie deren unterschiedliche Funktionsmodule.

Mehr als nur Licht

„Straßenbeleuchtung ist heutzutage keine prähistorische Reihenschaltung mehr wie bei alten Lichterketten an

Weihnachtsbäumen“ kommentierte der Landesminister vor Ort. Außer dem Zweck einer zielgerichteten Beleuchtung erfüllen die Stelen auch moderne Anforderungen für eine zukunftsfeste Stadtplanung. Als effiziente technologische Neuerungen sind sie ein Bestandteil sogenannter Smart Citys: Neben der originären Beleuchtungsfunktion können die modernen Masten in Modulbauweise Lautsprecher, digitale Funktionen der Verkehrssteuerung, öffentliches WLAN und Lademöglichkeiten für E-Fahrzeuge anbieten. „Die Möglichkeit, mehrere Funktionen in einer Stele unterzubringen, ist für eine moderne Planung von Städten und Gemeinden attraktiv und eröffnet zudem die Möglichkeit der Vernetzung der Bereiche Energie und Mobilität“, fasste Teamleiter Tim Vogelmann seine Eindrücke zusammen.

100 Kilometer in 5 Minuten

Im Anschluss an den Besuch am Energiestandort fuhr die Delegation im e-Carsharing-Fahrzeug MO zum ersten Schnellladepark Heilbronn auf dem Gelände von Edeka Ueltzhöfer in der Charlottenstraße. ZEAG-Vorstand Franc Schütz stellte klar: „Es bedarf für die unterschiedlichen Anforderungen einer Antriebswende vielfältige Lademöglichkeiten, für E-Fahrer, die keine eigene Lademöglichkeit zu Hause haben, ebenso wie an Schnellladepunkten.“ Seit 2021 kann auf dem Edeka-Parkplatz – je nach Fahrzeugtyp – mit bis zu 300 Kilowatt Leistung geladen werden. So lassen sich in nur fünf Minuten bis zu 100 Kilometer zusätzliche Reichweite gewinnen. Diese Möglichkeit nutzte auch das Ministerfahrzeug, bevor es zum nächsten Termin nach Stuttgart weiterging.

Winfried Hermann (2. v. l.) informierte sich über die multifunktionalen ZEAG-Lichtstelen. Vor der Weiterfahrt nutzte er die Gelegenheit und lud sein Auto an der E-Ladesäule (Bild oben).



So klappt's mit den Windrädern

Die Energiewende muss sein. Das ist wichtig für unsere Klimazukunft. Die ZEAG setzt ihr Konzept erfolgreich um, das Rezept heißt: Bürgerbeteiligung.

Das Beste, was wir für eine sichere, nachhaltige Energieversorgung tun können, ist der schnellstmögliche Ausbau erneuerbarer Energieerzeugung. Die Bedeutung einer von außenpolitischen Zwängen unabhängigen, dezentralen Stromerzeugung ist kaum ausreichend groß zu bemessen. Die ZEAG handelt mit Augenmaß und gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern vor Ort. Die Ergebnisse sprechen für sich: Das Unternehmen betreibt in der Region bereits acht Windparks mit einer installierten Gesamtleistung von rund 125 Megawatt, weitere Anlagen befinden sich im Bau. Dazu kommen circa 140 Photovoltaikanlagen, sodass umgerechnet rund 65.000 Haushalte ihren Bedarf mit grünem ZEAG-Strom decken können. Dies bedeutet eine enorme Einsparung von Treibhausgasen wie CO₂.

Handeln im Auftrag

Bei all diesen Maßnahmen und Vorhaben sind die Menschen in der Region eingebunden. Sie mitzunehmen und

in ihrem Auftrag zu handeln, ist das Credo der ZEAG. Bereits in 30 Kommunen und Gemeinden geschieht dies über ein Bürgerbeteiligungsmo- dell. Die Einnahmen bleiben also vor Ort und die Bürgerinnen und Bürger in den dortigen Gemeinden und Städten profitieren direkt von ihrem Wind- oder PV-Park. Eine Kommune, die bereits heute mit den Einnahmen aus den Erzeugungsanlagen vor Ort den Freizeitwert konsequent steigert, ist Hardthausen am Kocher.

Profit durch Windenergie

„Wir investieren in gemeindeeigene Freizeiteinrichtungen, ohne den Gemeindehaushalt zusätzlich zu belasten. Das ist nur möglich, indem die Einnahmen aus dem Hardthausener Windkraftfonds für diese Baumaßnahmen verwendet werden“, berichtet Bürgermeister Thomas Einfalt. Dank Windkraft gibt es bereits den neuen Abenteuerspielplatz „Hofwiese“ im Ortsteil Kochersteinsfeld, auf einem anderen Spielplatz freuen sich die kleinen Besucher über neue Spielge-

räte. Weiterhin sollen unter anderem schattenspendende Bäume gepflanzt, eine Balancieranlage und zwei Sonnensofas errichtet sowie ein Volleyballfeld angelegt werden.

Dank Windkraft gibt es einen neuen Spielplatz, freut sich Bürgermeister Thomas Einfalt.



Mythen der Windkraft

Geht es um Windkraftanlagen, halten sich einige Argumente hartnäckig. Zeit, diese zu entkräften.

Windräder verunstalten die Landschaft

Windenergieanlagen sind teils weithin sichtbar, das ist nicht von der Hand zu weisen. Das Argument der großflächigen Landschaftsveränderung lässt aber auch häufig außer Acht, dass schon zwei Prozent der Landesfläche ausreichen, damit die Windenergie ihren erforderlichen Beitrag leisten kann.

Windenergieanlagen zerstören Waldflächen?

Was umgangssprachlich als „Wind im Wald“ betitelt wird, ist irreführend. Passender wäre die Umschreibung „Windenergie auf forstwirtschaftlichen Nutzflächen“, denn: Waldgebiete mit wertvollen Laub- und Mischwäldern oder Schutzgebiete mit hoher ökologischer Wertigkeit für Mensch und Tier sind von der Windenergienutzung streng ausgeschlossen. Dabei ist die Energiewende eine wichtige Voraussetzung für den klimagerechten Umbau zu stabilen Mischwäldern und die Erhaltung der Natur. Für die Anlagen sind oft nur kleinflächige Rodungen nötig. Durch Dürre und Schädlinge verursachte Kahlflecken können dafür genutzt werden.

Windräder töten massenhaft Vögel

Mehr als 18 Millionen Vögel verunglücken jedes Jahr in Deutschland durch Kollisionen mit Glasflächen, da die Tiere diese nicht als solche erken-

nen. Zum Schutz der Tiere in Windparks halten Planer hohe artenschutzrechtliche Vorgaben ein. So wird noch vor dem Baubeginn im artenschutzrechtlichen Genehmigungsverfahren die Flora und Fauna ein Jahr lang durch einen unabhängigen Gutachter beobachtet. Zusätzlich schaffen Ausgleichsmaßnahmen neue Biotop- und Lebensräume für bedrohte Arten.

Weitere Infos zur Windkraft gibt es hier. Einfach den QR-Code scannen:



Taschengeld fürs E-Auto

Fahrstrom statt Sprit: Das zahlt sich auch in Form einer jährlichen Bonus-Zahlung aus. Über die ZEAG Energie AG lässt sich die Prämie online beantragen.

Stimmt, wer ein E-Kennzeichen besitzt, hat Sonderrechte. Geschmeidig rollt man auf besonders gekennzeichnete, kostenlose Parkplätze, muss keine Kfz-Steuer zahlen und darf zuweilen die Busspur benutzen. Seit 2022 bekommen Halterinnen und Halter von Elektrofahrzeugen auch noch ein jährliches Taschengeld ausbezahlt, und zwar über die Treibhausgasminderungs-Quote (THG-Quote). Sie verdienen praktisch durch die nachhaltige Antriebsenergie ihres Fahrzeugs Geld. Dahinter stecken die Umweltauflagen für die Mineralölindustrie, die vorschreiben, dass der Ausstoß von Klimagasen durch fossile Treibstoffe jedes Jahr gesenkt werden muss. Die Konzerne haben

die Option, „Verschmutzungsrechte“ zu erwerben, um ihren Minderungspflichten nachzukommen. Das heißt: Sie können THG-Quoten einkaufen. Und wer ein E-Fahrzeug besitzt, kann seine persönlichen Quoten auf dem Kraftstoffmarkt geltend machen und eine Prämie von mehreren Hundert Euro dafür erhalten.

Umfassender ZEAG-Service
Sinn und Zweck des THG-Handels ist, konventionelle Kraftstoffe teurer und damit unattraktiver zu machen. Dadurch soll der Anteil an Elektrofahrzeugen erhöht werden. Die ZEAG Energie AG bietet Besitzern von E-Autos eine zuverlässige und schnelle Möglichkeit, ihre THG-Quote zu verkaufen.

Mit einer garantierten Auszahlung von 285 Euro pro Jahr und dem umfassenden Service von Anerkennung der Quote bis zum Verkauf können diese sicher sein, dass sie das Beste aus ihrer THG-Quote herausholen. Die Nutzung eines Elektrofahrzeugs bedeutet bereits einen wichtigen Beitrag zur Energiewende. Durch den THG-Quoten-Verkauf an einen Kooperationspartner werden die CO₂-Einsparungen übertragen und mittels einer Jahresprämie ausbezahlt.

Mehr Informationen auf:
www.zeag-energie.de/thg-quote



Verbraucher erhalten eine Mitteilung mit ihrem neuen Abschlagsplan.

Gut informiert und gut beraten

Mehr Informationen und Antworten zu den Energiepreisbremsen gibt es unter:
www.zeag-energie.de/faq

Die persönlichen Entlastungsbeträge lassen sich ganz einfach berechnen auf:
preisbremse.dienetzwerkpartner.com

Tipps zum Energiesparen finden sich unter:
zeag-energie.de/energiesparen



Energiepreisbremse – das steckt dahinter

Am 16. Dezember 2022 wurden die Gesetze für die Gas-/Wärme- und Strompreisbremse auf den Weg gebracht. Wir haben die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefasst.

Was ist die Strompreisbremse?

Seit Monaten ist die Situation an den Energiemärkten angespannt. Durch die deutlich gestiegenen Beschaffungskosten für Energie sind die Preise für Strom, Gas und Wärme gestiegen beziehungsweise haben sich auf einem hohen Niveau eingependelt. Der Gesetzgeber hat die Einführung der Gas-/Wärme- beziehungsweise Strompreisbremse beschlossen, um die Verbraucher in Deutschland zu entlasten. Der Gas-/Wärme- und Strompreisdeckel gilt ab dem 1. März 2023 rückwirkend zum 1. Januar 2023 mit einer Laufzeit bis Ende 2023. Die Gesetze sind vorerst bis Ende 2023 befristet.

Für wen gilt die Strompreisbremse?

Von der Strompreisbremse profitieren unter anderem Privathaushalte sowie Kleingewerbe mit einem jährlichen Verbrauch von bis zu 30.000 kWh, wenn der Kilowattstundenpreis in ihrem Vertrag oberhalb des gedeckelten Preises liegt. Dabei gilt für 80 Prozent des prognostizierten Jahresverbrauchs der gedeckelte Preis von 40 ct/kWh

(brutto). Die restlichen 20 Prozent erhalten Sie als Kundin und Kunde zu dem mit der ZEAG vertraglich vereinbarten Preis.

So berechnen Sie die Entlastung:

Nutzen Sie gerne den Online-Rechner: preisbremse.dienetzwerkpartner.com. Dahinter steckt diese Formel:

- $1/12$ des prognostizierten Jahresverbrauchs x Ihr regulärer Verbrauchspreis ct/kWh = Ihr monatlicher Verbrauchspreis ohne Preisbremse
- $1/12$ des prognostizierten Jahresverbrauchs x $0,8 \times 40$ ct/kWh (brutto, inkl. Steuern, Abgaben und Umlagen) + $1/12$ des prognostizierten Jahresverbrauchs x $0,2 \times$ Ihr regulärer Verbrauchspreis ct/kWh = Ihr monatlicher Verbrauchspreis inkl. Preisbremse
- Monatlicher Verbrauchspreis ohne Preisbremse – monatlicher Verbrauchspreis inkl. Preisbremse = Ihr Entlastungsbetrag pro Monat

Bitte beachten Sie, dass der Grundpreis in der Berechnung nicht enthalten ist. Dieser wird bei der Umsetzung der Preisbremse nicht berücksichtigt und bleibt unverändert.

Kicken unter **LED-Fluter**

Um bei Dunkelheit zu trainieren, braucht es einen gut ausgeleuchteten Sportplatz. Aktuelle Förderprogramme unterstützen die Umrüstung auf sparsamere Lichtenanlagen.

Flutlicht geht auch ohne Stromflut, dank moderner LED-Strahler. Viele Sportplätze hierzulande werden noch von Halogenlampen ausgeleuchtet, die ungleich mehr Energie verschlingen und weniger nutzerfreundlich sind. Die Sportler in Untergruppenbach-Unterhainriet sammeln bereits Praxis-Erfahrungen im neuen Licht, seitdem die Flutlichtanlage auf ihrem Sportplatz mit maximal energieeffizienter LED-Technologie ausgestattet ist. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: 45 Prozent weniger Stromverbrauch, 90 Prozent weniger Wartungskosten, deutlich höhere Lebenszeit der Leuchtmittel.

Besseres Licht, besseres Spiel


Davon profitiert nicht nur die Umwelt, sondern auch Sportlerinnen, Zuschauer und Vereine: Die bessere Ausleuchtung des Spielfeldes sorgt für mehr Sicherheit und eine höhere Spielqualität, zudem können Vereine durch die Einsparungen bei Stromkosten und Wartungsarbeiten finanzielle Mittel effektiver nutzen. Somit

ist die Umrüstung auf LED-Flutlichtanlagen eine Win-win-Situation für alle Beteiligten. Mit den aktuellen Förderprogrammen von Bund und Württembergischem Landessportbund e. V. stehen Vereinen und Kommunen attraktive Möglichkeiten zur Verfügung, um ihre Sportanlagen zu modernisieren. Für die Umsetzung der Projekte steht die ZEAG als zuverlässiger Partner mit ihrem erfahrenen Beleuchtungsteam zur Verfügung.


Sparsameres Stadt-Licht

Für den Planungs- und Förderzeitraum können rund neun Monate kalkuliert werden, die Umbauzeit bei der Neu-Installation einer LED-Anlage beträgt etwa zwei Monate.

Nicht nur Fußballer und andere Sportler brauchen es hell. Auch Straßen, Wege und Plätze im öffentlichen Raum dürfen abends und nachts nicht von Dunkelheit verschluckt werden. Die Stadt Heilbronn setzt schon lange auf LED-Beleuchtung, um die Umwelt zu schonen und Kosten zu senken.



Modernes Licht für den
eigenen Sportverein?
Schreiben Sie den
ZEAG-Experten unter:
licht@zeag-energie.de



Das Beleuchtungsteam der
ZEAG ist der richtige Partner
bei der Umrüstung auf LED.

DOST (WILDER MAJORAN)

Nicht nur Insekten fliegen auf die Lippenblüten des Wilden Majorans. Auch für uns Menschen ist Dost, wie die Pflanze ebenso genannt wird, eine Gaumenfreude. Mit dem Echten Majoran verwandt, lässt sich auch der Wilde Majoran zu einem aromatischen Gewürz verarbeiten. Dafür die Blüten und Blätter abstreifen und frisch oder getrocknet verwenden.

Oh Baby,

IT'S A

WILD

WORLD

Gänseblümchen, Löwenzahn, Brennnessel und Co: In der Natur wachsen jede Menge Wildkräuter, die nicht nur schön aussehen, sondern auch noch lecker schmecken. Mit ihrem Nährstoffgehalt sind sie obendrein sehr gesund. Schnappen Sie sich beim nächsten Ausflug ins Grüne einen Korb und genießen Sie danach Ihre bunte Ernte.

SPITZWEGERICH

Der Bedeutung seines Namens nach ist er der König am Wegesrand: Tatsächlich ist der Spitzwegerich weitverbreitet. Und hat kulinarisch so einiges zu bieten. Gekocht verleihen seine Blütenknospen den Speisen einen pilzartigen Geschmack, roh schmecken sie leicht nussig.





BRENNESSEL

Ist die Pflanze noch recht jung, schmeckt sie nussig und leicht herb. Zum Zupfen dicke Gartenhandschuhe verwenden. Die Blätter vorm Verzehr dünsten, damit sie nicht mehr brennen. Aus ihnen lassen sich Suppen, Gemüsebeilagen oder Salate zubereiten. Auch als Tee oder Smoothie ist die Brennnessel lecker.



VOGELMIERE

Mais ist vermutlich nicht das Erste, woran man beim Anblick dieser Pflanze mit ihren weißen, sternförmigen Blüten denkt. Doch so ähnlich schmeckt es, wenn man Vogelmiere probiert. Sie blüht in vielen Gärten und kann das ganze Jahr über geerntet und verzehrt werden, zum Beispiel als Salat. Dabei wirkt sie unter anderem entgiftend.

LÖWENZAHN

Blüte, Stängel, Blätter und Wurzeln: Beim Löwenzahn ist die gesamte Pflanze essbar. Egal ob frisch vom Wegesrand oder getrocknet. Aus den jungen Blättern, die vor der Blüte am besten schmecken, lässt sich zum Beispiel ein reichhaltiger Salat zaubern: Denn Löwenzahn enthält 40-mal mehr Vitamin A als ein Kopfsalat. Man kann ihn außerdem gut zu Tee, Saft, Pesto oder Marmelade verarbeiten.

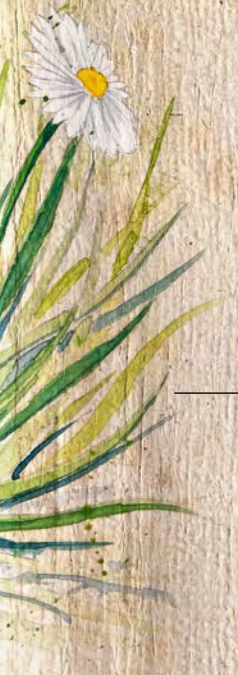


GÄNSEBLÜMCHEN

Mit ihrem leicht nussigen Geschmack und dem dezent scharfen Aroma peppen die hübschen Pflänzchen jeden Salat im Sommer auf. Auch für Fleisch und Fisch sind Gänseblümchen eine feine, leichte Beilage. Ihre vitaminreichen Inhaltsstoffe kurbeln den Stoffwechsel an, sind gut für die Haut und die inneren Organe.

Richtig pflücken

Sammeln Sie nur Kräuter, die Sie auch wirklich kennen. Einige Wildkräuter finden Sie womöglich im eigenen Garten. Darüber hinaus vor allem in unberührter Natur, etwa in den Bergen oder in Wäldern. Sammeln Sie keine Kräuter, die direkt neben einer Straße oder auf einer Hundewiese wachsen. Reißen Sie die Pflanze niemals mit der Wurzel heraus, sondern schneiden Sie diese mit einer Schere oder einem Messer ab. So ernten Sie nachhaltig.





VOR DEM AUSTAUSCH MESSEN

Sie möchten herausfinden, ob sich die Investition in ein neues Gerät lohnt? Prüfen Sie dazu den Stromverbrauch Ihres Altgeräts. Die ZEAG verleiht kostenlose Messgeräte. Rechnen Sie den ermittelten Wert aufs Jahr hoch und multiplizieren Sie ihn mit dem aktuellen Strompreis: So lässt sich der Verbrauch mit dem eines neuen Geräts vergleichen.



ÖKOBILANZ CHECKEN

Auch wenn sich der Austausch lohnt, um Energie zu sparen, kann es nachhaltiger sein, funktionierende Geräte so lange wie möglich zu nutzen. Denn: Transport, Material und Herstellung neuer Ware verbrauchen Energie und Ressourcen. Laut Öko-Institut kann es bis zu 40 Jahre dauern, um die Treibhausgase auszugleichen, die bei der Produktion einer neuen Waschmaschine entstehen.



GRÖSSE NACH BEDARF WÄHLEN

Für einen Ein- oder Zwei-Personen-Haushalt reicht ein Kühlschrank mit 100 bis 160 Litern Fassungsvermögen aus. Pro weitere Person werden 50 Liter zusätzlich berechnet. Bei einer Waschmaschine genügt für ein bis zwei Personen ein Volumen von fünf bis sechs Kilo Wäsche, Familien mit Kindern benötigen dagegen eine größere Waschtrommel.



ZWEITES LEBEN SCHENKEN

Bei billigeren Produkten stehen die Reparaturkosten oft nicht im Verhältnis zum Kaufpreis. Bei hochwertigen und noch relativ neuen Geräten kann sich eine Reparatur dagegen lohnen. Kleinere Defekte lassen sich unter Umständen selbst beheben. Größere Reparaturen, etwa der Elektronik, sollten Sie dagegen Fachleuten überlassen.

WARUM NEU NICHT *(immer)* BESSER IST

Je älter Haushaltsgeräte sind, desto mehr Strom verbrauchen sie häufig. Viele Menschen überlegen daher, den Kühlschrank oder Geschirrspüler durch ein neues Modell zu ersetzen.



KOSTEN UND NUTZEN ABWÄGEN

Achten Sie beim Kauf neuer Geräte auf die Energieeffizienz: Infos dazu gibt das EU-Energielabel, das die Ware in verschiedene Effizienzklassen einordnet und so einen Vergleich ermöglicht. Ein vorzeitiger Austausch lohnt sich nur, wenn Sie sich für das Gerät mit der höchsten Energieeffizienzklasse entscheiden. Da dieses oft mehr kostet, ist auch das Verhalten der Nutzer wichtig: Wird das teure Neugerät nur selten verwendet, dauert es länger, bis sich die Anschaffung durch sinkende Energiekosten rentiert.

37%

des jährlichen Stromverbrauchs in einem durchschnittlichen Drei-Personen-Haushalt gehen auf die Haushaltsgeräte zurück. Kühl- und Gefriergeräte haben den größten Anteil (17 Prozent). Es folgen Waschmaschinen und Trockner mit 13 Prozent sowie Spülmaschinen mit 7 Prozent.

Heilbronner
Ausbildungs-
messe
am 16. und
17. Juni 2023



Beste Jobaussichten

Ein Beitrag zum Klimaschutz in einem zukunftssicheren Berufsfeld. Das bedeutet eine Ausbildung bei der ZEAG-Netztochter NHF Netzgesellschaft Heilbronn Franken mbH. Auszubildende bei der NHF haben die Möglichkeit, Teil einer zukunftsweisenden Branche zu werden und selbst die Energiezukunft von morgen mitzugestalten. Und das bereits vom ersten Tag an. Gesucht sind Industriekaufleute (m/w/d), Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d) und Fachlageristen (m/w/d) mit der Option zur Fachkraft für Lagerlogistik. Mehr Informationen gibt es bei der Heilbronner Ausbildungsmesse am 16. und 17. Juni 2023 bei Intersport Redblue Heilbronn.

Foto: Tierney - stock.adobe.com

Besser essen fürs Klima

Wie wir uns ernähren, hat Folgen für die Umwelt und das Klima. Dass es auch umweltverträglicher ginge, zeigen finnische Forscher im Fachblatt „Nature Food“. Ein Team der Universität Helsinki hat nachgerechnet: Theoretisch wäre es möglich, sowohl den Land- als auch den Wasserverbrauch sowie den Ausstoß von Treibhausgasen um jeweils mehr als 80 Prozent zu reduzieren. Dazu müsste unsere konventionelle, überwiegend tierbasierte Kost in Europa durch eine ökologisch optimierte Ernährung ersetzt werden. Am besten bewerteten die Forscher dabei eine Ernährung, die auf neuartige Lebensmittel setzt und in der englischen Fachsprache „Novel/Future Food“ genannt wird. Dazu zählen zum Beispiel Speisen, die im Labor oder auf Basis von Pilzen, Algen oder Insekten hergestellt werden. Wie viele Menschen zu einer solchen Ernährung bereit wären, ist natürlich fraglich. Die Zahlen regen aber durchaus dazu an, sich mit seinen Essgewohnheiten auseinanderzusetzen.



Essen soll nicht nur schmecken, sondern auch die Umwelt schonen.

Foto: iStock.com – StefaNikolic

Jobmotor Energiewende

Experten gesucht! Um Solar- und Windenergie weiter auszubauen, braucht es Fachkräfte. Aktuell fehlen dazu rund 216.000 Spezialisten aus 190 Berufen. Das hat eine Studie des Kompetenzzentrums Fachkräfteversicherung am Institut der deutschen Wirtschaft ergeben. Gesucht werden vor allem Fachleute in der Bauelektrik, der Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik sowie der Informatik. Um den Fachkräftebedarf für die Zukunft zu sichern, sei es der Studie zufolge wichtig, Frauen stärker anzusprechen. Zudem müssten Jugendliche für eine Ausbildung in den relevanten Berufsfeldern begeistert werden. Auch die Umschulung oder Weiterbildung von An- und Ungelernten biete noch viel Potenzial. Die komplette Studie zum Nachlesen gibt es unter: mehr.fyi/fachkraefte



Foto: LL28 – iStock

Die Deutschen essen im Schnitt rund 14 Kilo Fisch pro Jahr. Die beliebtesten Sorten: Lachs, Alaska-Seelachs, Thunfisch und Hering.



Einkaufszettel

QR-Code scannen und Zutatenliste der Rezepte aufs Smartphone laden



Kabeljau auf lauwarmem Gemüsesalat

Zutaten für 4 Portionen

250 g Feldsalat
700 g Kabeljau mit Haut
100 g Zuckerschoten
2–3 kleine Karotten
1 kleine Pastinake
3 Frühlingszwiebeln
1 bis 2 Kräuterseitlinge
3 Zweige Petersilie
40 g TK-Erbesen
Olivenöl nach Bedarf

Salz und Pfeffer
weißer Balsamico-Essig
1 TL Agavendicksaft

Für die Vinaigrette:

4 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamico-Essig
1 TL Senf, mittelscharf
1 TL Agavendicksaft
Salz und Pfeffer

- 1 Ofen auf 80 °C Umluft vorheizen. Feldsalat waschen und beiseitestellen, Vinaigrette zusammenschütten. Kabeljau in vier gleiche Stücke schneiden, zuerst auf der Hautseite in einer Pfanne kross anbraten, danach ganz kurz auf allen anderen Seiten braten und in den Ofen geben.
- 2 Zuckerschoten in schräge Stücke schneiden, Karotten und Pastinaken in sehr schmale Steifen. Frühlingszwiebeln in Ringe, Kräuterseitlinge in Scheiben schneiden, Petersilie abzupfen.
- 3 Gemüse mit Erbsen in der Pfanne 10 Minuten in Olivenöl anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit weißem Balsamico-Essig und Agavendicksaft ablöschen, Petersilie unterheben. Pilze in einer separaten Pfanne in Olivenöl 5 Minuten goldbraun anbraten.
- 4 Gemüse und Pilze auf einem Teller anrichten, Feldsalat und Vinaigrette darübergeben. Den Fisch aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf den lauwarmen Gemüsesalat setzen.

Schmeckt nach
MEEER

Fisch ist lecker, leicht bekömmlich und enthält hochwertige Nährstoffe. Diese Rezepte machen obendrein auf dem Teller eine gute Figur.

Spinat-Lachs-Rolle

Zutaten für 4 Portionen

300 g tiefgekühlter Spinat
1 Ei
120 g geriebener Mozzarella
Muskat
Salz und Pfeffer
125 g Frischkäse
200 g Räucherlachs

- 1 Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Spinat in einem großen Topf auftauen lassen, mit Ei, geriebenem Käse, Muskat, wenig Salz und Pfeffer vermischen. Masse auf ein Backblech geben, zu einem flachen gleichmäßigen Rechteck verstreichen und im Backofen circa 15 Minuten backen, anschließend auskühlen lassen.
- 2 Die Spinatplatte mit Frischkäse bestreichen, mit Lachs belegen, an der langen Seite zu einer Rolle formen und in Frischhaltefolie wickeln.
- 3 Mindestens vier Stunden, besser über Nacht, im Kühlschrank ruhen lassen und anschließend in Scheiben schneiden.

Mitmachen und gewinnen

Clever
gießen

Wir verlosen ein Aquabloom-Set von Gardena. Das solarbetriebene Bewässerungssystem mit vordefinierten Programmen versorgt bis zu 20 Ihrer Pflanzen, ohne dass ein Wasser- oder Stromanschluss nötig ist. Das Einzige, was Sie bereitstellen, ist ein mit Wasser gefüllter Behälter. Das Set besteht aus einer Pumpe, einer Kontrolleinheit und einem Solarpanel mit Batterie. Das System ist platzsparend und kann flexibel am Topfrand, stehend auf einem Tisch oder hängend an der Hauswand installiert werden.



Lösen Sie das Kreuzworträtsel und senden Sie uns das Lösungswort per Post oder E-Mail mit Ihrer Anschrift zu.

ZEAG Energie AG
Stichwort „Rätsel 01/2023“
Weipertstraße 41
74076 Heilbronn

Per E-Mail:
gewinnen@zeag-energie.de
Einsendeschluss:
15. Mai 2023

Wasser- sport- gerät	Bündnis	zwei- teiliges Turn- gerät	Kimono- gürtel	▼	2	amerika- nische Vieh- farm	▼	Männer- name	schmel- zen (Schnee)		
▶	▼	▼				▼	5		▼		
unbe- stimmter Artikel			engli- scher Männer- name	▶	11		4	germa- nische Gottheit			
▶			3	10	Abk.: äußerlich		poetisch: flaches Wiesen- gelände	▶			
▶	7		Fahr- zeug- teil	▶		8		1			
Saug- strö- mung			wür- digen, aus- zeichnen	▶		9			12		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Kontakt

Kundencenter
Energiestandort Heilbronn
Weipertstraße 39
74076 Heilbronn

Servicenummer
07131 610-828
kundencenter@zeag-energie.de

**Öffnungszeiten
des Kundencenters**
Montag: 08:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag: 08:00 bis 13:00 Uhr
Mittwoch: 08:00 bis 13:00 Uhr
Donnerstag: 08:00 bis 18:00 Uhr
Freitag: 08:00 bis 13:00 Uhr

Mit Ihrer Teilnahme akzeptieren Sie folgende 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 auch auf eine Gewinnerbenachrichtigung nicht innerhalb von zwei Monaten meldet, verfällt der Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. Der Versand der Gewinne erfolgt nur innerhalb Deutschlands. Zweck der Datenverarbeitung: Die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten werden zur Durchführung des Gewinnspiels verwendet. Rechtsgrundlage ist hierfür Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO. Die Teilnahme am Gewinnspiel erfolgt freiwillig, ohne Koppelung an sonstige Leistungen. Weitergehende Informationen zum Datenschutz können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die unter www.zeag-energie.de/impressum/datenschutz.html abrufbar ist oder die Sie bei uns postalisch anfordern können.